**Здоровьесберегающие технологии для старшего дошкольного возраста**

 **учитель-логопед Калаева С.А.**

В соответствии с законом РФ "Об образовании" (ст. 2; 51) государственная политика в области образования основывается на принципах гуманистического характера, приоритете общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности. В этой связи весьма актуальным становится вопрос о внедрении в практику работы ДОУ здоровьесберегающих образовательных технологий, т.е такой организации образовательного процесса на всех его уровнях, при которой качественное обучение, развитие и воспитание детей происходят без ущерба их здоровью, а наоборот способствуют его укреплению. Благоприятная динамика показателей умственной работоспособности в течении учебного года наблюдалась в нашем детском саду, в которых отмечался уровень организации воспитательно-образовательного процесса при использовании различных технологий в оздоровительной работе с детьми. Оздоровительные технологии в должны внедряться в условиях здоровьесберегающей и здоровьеразвивающей среды, обеспечивающей благоприятную гигиеническую, психологическую и педагогическую обстановку. Только комплексное воздействие на ребенка дает 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, становлений отношений к воспитуемым социальным явлениям и навыкам поведения, основы личностной культуры. В процессе коррекционной работы возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья детей. В своей практической деятельности я применяю следующие здоровьесберегающие компоненты: 1. Дыхательная гимнастика(комплекс упражнений по методике Стрельниковой). На каждое занятие включается несколько упражнений. По мере овладения упражнений детьми добавляются новые. 2. Комплексы упражнений, направленных на профилактику нарушений зрения.Адаптированные упражнения подобраны на основе разработок НИИ глазных болезней им. Гельмгольца. Проводятся в течение 1 минуты в середине занятия в сопровождении релаксационной музыки. 3. Развитие общей моторики.Комплексы физминуток подобраны согласно лексической теме недели в старшей и подготовительной группах. Проводятся в игровой форме в середине занятия. 4. Су Джок терапия. Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Кончики пальцев и ногтевые пластины отвечают за головной мозг. Массаж проводится до появления тепла. Эту работу провожу на занятиях перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты. В Японии массаж пальцев проводят во всех дошкольных учреждениях, начиная с 2 лет. 5. Аурикулотерапия. Система лечебного воздействия на точки ушной раковины, которые проецируют все органы и системы человеческого организма (принцип как и в Су Джоке). Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины (надавливание, растирание) до лёгкого покраснения и появления чувства тепла. Особенно полезно воздействие на противокозелок, соответствующий проекции головного мозга. 6. Кинезеологические упражнения, направленные на формирование и развитие межполушарного взаимодействия. С этой целью в работе с детьми используется комплекс кинезеологических упражнений: "Колечко", "Кулак-ребро-ладонь", "Лезгинка", "Лягушка", "Ухо-нос", "Замок". А также упражнения направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое. 7. Система работы по развитию мелкой моторики рук: -календарно-тематическое планирование пальчиковых игр в старшей и подготовительной группах согласно лексическим темам. Игры проводятся на всех видах занятий; -планирование графических диктантов по лексическим темам в подготовительной группе; -обводка шаблонов и штриховка изображений согласно лексическим темам на индивидуальных и подгрупповых занятиях; -различные задания в "сухом бассейне", с раздаточным материалом и т.д. 8. Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц. Такая работа проводится подгруппами под руководством психолога. Но на логопедических занятиях можно использовать релаксационные упражнения по ходу занятия, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство. Упражнения проводятся под музыку.



