

ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКОВ

Исправление речи у младших школьников

**Татьяна
Потапова,**
*учитель-логопед
московского
Центра
образования
№ 1497*

Сохранение здоровья детей в процессе обучения — одна из приоритетных задач педагогики. Сохранение здоровья особенно важно для детей с нарушениями речи, поскольку они соматически ослаблены, а некоторые имеют хронические заболевания. Дети с нарушениями речи часто отличаются от своих сверстников по показателям физического и нервно-психического развития. Им свойственны эмоциональная возбудимость, двигательное беспокойство, неустойчивость и истощаемость нервных процессов, отсутствие длительных волевых усилий, отставание в развитии общей и мелкой моторики. У детей с дизартрическим компонентом — скованные нескоординированные движения пальцев рук. Поэтому учителю приходится исправлять не только сам речевой дефект, но и поддерживать психическое и физическое состояние ребёнка.

Всемирной организацией здравоохранения так определено понятие «здоровье»: «Здоровье — это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов».

Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья школьников, увеличения количества детей с нарушениями психического и речевого развития диктует необходимость искать механизмы, помогающие изменить эту ситуацию в лучшую сторону. Решению этой задачи помогают здоровьесберегающие технологии. Они просты, но эффективны, апробированы в нашем центре.

• **Санитарно-гигиенические нормы обучения детей** включают в себя чистоту и порядок в помещении. Правильный подбор пособий, мебели, режим проветривания помещений. Объём нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту детей. Учитель обязан следить за правильной осанкой детей и правильным держании авторучки.

• **Сохранение психического здоровья детей** включает в себя создание для них психологического комфорта во время занятий, ситуации уверенности в своих силах. Учитель на занятиях обязан обеспечивать доброжелательную атмосферу, не кричать на детей. Большинство жалоб родителей в адрес школы сводится к тому, что учителя грубо и резко разговаривают с детьми, оскорбляют их. Это недопустимо. Крик учителя травмирует психику ребёнка. Если ребёнок расторможенный и не сидит за партой, то не стоит его грубо одёргивать. Переключить ребёнка на учебную деятельность, дать ему задание — это увлечёт школьника и успокоит его.

Сохранение психического здоровья учащихся на занятиях заключается ещё и в том, чтобы не перегружать детей письменными упражнениями. С этой целью предлагать классу кроссворды, начерченные на доске. Дети поочерёдно устно отгадывают слова, поочерёдно выходят к доске, вписывают мелом слова в кроссворд. Полезно составлять кроссворд по орфографическому признаку: например, все слова отгадки заканчиваются на мягкий знак или все слова отгадки содержат сомнительную согласную в конце слова.

Чтобы занятие было живым и эмоциональным, можно дать детям поиграть в учителя. Каждый поочерёдно вместо учителя выходит к доске и задаёт вопросы одноклассникам. Логопед в это время садится за парту вместо ученика. Дети очень любят эту игру и задают самые трудные вопросы логопеду и своим товарищам, например: можно ли переносить букву «я»?

Для психологического комфорта детей оцениваю хорошие работы и успехи учащихся оценками «4» или «5» и ставлю их в дневник.

• **Физкультминутки или телесные упражнения.** «Перекрёстное марширование» — шагаем, высоко поднимая колени, попеременно касаясь рукой противоположной ноги. Вращаем руки круговыми движениями вперёд и назад — выполняем упражнение «мельница».

• **Артикуляционная гимнастика.** Регулярное её выполнение помогает улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их нервную проводимость и подвижность. Артикуляционную гимнастику полезно выполнять с добавлением движения кисти руки. Кисть руки имитирует движения языка.

Упражнения

«Часики» — язык отклоняется влево и вправо, и ладонь отклоняется влево и вправо. Это упражнение дети выполняют, сидя за партой.

«Качели» — язык поднимается вверх — вниз, и движение ладони вверх — вниз.

«Маляр» — язык движется по верхнему нёбу вглубь рта. Кисть руки — четыре пальца вместе двигаются вперёд — назад.

«Трубочка» — язык свёрнут трубочкой, ладонь собрана в щепоть.

«Чашечка» — язык поднят чашечкой к верхним зубам, кисть руки имитирует положение чашечки.

«Жало» — язык острый, пальцы в кулаке, указательный палец выдвинут вперёд.

- **Дыхательная гимнастика.**

Упражнения

«Свеча» (сидя за партой). Учитель просит детей представить, что перед ними стоит большая свеча. «Сделайте глубокий вдох и одним выдохом задуите свечу. Представьте пять маленьких свечек и маленькими порциями задуите их».

«Собачке жарко» — детям надо часто подышать с высунутым языком.

«Шарик» — вдох носом, при этом живот выпячивается вперёд, а выдох ртом. Живот вбираем в себя.

• **Пальчиковая гимнастика** направлена на развитие мелкой моторики.

Упражнения

«Колечко» — дети поочерёдно перебирают пальцы рук, соединяя их в кольцо в прямом и обратном порядке.

«Кулак–ребро–ладонь» — дети сидят за партой, руки на столе, последовательно сменяют положение кисти — кулак, ладонь ребром, ладонь на столе. Каждой рукой отдельно, а потом двумя руками вместе.

«Зеркальное рисование». На столе чистый лист бумаги. Дети начинают рисовать одновременно двумя руками (квадраты, треугольники, линии, буквы). При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, то увеличивается эффективность работы всего мозга.

Развитию мелкой моторики способствует разбор крупы разного размера в три миски (фасоль, рис, горох).

г. Москва