

Кузнецова Елена Владимировна,
учитель – логопед,
МБУ Центр «Леда»,
Россия, г. Архангельск

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ЛОГОПЕДИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЯХ С МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС

Здоровьесберегающие технологии являются частью и отличительной особенностью всей образовательной системы. С внедрением ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности педагога становятся здоровьесберегающие образовательные технологии.

Технология – это системный метод создания, применения и определения всего процесса преподавания и усвоения знаний с учетом технических и человеческих ресурсов и их взаимодействия, ставящий своей задачей оптимизацию форм образования.

Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Среди здоровьесберегающих технологий выделяют 3 группы:

- 1) технологии, обеспечивающие гигиенические оптимальные условия образовательного процесса;
- 2) технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;
- 3) разнообразные психолого – педагогические технологии, используемые на логопедических занятиях и во внеурочной деятельности.

Технологии реализуются на основе личносно - ориентированного подхода. Сущность здоровьесберегающего занятия состоит в обеспечении обучающемуся и учителю - логопеду сохранения и увеличения их жизненных сил от начала и до конца занятия, а также возможности использования умений во внеурочной деятельности и в дальнейшей жизни .

Принципы здоровьесберегающего занятия направлены на укрепление физиологического и психологического здоровья. Это:

- принцип двигательной активности;
- принцип оздоровительного режима;
- принцип формирования правильной осанки и навыков рационального дыхания;
- принцип реализации эффективного закаливания;
- принцип психологической комфортности;
- принцип опоры на индивидуальные особенности и способности ребёнка (учёт ведущей модальности, темперамента, билатеральности);

В своей педагогической работе на логопедических занятиях использую следующие здоровьесберегающие технологии в соответствии с особенностями каждого возраста на основе личностно-ориентированного подхода к детям.

1. Пальчиковая гимнастика, которая сопровождается веселыми рифмовками. Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Если развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие.

Мягко кошка, посмотри,

Разжимает коготки.

(пальцы обеих рук сжать в кулак и положить на стол ладонями вниз; затем медленно разжать кулаки, разводя пальцы в стороны,

И легонько их сжимает -

Мышку так она пугает.

Кошка ходит тихо-тихо,

Половиц не слышно скрипа,

кошка (правая рука) крадется:

все пальцы правой руки

медленно шагают по столу вперед.

Только мышка не зевает,

Вмиг от кошки удирает

Мышка (левая рука) убегает:

пальцы другой руки быстро движутся назад).

2. Упражнения для развития речевого дыхания. Речевое дыхание представляет собой систему произвольных психомоторных реакций, тесно связанных с производством устной речи. Характер речевого дыхания подчинён внутреннему речевому программированию, а значит – семантическому, лексико-грамматическому и интонационному наполнению высказывания.

«Жуки»

Ребенок стоит, руки на поясе, корпус поворачивает вправо-влево, произнося звук "ж". Взрослый произносит рифмовку:

Мы жуки, мы жуки, мы живем у реки,

Мы летаем и жужжим, соблюдаем свой режим.

«Лягушка»

Глубокий вдох через нос – задержать дыхание. Быстрый выдох ртом со словом «ква».

Быстрый вдох через нос – задержать дыхание. Медленный выдох ртом «ква – а – а»

Положить ладони на низ живота и сделать энергичный выдох на слова «ква – ква – ква», втягивая живот.

3. В процессе работы применяю динамические игры и паузы, которые хорошо развивают психоэмоциональную устойчивость и физическое здоровье детей, повышают функциональную деятельность мозга и тонизируют весь организм.

Динамические игры и физминутки – это снятие усталости и напряжения; внесение эмоционального заряда; совершенствование общей моторики.

Детям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например, при ходьбе, покачивании ног, постукивании карандашом по столу и т.д. На двигательной активности построены все нейропсихологические

коррекционно-развивающие программы. Вот почему следует помнить, что неподвижный ребенок не обучается.

«Снегири»

Вот на ветках, посмотри

В красных майках снегири.

(По 4 хлопка руками по бокам и
по 4 наклона головы на строку)

Распушили перышки,

Греются на солнышке.

(На первое слово каждой строки – частое
потряхивание руками, на второе – один
хлопок по бокам)

Головой вертят,

Улететь хотят.

(По 2 поворота головы на каждую строку)

- Кыш! Кыш! Улетели!

За метелью! За метелью!

(Дети разбегаются по группе, взмахивая
руками, как крыльями)

4. Кинезиологические упражнения – комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие, развивать комиссуры (нервные волокна, осуществляющие взаимодействие между полушариями) как межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация работы полушарий. Кинезиологические методы влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики. В частности, применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную

моторику, снижает утомляемость. Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учении, и решить проблему неуспешности.

«Ухо – нос»

Левая рука - взяться за кончик носа, правая рука - взяться за правое ухо. По команде отпустить ухо-нос, хлопнуть в ладоши и поменять положение рук "с точностью наоборот".

«Колечко»

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

5. Гимнастика для глаз является профилактикой нарушений зрения, позволяет тренировать глазные мышцы, сокращение мышц хрусталика.

«Горизонтальная восьмерка»

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.

6. Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения. Проходит релаксация под звучание спокойной музыки.

«Спящий котёнок»

Представьте себе, что вы весёлые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали...начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (повторить 2 – 3 раза).

«Бабочка»

Представьте себе теплый, летний день. Ваше лицо загорает, носик тоже загорает – подставьте нос солнцу, рот полуоткрыт. Летит бабочка, выбирает, на чей нос сесть. Сморщить нос, поднять верхнюю губу кверху, рот оставить полуоткрытым (задержка дыхания). Прогоняя бабочку можно энергично двигать носом. Бабочка улетела. Расслабить мышцы губ и носа (на выдохе) (повторить 2-3 раза).

Таким образом, комплексное использование здоровьесберегающих технологий в коррекционно - развивающем процессе позволяет снизить утомляемость, улучшить эмоциональный настрой и повысить работоспособность младших школьников на логопедических занятиях, а это в свою очередь способствует сохранению и укреплению их здоровья.

Учитель-логопед обеспечивает оптимальные пути коррекционно-логопедического воздействия, а безопасность педагогического процесса обеспечивают здоровьесберегающие технологии.