

Применение здоровьесберегающих технологий на коррекционных логопедических занятиях

Учитель-логопед
МБС(К)ОУ №122
Матвеева М.В.

Общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровню подготовки, особенностям развития, способностям и интересам обучающихся; приоритет жизни и здоровья человека закреплены в законе «Об образовании». В главе I, статье 2, пункте 1 закреплены гуманистический характер образования, приоритет общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности. В главе V, статье 51, пункте 1 закреплено создание образовательным учреждением условий, гарантирующих охрану и укрепление здоровья обучающихся, воспитанников.

Здоровый образ жизни, к сожалению, не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Многочисленные исследования последних лет показывают, что до 25—30% детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза, число близоруких детей увеличивается с 1 класса к выпускным с 3,9 до 12,3%, с нервно-психическими расстройствами — с 5,6 до 16,4%, нарушениями осанки — до 16,8%. Одна из самых частых патологий у школьников — нарушение остроты зрения, составляющее в ряде регионов России до 30-40%. Охрана зрения школьника должна быть направлена не только на предупреждение близорукости, но и на сдерживание ее прогрессирования.

В настоящее время возникло особое направление в педагогике: «педагогика оздоровления». В основе оздоровления лежат представления о здоровом ребенке, который является практически достижимой нормой детского развития и рассматривается в качестве целостного телесно-духовного организма.

А. А. Никольской были выделены общие положения о главных чертах детского развития:

- развитие совершается постепенно и последовательно;
- между духовным и физическим развитием существует такая же неразрывная связь, как и между умственной, эмоциональной и волевой деятельностью, и правильная организация воспитания и обучения предусматривает гармоническое, всестороннее развитие;
- различные стороны психической деятельности участвуют в процессе развития не одновременно и скорость их развития и энергия не одинаковы; развитие может идти средним ходом, либо ускоряться в зависимости от различных причин;
- нельзя искусственно форсировать детское развитие, важно каждому

возрастному периоду дать «изжить себя».

Здоровьесберегающие технологии — предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью.

Здоровьесберегающие технологии, используемых в начальной школе, позволяют эффективно решать одну из самых актуальнейших задач современного образования — формирование здорового образа жизни младших школьников.

Принципы здоровьесберегающей педагогики

Цели здоровьесберегающих образовательных технологий обучения определяют принципы обучения, которые отражают насущные общественные потребности.

Принципы выступают в органическом единстве, образуя систему, в которую входят общеметодические принципы и специфические принципы, выражающие закономерности педагогики оздоровления.

Принцип сознательности и активности — нацеливает на формирование у учащихся глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.

Принцип активности — предполагает в учащихся высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества.

Принцип наглядности — обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности предназначен для связи чувственного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участвующих в познавательном процессе.

Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность в учебно-воспитательном процессе на протяжении всего периода обучения в общеобразовательной школе обеспечивают принцип систематичности.

Важнейшим можно назвать ***принцип «Не навреди!»*** — одинаково актуальный как для медиков, так и для педагогов (No nocere!).

Усвоение пользы здоровьесберегающих мероприятий требуют их повторяемости.

Принцип повторения умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы.

Принципа постепенности предполагает преемственность от одной ступени обучения к другой.

Принцип доступности и индивидуализации имеет свои особенности в оздоровительной направленности здоровьесберегающих образовательных технологий.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие.

Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса.

Принцип цикличности способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ребенка к каждому последующему этапу обучения.

Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся формирует двигательные умения и навыки, двигательные способности ребенка, функциональные возможности организма развиваются в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

Принцип всестороннего и гармонического развития личности содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее — физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое — развитие личности ребенка.

Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья ребенка в процессе обучения.

Принцип комплексного междисциплинарного подхода к обучению школьников предполагает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников.

Принцип активного обучения, заключающийся в повсеместном использовании активных форм и методов обучения (обучение в парах, групповая работа, игровые технологии и др.).

Принцип формирования ответственности у учащихся за свое здоровье и здоровье окружающих людей.

Принцип связи теории с практикой — призывает настойчиво приучать учащихся применять свои знания по формированию, сохранению и укреплению здоровья на практике, используя окружающую действительность не только как источник знаний, но и как место их практического применения.

Средства здоровьесберегающих технологий

Для достижения целей здоровьесберегающих образовательных технологий обучения применяются следующие группы средств:

1. средства двигательной направленности;
2. оздоровительные силы природы;
3. гигиенические факторы.

Комплексное использование этих средств позволяет решать задачи педагогики оздоровления.

Здоровьесберегающие технологии на коррекционно-логопедических занятиях

Хорошая речь — важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребёнка речь, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, тем активнее осуществляется его психическое развитие. Развитие речи — её звуковой стороны, словарного состава, грамматического строя, связного высказывания — это цель логопедической работы.

Логопедическая работа предполагает коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом.

Только комплексное воздействие на ребенка может дать успешную динамику речевого развития. Совокупность методов и приемов в коррекционной работе по преодолению нарушения речи затрагивает не только исправление дефектов речевой деятельности, но и формирование определенных психических процессов, представлений об окружающем мире, становление навыков поведения, основ личностной культуры.

В процессе коррекционной работы логопеда возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей.

В системе занятий реализуется основной принцип специального образования – принцип коррекционной направленности при соблюдении триединой задачи, а именно: коррекционное воспитание, коррекционное развитие, коррекционное обучение.

Коррекционное развитие проводится по основным направлениям:

- развитие сенсорных и моторных функций;
- развитие интеллектуальных функций;
- развитие эмоционально-волевой сферы;
- формирование черт гармонично развитой личности.

Здоровьесберегающие технологии, обеспечивают благоприятную психологическую и педагогическую обстановку, способствуют повышению эффективности коррекционно-образовательного процесса.

Виды здоровьесберегающих технологий, применяемых на коррекционных логопедических занятиях

1. Пальчиковая гимнастика, которая сопровождается веселыми рифмовками. Ученые, которые изучают деятельность детского мозга, психику детей, отмечают большое стимулирующее значение функции руки. Сотрудники Института физиологии детей и подростков АПН установили, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук (М.М.Кольцова). На основе проведенных опытов и обследования большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то и речевое развитие находится в пределах нормы. Если же развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие.

2. Дыхательные упражнения. 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.

3. Физминутки – это:

- снятие усталости и напряжения;
- внесение эмоционального заряда;
- совершенствование общей моторики.

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.

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

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

7. Ароматерапия применяется для борьбы с утомляемостью и профилактики респираторных заболеваний.

8. Создание благоприятного психологического климата в ходе коррекционных логопедических занятий позволяет повысить их эффективность.

Комплексное использование здоровьесберегающих технологий в коррекционном 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.

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

План-схема логопедического занятия с применением здоровьесберегающих технологий

Тема занятия: «Дифференциация звуков д – т, д^л – т^л. Обозначение их на письме буквами соответствующими буквами»

Тип занятия: первое занятие по теме.

Цели занятия:

- развитие фонематического восприятия.;
- уточнение и сопоставление звуков в произносительном плане с опорой на слуховое и зрительное восприятие, а также на тактильные и кинестетические ощущения.
- определение положения звука по отношению к другим
- научить детей сравнивать звуки по их акустическим признакам;
- дифференциация письма букв д – т;
- закрепление навыка слогового анализа и синтеза;
- обогащение и активизация словарного запаса;
- формирование объяснительной речи;
- развитие внимания, памяти, самоконтроля.

Перед занятием включаю аромолампу. На первых занятиях выясняю, какие запахи детям не нравятся.

Вовремя дыхательных упражнений, пальчиковой гимнастики, упражнений для позвоночника включаю спокойную музыку.

Физминутки провожу с использованием ИКТ.

На протяжении всего занятия слежу за правильной осанкой учащихся.

I

1. Организационный момент. Приветствие.
2. **Дыхательные упражнения.**
3. **Упражнения растяжения позвоночника для позвоночника.**(«Потягушки»)

II

1. Расположить буквы в соответствии с размером

Н А я Т

Прочитать.

Что обозначает слово? Как слово надо писать?

Какой звук обозначает первая буква? Дать характеристику звука.

Написать в воздухе ведущей рукой, другой рукой, обеими руками строчную и заглавную букву т.

2. Расположить буквы в соответствии с размером.

я Д Н А

Прочитать.

Что обозначает слово? Как слово надо писать?

Какой звук обозначает первая буква? Дать характеристику звука.

Написать в воздухе ведущей рукой, другой рукой, обеими руками строчную и заглавную букву д.

3. Почему согласные т и д называют парными?
4. Сообщение темы занятия. «Сегодня мы будем различать звуки т–д и т'–д' и обозначать их на письме соответствующими буквами.
5. Слоговые дорожки (*с мячом*).
6. **Упражнения для глаз.**
7. Чтение слогов с зашифрованными буквами **Т** , **Д**
8. Чтение слов для Тани, для Дани. В словах буквы обозначены **Т** , **Д**
9. **Пальчиковая гимнастика.**
10. Выполнить звуко-буквенный анализ слов. Определить на каком месте пишутся буквы **Т** и **Д**

Д

11. Прочитать слова, вставляя соответствующую букву.
12. Игра «Один – много». (*с мячом*)
13. Вставить буквы **Т** и **Д** в слова первого и второго столбиков. Составить словосочетания из слов первого и второго столбиков.
14. **Физминутка.**
15. Схематично записать слова, обозначая буквы **Д** и **Т**. Вспомнить записанные слова
16. Записать слова в тетради (т, д. т-д). Проверка. Дать обобщающие понятия для слов каждого столбика.
17. **Релаксация.**

III

1. Итог занятия. Какие звуки различали, какими буквами обозначаются эти звуки?
2. Прочитать через одну букву, начиная с первой.

Приложение

I Упражнения для глаз

1. И. п. – сидя, с прямым позвоночником и приподнятой головой. На 3-5 с крепко зажмурить глаза, затем открыть на 3-5 с. Повторить 6-8 раз.
2. И. п. – сидя, с прямым позвоночником и приподнятой головой. Быстро моргать в течение 1 мин.
3. И.п. — сидя, руки на пояс. Повернуть голову вправо, посмотреть на локоть правой руки, повернуть голову влево, посмотреть на локоть левой руки, вернуться в исходное положение. Повторить 5—6 раз.
4. И.п. — сидя, руки вперед. Посмотреть на кончики пальцев, поднять руки вверх (вдох), следить глазами за руками, не поднимая головы, руки опустить (выдох). Повторить 4—5 раз.
5. И.п. — сидя. Смотреть прямо перед собой на классную доску 2—3 с, перевести взгляд на кончик носа на 3—5 с. Повторить 6—8 раз.
6. И.п. — сидя, закрыть веки. В течение 30 с легко массировать их кончиками указательных пальцев

II Пальчиковая гимнастика

1. Самомассаж пальцев с речевым сопровождением.
2. Выполнение различных фигур из пальцев.

III Дыхательные упражнения

1. Вдох носом – выдох ртом.
2. Вдох ртом – выдох носом.
3. Вдох носом – выдох носом.
4. Вдох ртом – выдох ртом.
5. Выполнение вдоха ртом и на выдохе произнесение нараспев прямых слогов.
6. Выполнение вдоха ртом и на выдохе произнесение нараспев двусложного слова (мама, кони, дети и т.п.) по слогам.
7. Выполнение вдоха ртом и на выдохе произнесение нараспев трёхсложного слова (малина, калина, запели и т.п.) по слогам.
8. Выполнение вдоха ртом и на выдохе произнесение нараспев фразы из двух слов (Мама мыла. Маша ела. Машина едет. и т.п.).
9. Выполнение вдоха ртом и на выдохе произнесение нараспев фразы из трёх слов (мама мыла Милу. Маша ела кашу. и т.п.).
10. Выполнение вдоха ртом и на выдохе произнесение нараспев фразы и четырёх слов Мама мыла Милу Мылом. Мама шила Маше шубу. и т.п.).
11. Выполнение вдоха ртом и на выдохе произнесение нараспев фразы из четырёх слов с союзом и (Маша ела кашу и грушу. и т.п.).
12. Произнесение нараспев двух стихотворных фраз
(«Наша Таня громко плачет,
Уронила в речку мячик.»
и т.п. из известных стихотворений А.Барто, С.Маршака и др.).

13. Произнесение нараспев четырёх стихотворных фраз

(«Наша Таня громко плачет,
Уронила в речку мячик.
Тише, Тенечка не плачь,
Не утонет в речке мяч.»

и т.п. из известных стихотворений А.Барто, С.Маршака и др.).

IV Кинезиологические упражнения

1. Колечко. Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
2. Разноимённые колечки. Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) на правой руке и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке на левой руке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
3. Кулак—ребро—ладонь. Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8—10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («кулак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя.
4. Лезгинка. Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6—8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.
5. Ухо—нос.левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».
6. Змейка. Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.
7. Пальцы правой руки касаются левого плеча, пальцы левой руки — правого плеча, правая рука сверху. Хлопок руками перед собой и смена положения рук — левая рука сверху. И другие подобные упражнения.

V Ароматерапия

1. Лавандовое масло — увеличивает работоспособность, помогает справиться с состоянием тревоги, стрессом и депрессией.

2. Эвкалиптовое масло – способствует оживлению умственной деятельности, укрепляет иммунитет, профилактика простудных заболеваний.
3. Кедровое масло – антисептическое, успокаивающее, тонизирующее средство, укрепляет иммунитет.
4. Апельсиновое масло – укрепляет нервную систему.
5. Гераниевое масло – помогает снимать стресс и состояние тревоги.
6. Розмариновое масло – улучшает память .

Литература

1. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. «Методика развития речевого дыхания». – М., «Книголюб» 2005
2. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». – М., «ВАКО» 2004
3. Сиротюк А.Л. «Коррекция обучения и развития школьников». – М., Творческий центр «Сфера» 2002
4. Цвынтарный В.В «Играем пальчиками и развиваем речь». – Спб., «Лань» 1997