**Использование здоровьесберегающих технологий в логопедической работе.**

От состояния **здоровья** детей во многом зависит благополучие общества. К сожалению, в последние десятилетия наметилась тенденция к ухудшению **здоровья детского населения**.

Что же такое здоровье? Здоровье-это состояние полного физического, психического и социального благополучия – формулировка, разработанная Всемирной организацией здравоохранения.

Что же такое здоровьесберегающие технологии? Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании - технологии, направленные на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования-задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса в детском саду: детей, педагогов и родителей.

 Для детей с нарушениями речи это особенно важно, поскольку, как правило, эти дети соматически ослаблены, могут иметь хронические заболевания, нарушения в эмоционально-волевой сфере.

Можно выделить ряд особенностей, характерных для детей, имеющих речевую патологию.

Особенности физического развития детей с речевыми недостатками:

- нарушение артикуляционных укладов, либо органов артикуляционного аппарата;

- нарушение дыхания и голосообразования;

- нарушение общей и мелкой моторики;

- расторможенность и заторможенность мышечного напряжения;

- повышенная утомляемость;

- заметное отставание в показателях основных физических качеств *(силы, скорости, ловкости)*;

- нарушение темпоритмической организации движений.

Особенности психического развития детей с речевыми недостатками:

- нарушение оптико – пространственного праксиса;

- неустойчивость внимания;

- расстройство памяти;

- несформированность мышления;

- задержка развития воображения.

Особенности социально-личностного развития:

-пассивность, зависимость от окружающих;

- недостаточная критичность или переоценка своих возможностей;

- низкая социальная адаптация, нарушение коммуникативных сфер.

На своих логопедических занятиях с целью сохранения здоровья воспитанников использую следующие здоровьесберегающие технологии:

1. Артикуляционную гимнастику, которая способствует четкому произношению звуков речи, снятию эмоционального напряжения, созданию положительного настроя на занятие, формированию навыка самоконтроля.
2. Дыхательная гимнастика. Развивает речевое дыхание, насыщает кислородом кору головного мозга. Способствует профилактике и лечению заболеваний дыхательной системы. Использую игрушки – тренажеры (воздушные шарики, дудки, свистульки, вертушки, мыльные пузыри). Делаю игрушки – тренажеры своими руками из подручных материалов (из бумаги, из ваты, пластиковых стаканчиков и трубочек для коктейля и т.п.)
3. Провожу физкультминутки и динамические паузы, которые помогают снять утомляемость у детей, повышают работоспособность.
4. Релаксация. Позволяет снять мышечное и нервное напряжение с помощью расслабляющих упражнений. Релаксация особенно полезна для дошкольников с повышенной тревожностью и неврозами.
5. Применяю пальчиковую гимнастику, которая повышает работоспособность коры головного мозга, развивает активную речь детей.
6. Провожу кинезиологические упражнения, которые способствуют повышению речевой активности, снимают напряжение, восстанавливают работоспособность, активизируют познавательный интерес, позволяет улучшить внимание, память, пространственные представления.
7. Использую элементы точечного массажа. В результате проведения точечного массажа укрепляются защитные силы организма, так повышается сопротивляемость организма к простуде, мышцы меньше устают при нагрузке.
8. На индивидуальных занятиях успешно использую элементы Су-джок терапии, ее целью является нормализация мышечного тонуса и опосредованное стимулирование речевых областей в коре головного мозга.

На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей, способствуют оздоровлению всего организма ребенка.

Литература:

1. <https://www.maam.ru/detskijsad/zdorovesberegayuschie-tehnologi-v-logopedicheskoi-rabote.html>
2. Совершенствование общеобразовательного и коррекционно-развивающего процессов в дошкольных учреждениях: материалы VI Международной научно – практической конференции 15 марта 2013 года, г. Томск / под редакцией А. В. Ящук. – Томск: Томский ЦНТИ, 2013.- 296-298.