БДОУ г. Омска «Детский сад № 329 комбинированного вида»

Сообщение на тему:

«Интегрирование физкультурных

и оздоровительных мероприятий

в работе с детьми дошкольного

возраста»

Подготовила:

воспитатель старшей логопедической группы Михайленко Н.А.

 Здоровье человека – проблема актуальная для всех времен и народов, а в настоящее время она становится первостепенной. Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. По мнению специалистов-медиков, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. И педагог может сделать для здоровья воспитанника дошкольного учреждения не меньше, чем врач.

 Таким образом, образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьеукрепляющей.

 Чтобы решить эту проблему, мы стали интегрировать физкультурные и оздоровительные мероприятия, включая элементы в утреннюю гимнастику, вечернюю коррекционную работу, динамические паузы, физкультминутки.

 На современном этапе развития дошкольного образования одной из актуальных задач является повышение эффективности процесса коррекции речевых нарушений у детей дошкольного возраста. Необходимое условие для реализации этой задачи – формирование и совершенствование речи детей в различных ее формах, используя различные приемы и методы.

 Методы и приемы, реализуемые через здоровьесберегающие технологии, являются эффективными средствами коррекции, помогающими достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста.

 В своей работе с детьми с нарушением речи мы используем различные методы и приемы здоровьесберегающих технологий. Артикуляционная гимнастика способствует развитию и укреплению речевых мышц, что в свою очередь помогает длительному удерживанию артикуляционный поз и правильному звукопроизношению. Однако, ежедневное выполнение гимнастики для языка снижают интерес детей к занятиям. Для улучшения результата работы над артикуляцией, мы стали использовать метод биоэнергопластики.

 Термин «биоэнергопластика» состоит из двух слов: биоэнергия и пластика. Биоэнергия – это энергия, которая находится внутри человека. Пластика – это плавные раскрепощенные движения рук, которые являются основой биоэнергопластики.

 Биоэнергопластика – это соединение движений артикуляционного аппарата и движений кисти руки.

 Использование биоэнергопластики существенно ускоряет исправление неправильно произносимых звуков у детей с нарушенными кинестетическими ощущениями, потому что работающая ладонь во много раз усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. Мы подбираем движение руки под любое артикуляционное упражнение. Важно не то, что будет делать ребенок, а то, как он это сделает. Объясняем каждому ребенку, что его язычок и ладонь при выполнении артикуляционных упражнений должны работать одновременно, ритмично. Этот метод дети воспринимают, как игру. Когда выполняем артикуляционные упражнения, дети сами придумывают движения руки. Такие игры дополнительно стимулируют ребенка к выполнению задания.

 Мы повышали интерес к таким упражнениям, используя в своей работе схемы, пиктограммы с обозначением упражнений, игровые атрибуты для пальчиков – шляпки, варежки, юбочки, фигурки пальчикового театра. Так же к своей работе привлекали родителей. Они вместе с детьми изготавливали перчатки, на которые наклеивали «глазки». С применением таких перчаток, повысился интерес детей к упражнениям.

 Когда дети освоили упражнения, мы стали применять в работе сказки и стихотворения, а дети самостоятельно выполняли упражнения биоэнергопластики. Затем дети становились актерами теневого или пальчикового театра,сами придумывая сказки.

 Биоэнергопластика улучшает моторные возможности ребенка, способствует коррекции звукопроизношения, фонематических процессов.

 Таким образом, систематическая работа с применением биоэнергопластики способствует привлечению интереса детей и позволяет достичь положительных результатов в развитии артикуляционной и пальчиковой моторики, что значительно облегчает постановку, введение звуков в речь, способствует более быстрому преодолению речевых нарушений. А так же активизируется интеллектуальная деятельность ребенка, идет развитие произвольного внимания, зрительного и слухового восприятия, ориентировки в пространстве, формирование умения действовать по словесной инструкции.

 Развитие головного мозга ребенка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения.

 По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное, зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построение программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

 Кинезиология – это наука о развитии головного мозга через движение. Она существует уже двести лет и используется во всем мире.

 Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

 Кинезиология относится к здоровьесберегающей технологии. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме человека происходят положительные структурные изменения. И чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Упражнения развивают тело, повышают стрессовоустойчивость организма, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. В результате повышается уровень эмоционального благополучия, улучшается зрительно-моторная координация, формируется пространственная ориентировка. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы.

 Применение кинезиологических упражнений помогает улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, координацию движений, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

 Для результативности коррекционно-развивающей работы мы учитывали определенные условия: занятия проводили ежедневно утром по 10 минут. Обычно занятия проводились в доброжелательной обстановке и вызывали у детей интерес. Добивались от детей точного выполнения движений. Работали мы по специально разработанным комплексам по 2 недели отводили на один комплекс. Каждый комплекс включает в себя следующие упражнения: упражнения на развитие тонкой моторики кистей рук, координации движений, графических навыков и пространственной ориентации; упражнения на развитие различных видов восприятия, мышления, внимания и памяти; дыхательные упражнения,; упражнения для профилактики нарушения зрения; упражнения, растягивающие мышца тела; упражнения на релаксацию.

 Для того, чтобы поддержать интерес детей к таким упражнениям, мы использовали различные предметы – это прищепки, крышечки, пуговицы, крупы, веревочки для завязывания узелков, ленточки, тесемочки.

 К своей работе подключали и родителей, объясняя им необходимость проведения кинезиологических упражнений в работе с детьми с нарушением речи. В уголке для родителей открыли рубрику: «Мама, папа, поиграй со мной», где выставляем необходимую информацию: комплексы упражнений, описания игр, консультации. Кинезиологические упражнения вызывают у детей положительные эмоции. С большим удовольствием дети рассказывают о том, как они дома вместе с родителями устраивали соревнования дома, и кто становился победителем.

 Дыхание является важнейшей функцией организма. От дыхания во многом зависят здоровье человека, его физическая и умственная деятельность. Специальные дыхательные упражнения обеспечивают полноценный дренаж бронхов, очищают слизистую дыхательных путей, укрепляют дыхательную мускулатуру. Дыхательные упражнения способствуют насыщению кислородом каждой клеточки организма. Умение управлять дыханием способствует умению управлять собой. Кроме того, правильное дыхание стимулирует работу сердца, головного мозга и нервной системы, избавляет человека от многих болезней. Медленный выдох помогает расслабиться, успокоиться, справиться с волнением и раздражительностью. Дыхательные упражнения развивают еще несовершенную дыхательную систему ребенка, укрепляют защитные силы организма. У детей отмечается улучшение сна, памяти, повышение способности концентрировать внимание. Но кроме своей основной физиологической функции: осуществление газообмена, дыхание обеспечивает еще и такую функцию, как речевое дыхание. Под речевым дыханием понимается способность человека в процессе высказывания своевременно производить короткий, достаточно глубокий вдох и рационально расходовать воздух при выдохе. Развитие речевого дыхания зависит от правильного функционирования физиологического дыхания. При физиологическом дыхании после вдоха сразу следует выдох, а потом пауза. Вдох и выдох совершаются только через нос. Речевое дыхание осуществляется произвольно, неречевое – автоматически. При речевом дыхании выдох, в зависимости от содержания высказывания, может быть то короче, то длиннее; вдох осуществляется одним импульсом, выдох – несколькими и постоянно меняется по своей силе.

 Дети с ОНР не всегда перед началом говорения делают вдох и нередко начинают свою речь с остаточного выдоха, или начинают говорить на вдохе, часто, почти перед каждым словом добирают воздух. Так же дети могут делать слабый вдох и выдох, что ведет к тихой, едва слышимой речи. Так же встречаются дети, у которых происходит неэкономное и неравномерное распределение выдыхаемого воздуха. В результате этого они выдыхают весь запас воздуха на первом слоге и потом договаривают фразу или слово шепотом. Нередко из-за этого они не договаривают или «заглатывают» конец слова или фразы. Слабый выдох или неправильно направленная выдыхаемая воздушная струя, в свою очередь, приводит к искажению звуков. Цель дыхательных упражнений – научить детей быстро, бесшумно производить вдох и рационально, плавно расходовать воздух на выдохе, а так же увеличить жизненную емкость легких.

 Прежде, чем перейти к тренировке речевого дыхания, мы знакомили детей с внешним выражением процесса дыхания, с рабочими движениями дыхательных мышц, затем учили их производить быстрый вдох и плавно, равномерно выдыхать воздух с различной силой.

 Упражнения на дыхание проводили ежедневно, включая их физкультурно-оздоровительную гимнастику; во время проведения любой деятельности, включая их в физкультминутки или динамические паузы.

 Чтобы дыхательные упражнения были интересны детям, проводили комплексы в стихотворной форме, использовали игровые упражнения для развития силы воздушной струи, длительного целенаправленного выдоха такие, как: «Снегопад», «Листопад», «Бабочки», «Футбол», «Сдуй снежинку», «Кораблики», «Волейбол», «Лыжники», «Трубочка», «Занавесочка», «Ароматные коробочки» «Задуй свечу», «Султанчики», «Ветряная мельница», «Чей паровоз громче гудит», применяли различные предметы: кубики, игрушки-вертушки, коробочки с запахом, пузырьки, флакончики, мячики из ваты и фольги, воздушные шарики, свечи для торта, фигурки-оригами, султанчики, различные плоскостные фигурки из картона.

 После того, как дети ознакомились с правильным физиологическим дыханием, мы приступили к развитию речевого дыхания. Начали мы с упражнений, в которых после носового вдоха учили на одном выдохе произносить сначала только звуки. Это такие упражнения, как: «Геометрические фигуры», «Погреем руки», «Насос», «Ракета», «Вьюга», «На берегу моря», «Кто дольше песенку споет?», «Большие и маленькие жуки», «Комары и комарики». Затем учили детей произносить слоги на одном выдохе, применяя такие упражнения, как: «Надуй шарик», «Петушок», «Дровосек», «Эхо», «У кого длиннее слог». Так же мы добивались одинаковой длительности и громкости произнесения всех звуков и плавного перехода от одного звука к другому без добора воздуха между ними. Далее мы использовали игры на звукоподражание, такие, как: «Птицеферма», «Перекличка животных», «Лягушки» и т.д.

 После этого, усложняли задание, предлагая детям произносить на одном выдохе слова в таких упражнениях, как: «Назови игрушку», «Отгадай, кто позвал». Далее в своей работе мы будем предлагать детям произносить на одном выдохе два, три слова, предложения, пословицы, шутки и т.д. Будем применять такие игры, как: «Повтори предложение», «Произнеси пословицу, поговорку», «Мой веселый звонкий мяч», «Кто больше скажет без передышки?», «Приятный запах».

 Таким образом, использование дыхательных упражнений в комплексах утренних зарядок, физкультминутках и различных видах деятельности, помогает предупредить возникновение простудных заболеваний, повысить общий жизненный тонус, укрепить психофизическое здоровье детей, а значит, обеспечить полноценное и гармоничное развитие дошкольника. А за счет постановки правильного речевого дыхания, быстро и эффективно исправляются речевые нарушения, сокращается время для постановки и автоматизации речевых звуков, речь становится более четкой и внятной, ребенок может произнести на выдохе определенное для данного возраста количество слов.

 В дальнейшем, мы планируем продолжать свою работу с детьми, применяя здоровьесберегающие и здоровьеукрепляющие технологии, которые впоследствии окажут положительное влияние на развитие детей при подготовке к школе.