**Консультация для родителей имеющих детей с ОНР. «Развитие речи ребёнка и воспитание ЗОЖ»**

**Описание:** В консультации описаны здоровьесберегающие приёмы работы учителя-логопеда с детьми с ТНР
**Цель:** Уточнение и обогащение знаний у родителей детей с ТНР по теме «Развитие речи ребёнка и воспитание ЗОЖ».
**Задачи:**
- уточнить и обогатить знания родителей детей с ТНР по данной теме;
- показать важность здоровьесберегающих приёмов;
- способствовать применению здоровьесберегающих приёмов родителями в домашних условиях;
- повысить педагогическую компетентность родителей.



Любой вежливый человек при встрече здоровается, т.е. желает здоровья. В детском саду педагоги так же учат детей здороваться друг с другом и со взрослыми людьми. Мы призываем их не только быть вежливыми, но и приучаем к здоровому образу жизни. Мне, как учителю-логопеду, хотелось бы поговорить сегодня на тему «Развитие речи ребёнка и воспитание здорового образа жизни».
Цель логопедических занятий: всестороннее развитие речи детей с общим недоразвитием речи.
Что бы достичь цели логопед ставит перед собой основные задачи:
-сохранить физическое и психическое здоровье детей;
-максимально восстановить нарушенные функции, связанные с речевыми и психическими процессами.
Дети с ОНР отличаются по физическому, психическому и речевому развитию от своих сверстников. Конечно, они отстают от них. Многие дети с ОНР выполняют движения, связанные с общей и ручной моторикой, не в полном объёме. У них замедленная переключаемость, движения не всегда точные и координированные, темп несколько замедлен. Возможна леворукость. Навыки работы с карандашом и манипуляции с предметами часто или не развиты или недостаточно развиты.

Мимическая мускулатура и артикуляционная моторика также отстают в развитии от нормально развивающихся сверстников. У них наблюдается повышение или понижение мышечного тонуса, синкинезии и гиперкинезы, сглаженность носогубных складок.
У детей с ОНР часто нарушено дыхание и голосообразование. Дыхание неглубокое, поверхностное, часто верхнеключичное. Продолжительность речевого выдоха обычно недостаточная. Голос слабо модулированный. Довольно часто присутствует дисритмия.
Психическое развитие таких детей так же имеет ряд особенностей. Страдает зрительное восприятие, т.к. дети с ОНР не всегда умеют правильно соотносить цвета, затрудняются при определении предмета нужной геометрической формы.
Слуховое внимание развито недостаточно. У таких детей страдает восприятие и воспроизведение заданного ритма.
Ориентировка в пространстве, в схеме собственного тела нарушены. Дети путают понятия «вверху», «внизу», «слева», «справа». Для них бывает сложно сложить разрезанную на части картинку либо фигуру из счетных палочек по образцу и по памяти.
В коррекционной работе с детьми учителя-логопеды все чаще используют здоровьесберегающие приёмы. Здоровье будущего поколения в условиях реализации ФГОС дошкольного образования является важным компонентом в построении практической работы с детьми.
В своей логопедической деятельности, для наиболее быстрого достижения цели: всестороннего развития речи, я использую различные здоровьесберегающие технологии, такие как артикуляционная гимнастика, кинезиологические упражнения, пальчиковая гимнастика, биоэнергопластика, дыхательная гимнастика, массаж, самомассаж, релаксация, глазодвигательные упражнения. Кроме того, осуществляется дифференцированный подход к детям, т.к. все по-разному справляются с коррекционной программой. Индивидуальная работа строится в соответствии с проблемами ребёнка, направлена на укрепление психического и соматического здоровья обучающихся, на успешное исправление дефектов речи.
Учитель-логопед занимается с детьми индивидуально и фронтально (с подгруппой или группой детей).
Работа логопеда по исправлению недостатков звукопроизношения начинается с подготовки органов артикуляции с помощью **артикуляционной гимнастики**. У детей вырабатывается точность движений языка и губ, подвижность артикуляционного аппарата, растёт объём движений. Существуют специальные упражнения для подготовки артикуляционного аппарата к постановке свистящих, шипящих, сонорных звуков. Что бы сохранить игровую форму, интересную для детей, к нам на такие занятия приходит логопедическая игрушка-собачка, у которой язычок может показывать разные положения с помощью руки.
Давно доказано, что развивая пальчики, мы развиваем речь. Так ежедневные тренировки с помощью различных **пальчиковых и кинезиологических упражнений** развивают не только мелкую моторику, но и стимулируют развитие речевых зон. **Массаж** кистей рук и пас¬сивные сгибания и разгибания пальчиков, показали, что рече¬вые области формируются под влиянием импульсов, поступаю-щих от пальцев рук. Тонкие движения пальцев рук появляются раньше артикуляции слогов. Последующее совершенствование речевых реакций прямо зависит от степени натренированности движений пальцев. Поэтому необходима тренировка не только артикуляционного аппарата, но и движений пальцев рук.
Поскольку связь рук с мозгом перекрестная и речевые центры формируются в обоих полушариях, во время занятий необходимо давать нагрузку двум рукам одинаково.
Тренировать пальцы рук нужно с помощью массажа и паль¬чиковой гимнастики. Следует отметить, что слабое развитие моторики остается основной проблемой детей, поступающих в 1-й класс. Причин несколько. Самая главная — подбор упраж¬нений, ориентированных на работу основных пальцев (большого, указательного, среднего). Поэтому на занятиях я использую упраж¬нения включающие изолированные движения каждого пальца.
Для занятий существуют следующие прави¬ла: начинать с выполнения задания ведущей рукой, затем повто¬рение движения другой рукой, затем два одинаковых движения обеими руками одновременно, два разных движения обеими ру¬ками одновременно. Тренировка тонких, координированных движений пальцев и кисти рук является важнейшим фактором, стимулирующим речевое развитие ребенка, способствующим улучшению артикуляционных движений, подготовки кисти к письму и, что не менее важно, мощным средством, повышающим работоспособность коры головного мозга, стимулирующим развитие мышления ребёнка.
На фронтальной организованной образовательной деятельности я практикую некоторые виды **массажа и самомассажа** биологически активных точек: ушных раковин, лица, кистей рук. Массаж оказывает общеукрепляющее воздействие, повышает тонус, эластичность и сократительную способность мышц. Он стимулирует деятельность нервных центров. Под влиянием массажа в рецепторах кожи и мышцах возникают импульсы, которые достигают коры головного мозга, оказывают тонизирующее воздействие на центральную нервную систему, в результате чего повышается ее регулирующая роль в отношении работы всех систем и органов. Дети обучаются таким приемам самомассажа как поглаживание, растирание, разминание, активные и пассивные движения. Все действия детей сопровождаются речью. Массаж может быть успокаивающим и тонизирующим. Очень прост и интересен массаж кистей рук веточками ели, шишками, шестигранным карандашом, шариками Су-Джок.
Игровые упражнения для**релаксации**способствуют расслаб¬лению, самонаблюдению, воспоминаниям событий и ощущений. Практика показывает, что воздействие дополнительно на двигательную функцию дает свой эффект и на уровне эмоциональной и интел¬лектуальной сфер, — его называют «эффектом ненаправленной коррекции», ребенок получает знания о собственном теле. Исполь¬зование релаксационных упражнений активизирует высшие психические функции, является гарантом спокойствия и уравновешивания психики.
**Глазодвигательные упражнения** позволяют расширить поле зре¬ния, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправлен¬ные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимо¬действие и повышают энергетизацию организма. Систематические занятия способствуют снижению психической утомляемости, избыточной нервной возбудимости, агрессии, улучшают межличностные отношения, способствуют росту доброжелательности во взаимоот-ношениях, улучшают общее чувство гармонии и ритма.
**Биоэнергопластика** – это соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки. В момент выполнения артикуляционного упражнения рука показывает, где и в каком положении находится язык, нижняя челюсть или губы.
Движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это в свою очередь, положительно влияет на повышение уровня развития интеллектуальной деятельности детей, совершенствует координацию движений и мелкую моторику.
После артикуляционных и кинезиологических упражнений целесообразно прово-дить упражнения для развития речевого дыхания.
**Дыхательные упражнения** сначала проводятся без речи. Упражнения по обучению детей дыхательному управляемому ротовому неречевому выдоху являются подготовительным этапом для формирования шипящих и свистящих звуков. Дыхательные упражнения могут сочетаться с движениями.
Основу дыхательных упражнений, способствующих расслаблению, составляют упражнения с углублением и замедлением вдоха и выдоха, что достигается путем длительного произнесения гласных звуков (ах-ох-ух). Нагрузка постепенно возрастает за счет увеличения числа повторений и усложнения задания.
Для занятий подбираются динамические паузы с использованием упражнений, синхронизирующих работу полушарий головного мозга, которые способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания. Эта методика (Л.З. Арутюнян), направлена на синхронизацию речи с движениями пальцев ведущей руки. Упражнение выполняется сидя. Дети кладут руку на бедро возле колена и делают легкие нажатия пальцами при произнесении каждого слова стихотворения. Таким образом, воспроизводится ритмико – интонационный рисунок фразы.
Соблюдая здоровьесберегающие приемы на логопедических занятиях, учитель - логопед не может забыть о коррекции психоэмоциональной сферы дошкольников. Поэтому на своих занятиях я стараюсьсоздать положительный эмоциональный фон, используя музыку и шумовые эффекты (шум моря, леса, ветра, пение птиц, голоса животных).
Все вышеперечисленные методы и приёмы способствуют достижению положительных результатов. У детей – логопатов приходит нормализуется мышечный тонус органов артикуляции, формируются двигательные функции органов артикуляции, активизируются речевые функции, повышается работоспособность, улучшается соматическое состояние, улучшается внимание, память, мышление, восприятие; снижается эмоциональное напряжение и тревожность.
Применение элементов и технологий здоровьесбережения повышает мотивацию обучения, активизирует мыслительную деятельность детей. Кроме этого, использование элементов здоровьесбережения позволяет учителю – логопеду проектировать коррекционно – развивающий процесс, вносить изменения и дополнения по своему желанию и исходя из индивидуальных особенностей ребенка – логопата.
Всё чаще, здоровый образ жизни начинает занимать главное место, касающееся ценностей человека в нашем обществе. И если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут больше здоровы и развиты, не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.