Государственное учреждение образования

«Дошкольный центр развития ребёнка г.п.Кореличи»

***Семинар-практикум для воспитателей дошкольного образования групп интегрированного обучения и воспитания и специальной группы***

«**Использование здоровьесберегающих технологий в работе воспитателя специальной группы для повышения эффективности коррекционной работы с детьми с тяжелыми нарушениями речи**»

**Подготовили**

**учителя-дефектологи**

**Колола О.Н.,**

**СуранО.Г,**

**Курдун С.Н.**

Кореличи, 2020

**Цель семинара -**повышение уровня компетентности воспитателей группы интегрированного обучения и воспитания воспитателей специальных групп при использовании здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с тяжёлыми нарушениями речи.

**Задачи семинара:**

1. Формировать мотивационную готовность участников образовательного процесса к тесному взаимодействию и преемственности в работе.

2. Способствовать повышению уровня теоретической и методической подготовки педагогов, необходимого для реализации программного содержания.

3. Совершенствовать профессиональный уровень педагогов через использование творческих форм активности и осмысления своей педагогической деятельности.

4. Развивать профессиональные навыки и умения педагогов в разработке комплексно-тематического планирования работы с детьми.

**Оборудование:** мультимедийная установка, листы белой бумаги, карандаши, «дождевые капельки» с названием технологии, три маленьких ведёрка с названиями видов технологии, индивидуальные зеркала по числу участников, массажные шарики и эластичные кольца су-джок, аудиозапись «Звуки лесного водопада», мишень.

**Ход семинара**

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня вы будете участниками семинара –практикума на тему **«Использование здоровьесберегающих технологий в работе воспитателя специальной группы для повышения эффективности коррекционной работы с детьми с тяжелыми нарушениями речи».** Целью которого является повышение уровня вашей компетентности при использовании здоровьесберегающих технологий в работе с детьми с тяжёлыми нарушениями речи.

**Слайд 2**

**«Детям совершенно так же, как и взрослым,**

**хочется быть здоровыми и сильными, только**

**дети не знают, что для этого надо делать.**

**Объясни им, и они будут беречься»**

**Януш Корчак**

**Слайд 3**

**Упражнение «Воздушный шар»** *(о ценности здоровья для человека).*

- Нарисуйте воздушный шар, который летит над землей. Дорисуйте человечка в корзине воздушного шара. Это Вы. Вокруг Вас ярко светит солнце, голубое небо. Напишите, какие 9 ценностей важны для Вас настолько, что Вы взяли бы их с собой в путешествие *(например, деньги, здоровье, семья, работа, любовь и др.).* А теперь представьте, что ваш воздушный шар начал снижаться и грозит скоро упасть. Вам нужно избавиться от балласта, чтобы подняться вверх. Сбросьте балласт, то есть вычеркните 3 (а потом еще 3) слова из списка. Что вы оставили в списке?

*Все зачитывают по кругу свои жизненные ценности. Ведущий записывает их на доске. Если слова повторяются, то ведущий ставит плюсы. Затем определяется рейтинг жизненных ценностей по количеству плюсов и по важности для присутствующих. Например, 1 место – здоровье, 2 место – семья и т.д. (в зависимости от выбора необходимо своими словами подвести к значимости здоровья в жизни людей)*

Как видим, здоровье у нас по значимости стоит на первом месте. Во все времена люди придавали большое значение сохранению здоровья. Не зря народная мудрость гласит:

**Слайд 4.**

*Педагоги договаривают последние слова пословиц*

Здоров буду - и денег….( добуду).

Болен - лечись, а здоров -….( берегись).

Здоровье дороже….( денег).

У кого что болит, тот о том…( и говорит).

Береги платье снову, а здоровье…( смолоду).

Деньги потерял - ничего не потерял, время потерял-много потерял, здоровье потерял - ….(все потерял).

- Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит очень остро. Такие словосочетания, как «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в беседах с родителями и детьми, в планах воспитательной работы всех педагогов ДОУ. Проблема оздоровления детей - это не проблема одного дня и одного человека, а целенаправленная и систематически спланированная работа всего коллектива нашего учреждения на длительный срок.

**Что каждый из вас понимает под словом «здоровье»?**

*(Участники дают свои определение)*

**Слайд 5**

В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения говорится, что здоровье - это не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие.

**Слайд 6**

Здоровьесбережение – это активность людей, направленная на улучшение и сохранение здоровья, а также согласованность и единство всех уровней жизнедеятельности человека.

**Слайд 7**

**Задачи здоровьесбережения:**

* сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности;
* создание адекватных условий для развития, обучения, оздоровления детей;
* создание положительного эмоционального настроя и снятие психоэмоционального напряжения;

**Слайд 8**

Технология (от греческих слов «techne» - искусство, умение и «logos» - учение, наука) - совокупность знаний и способов деятельности.

Таким образом, «Здоровьесберегающая технология» - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

**Слайд 9**

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обеспечить дошкольнику возможность сохранения здоровья, сформировать у него необходимые знания, умения, навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

ЗСПТ применяются в различных видах деятельности. **Выделяются три группы здоровьесберегающих технологий:** технологии сохранения и стимулирования здоровья, технологии обучения здоровому образу жизни, коррекционные технологии.

**Слайд 10**

**Упражнение «Дождь здоровья»** *(работа в группах)*

- Уважаемые педагоги, перед вами набор различных слов. Нужно весь этот беспорядок превратить в три группы здоровьесберегающих технологий. Из каждой тучки идет целительный дождик здоровья. У каждой тучки свое название – вид технологий. Вам нужно распределить технологии по группам - собрать «дождевые капельки» с названиями технологии в определённые ведёрца с указанием группы технологий.

**Проверим**.

**Слайд 11**

***Технологии сохранения и стимулирования здоровья:*** стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, гимнастика пальчиковая, гимнастика для глаз, гимнастика дыхательная, гимнастика бодрящая, гимнастика корригирующая, гимнастика ортопедическая, минутки вхождения в день и минутки шалости, кинезиологические упражнения.

**Слайд 12**

***Технологии обучения здоровому образу жизни:*** физкультурное занятие, проблемно-игровые ситуации (игротерапия), коммуникативные игры, беседы из серии «Здоровье», самомассаж.

**Слайд 13**

***Коррекционные технологии:*** арттерапия, технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, технологии воздействия цветом, технологии коррекции поведения, психогимнастика, фонетическая и логопедическая ритмика.

**Слайд 14**

**Практическая часть**

А сейчас мы предлагаем вам рассмотреть практическую сторону некоторых технологий, которые наиболее часто и с наибольшей эффективностью могут применяться в педагогами при коррекционно-развивающем обучении детей с тяжёлыми нарушениями речи

**Слайд 15**

**Гимнастика пальчиковая:**

1. Способствует овладению навыкам мелкой моторики.
2. Помогает развивать речь.
3. Повышает работоспособность коры головного мозга.
4. Развивает психические способности: мышление, память, воображение.
5. Снимает тревожность.

**Слайд 16**

**Гимнастика для кисти и пальцев рук «Аплодисменты» (видео)**

*(Выполнение участниками, при этом каждое упражнение комментируется на какой орган оно оказывает благоприятное влияние)*

**Слайд 17**

**Дыхательная гимнастика:**

При работе с детьми, имеющими нарушения речи, главной целью дыхательной гимнастики является увеличение объема дыхания, нормализация его ритма, выработка плавного, длительного, экономного выдоха.

* Дыхательные упражнения улучшают деятельность дыхательной мускулатуры, усиливают обменные и восстановительные процессы.
* Положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани.
* Кроме того дыхательные упражнения позволяют развить сильную воздушную струю, которая необходима для правильной речи.
* Улучшает дренажную функцию бронхов;
* Восстанавливает нарушенное носовое дыхание
* Повышает общую сопротивляемость организма.

**Слайд 18**

Для проведения дыхательных упражнений используются различные пособия и дыхательные тренажёры: «Сдуй снежинку», «Футбол», «Солнышко и тучки», «Буря в бутылке», «Бабочка», «Веерок» и др.

А ещё сегодня мы предлагаем вам познакомимся с дыхательной гимнастикой А.Н.Стрельниковой.

Ежедневные занятия помогают останавливать приступы удушья, снимают головные боли и боли в сердце, помогает снижению избыточной массы тела

При бронхите помогает облегчить откашливание и стимулирует выведение мокроты.

нормализуют артериальное давление, укрепляют иммунитет, а также повышают умственную и физическую работоспособность.

Дыхательную гимнастику А.Н. Стельниковой можно использовать с 3-4 летнего возраста, особенно детям часто болеющим простудными заболеваниями или страдающих заиканием.

**Слайд 19**

Уникальная методика оздоровления А.Н. Стрельниковой включает множество упражнений, однако базовыми из них являются три – «Ладошки», «Погончики» и «Насос». Эти упражнения присутствуют во всех специализированных комплексах, направленных на лечение тех или иных заболеваний.

**1. Упражнение «Ладошки».**

Исходное положение – стоя или сидя прямо, руки согнуты в локтях, ладони направлены от себя. Сжимайте ладони в кулаки, одновременно делая резкие и шумные вдохи. После завершения серии из 8 вдохов, ненадолго передохните и повторите упражнение (всего 20 серий по 8 вдохов).

**2. Упражнение «Погончики».**

Исходное положение – стоя или сидя прямо, ноги немного уже ширины плеч, руки на уровне пояса, ладони сжаты в кулаки. На вдохе резко опустите руки, разжав кулаки и растопырив пальцы, причем в этот момент старайтесь с максимальной силой напрягать кисти и плечи. Сделайте 8 серий по 8 раз.

**3. Упражнение «Насос».**

Исходное положение – стоя или сидя прямо, ноги немного уже ширины плеч. Громко вдохните и медленно наклонитесь, а затем так же медленно вернитесь в исходное положение, словно если бы вы работали насосом. Сделайте 8 серий по 8 раз.

**Слайд 20**

**Артикуляционная гимнастика:**

* Улучшает кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость).
* Улучшает подвижность артикуляционных органов.
* Укрепляет мышечную систему языка, губ, щёк.
* Уменьшает спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

**Слайд 21**

Система упражнений по развитию артикуляционной моторики включает как статические упражнения, так и упражнения, направленные на развитие динамической координации речевых движений.

**Артикуляционные упражнения:**

**Статические –** удержание органов артикуляции в определённой позе, они служат для формирования артикуляционного уклада (10-15 секунд).

**Динамические** – многократное повторение одного и того же движения (5-7 раз)

**Слайд 22**

Известен факт, что речевой аппарат связан с мелкой моторикой рук. Поэтому целесообразно выполнять артикуляционную гимнастику с использованием биоэнергопластики.

**Биоэнергопластика**– это сочетание плавных движений кистей рук с движениями органов артикуляционного аппарата. В момент выполнения артикуляционного упражнения рука показывает, где и в каком положении находятся язык, нижняя челюсть или губы.

**Артикуляционная гимнастика с использованием биоэнергопластики**

***Задачи***:

• Развивает подвижность мимико-артикуляционных мышц.

• Вырабатывает чёткие артикуляционные позиции губ и языка.

• Совершенствует пластику движений. Улучшать координацию движений пальцев рук.

• Вырабатывает правильное речевое дыхание.

• Развивает эмоциональную сферу ребёнка.

*Является средством профилактики речевых нарушений у детей среднего дошкольного возраста.*

**Слайд 23**

Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой преподносится детям в виде  сказок, стихов, загадок, считалок, образных иллюстраций.

Открываем ротик дом (*Сначала кулак сжат и рот сомкнут, затем вместе с кулаком открывается рот 3 раза*)

В этом доме две стены

Это щёки там видны.

Могут стены в дом втянуться (*ладошки сблизить, пальцы напряжены, щёки втянуты*)

А потом как шар раздуться (*пальцы рук принимают округлую форму, щёки надуты*)

Пол есть тоже в доме нашем

Челюсть нижнюю покажем

Эта челюсть нижняя

В домике подвижная (*одной рукой делать движения влево-вправо, челюсть двигается за рукой*)

Вход в дом двери запирают

Двери разные бывают

Двери зубы, осторожно!

Запираются надёжно *( «Заборчик», ладони повёрнуты к себе и то собираются в кулачок, то нет.*)  
Двери губы гибкие

Могут стать улыбкой *( «Улыбка», пальцы направлены в сторону*)

Могут в трубочку собраться *(«Трубочка» пальцы в колечко)*

После снова улыбаться *(«Улыбка»- «Трубочка» пальцы рук поочерёдно, то в сторону, то колечком )*

**Слайд 24**

**Су-Джок терапия**

На фоне комплексной логопедической помощи можно использовать нетрадиционные методы терапии, которые не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. К таким методам можно относиться Су-Джок терапия, которая позволяет повысить потенциальный энергетический уровень ребенка, обогащает его знания о собственном теле, развивает тактильную чувствительность, развивает мелкую моторику пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи. В коррекционной работе используется массажный шарик Су Джок, в который входит собственно массажный шар-ёжик (каштан) и два металлических массажных эластичных кольца.

**Слайд 25**

Приемы Су Джок терапии, используемые в работе с детьми с нарушениями речи:  
**1. Массаж массажным шариком Су Джок.**   
На ладони находится множество биологически активных точек, поэтому эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком с шипами. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. Примеры упражнений:  
**«Дорожка»**Шарик положить между ладонями, пальцы прижать друг к другу. Делать массажные движения, катая шарик вперёд-назад.   
**«Шарик»**Шарик положить между ладонями, пальцы прижать друг к другу. Делать круговые движения, катая шарик по ладоням.  
**«Клубок»**   
Держать шарик подушечками пальцев, делать вращательные движения вперёд или назад.   
**«Кнопочки»**Держать шарик подушечками пальцев, с усилием надавить ими на мяч (4—6 раз).   
**«Прятки»**Зажать шарик в одном кулаке, затем в другом.  
Массажные шарики можно использовать в сочетании с упражнениями по коррекции звукопроизношения, при автоматизации звуков в чистоговорках, стихах.  
**2. Массаж эластичным кольцом.**  
 Массаж эластичным кольцом помогает стимулировать работу внутренних органов. Поскольку все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы, то эффективным способом профилактики и лечения болезней является массаж пальцев, кистей эластичным кольцом. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день. Можно использовать речевой материал по лексическим темам, например:  
***«Игрушки»***  
У Павлуши есть игрушки:  
Вот веселая лягушка. *(Надеть массажное кольцо на большой палец).*  
Вот железная машина. *(Надеть массажное кольцо на указательный палец).*  
Это мяч. Он из резины. *(Надеть массажное кольцо на средний палец).*  
Разноцветная матрешка *(Надеть массажное кольцо на безымянный палец).*  
И с хвостом пушистым кошка. *(Надеть массажное кольцо на мизинец).*  
**3. Массаж массажным мячиком.**

Массировать этим мячиком можно руки, ноги, спину и даже голову. Благодаря «колючей» поверхности такого мячика происходит воздействие на кожу, мышцы и нервные окончания, таким образом стимулируя различные точки на теле ребенка. Мячики бывают резиновые, силиконовые, с колючками или пупырышками, с разным диаметром и разной твердостью.   
Упражнения с массажным мячиком:  
1. Взять в руки мяч и покатать его вперед и назад по ладошке.  
2. Покатать мячик круговыми движениями по ладошке, в одну и в другую сторону.  
3. Катать мячик по столу с разной силой надавливания (слабо - сильно).  
4. Катать мячик по внешней стороне руки до локтя и обратно. Затем на другой руке.  
5. Сжимать и разжимать мячик в одной руке, затем в другой.  
6. Подбрасывать в воздух мячик и ловить его.  
7. Зажать мячик между ладонями, пальцы сцепить в "замок", локти направить в стороны. Надавить ладонями на мяч (4—6 раз).  
Для разнообразия занятий можно использовать такой массаж с грецким орехом в скорлупе, каштаном, еловой шишкой, желудем, круглой расческой.  
При выполнении массажа можно использовать речевой материал в соответствие с текстом, например:   
Пустим ежика на стол, *(Катать мячик по столу правой рукой).*  
Ручкой ежика прижмем, *(Сильно ладошкой надавить на мячик).*  
И немножко покатаем… *(Катать мячик по столу).*  
Потом ручку поменяем. *(Катать мячик по столу левой рукой).*  
 Вариативность использования в логопедической практике разнообразных методов и приемов развития ручного праксиса и стимуляция систем соответствия речевых зон по Су Джок позволяет сократить сроки и повысить качество коррекционной работы.

**Слайд 26**

**«Релаксация»**

Ритм жизни человечества в наше время вызывает огромное физическое и психологическое напряжение. Сколько ненужных, бесполезных движений мы делаем и подвергаем нервную систему излишней нагрузке. Физическая и умственная нагрузка, всплеск эмоции истощают организм и одного ночного отдыха ему недостаточно. Усталость тела мы чувствуем сразу, а вот на усталость мозга не всегда обращаем внимание. Если вы не можете сконцентрировать внимание на том, что делаете, это значит, ваш мозг устал и эффективно помочь ему может - релаксация. Уважаемые коллеги и сейчас я предлагаю вам немного расслабиться и получить удовольствие. (*Включается звуки лесного водопада)*

**Закройте, пожалуйста, глаза. Сделайте глубокий вдох и выдох. Расслабьтесь. Представьте себе жаркий летний день. Вы идете по лесной тропинке, вдыхаете аромат разнотравья, слушаете пение птиц… И вот вы слышите необычный звук. Вам интересно, что это, и вы идете на этот звук. И** **неожиданно перед вами появляется водопад. Несмотря на палящую жару, воздух** **здесь свежий. Капли воды попадают вам на лицо, руки… Вы делаете робкие** **шаги в воду и становитесь под водопад. Вода чистая и теплая. Струйки воды** **стекают на ваше лицо, волосы, мягко струятся по шее, спине, рукам, ногам. Они** **стекают и продолжают свой бег дальше. Постойте немного под водопадом, пусть вода омоет ваше лицо, тело, унесет все тревоги, неприятности, усталость…** **Вы чувствуете легкость во всем теле. Выйдите из водопада, пусть солнце согреет и обсушит вас… Пора возвращаться обратно. Оставьте в памяти те приятные** **впечатления, которые вам удалось получить от этого путешествия…. Сделайте** **глубокий вдох, выдох. Откройте глаза. Потянитесь.**

**Рефлексия.** Ну вот и подошла к концу наш семинар. А сейчас я мы предлагаем дать ему оценку. Перед вами мишень. Каждый участник имеет право на один «выстрел». Если содержание семинара достигло своей цели, то стреляйте ближе к «яблочку», ну а если ничего интересного и полезного для своей работы вы не почерпнули, то «стреляйте» ближе к краю мишени.

*( Каждый участник педагогического взаимодействия делает «выстрелы» в мишень, ставя в отметку, соответствующую его оценке)*