

Влияние дыхательной и артикуляционной гимнастик на соматическое здоровье воспитанников с ОНР.

Здоровье – это базовая ценность и необходимое условие полноценного психического, физического и социального развития ребенка. Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать здоровье в будущем.

Актуальность: влияние методов и приемов сохранения здоровья дошкольников.

Цели: определить более эффективные методы и приемы сохранения здоровья воспитанников.

Задачи:

- провести анализ заболеваемости детей с ОНР до зачисления их в группу компенсирующей направленности.

- провести сравнительный анализ заболеваемости воспитанников в группе компенсирующего вида с периодом нахождения их в общеразвивающих группах.

- выводы из проведенного сравнительного анализа.

Гипотеза

Определить влияние дыхательной и артикуляционной гимнастик на соматическое здоровье воспитанников логопедических групп.

В ходе подготовки к плановому психолого – медико – педагогическому консилиуму учитель – логопед и старшая медицинская сестра ДООУ провели выборку из медицинских карт дошкольников с ОНР о количестве пребывания их на больничных листах по заболеваемости ОРВИ за период учебного 2016 – 2017, 2017 – 2018 и 2018 – 2019 года.

Выяснилось, что данные дети, находясь в группах общеразвивающего вида за 2016 – 2017 год находились на больничных листах за учебный год от 4 – 6 (некоторые и до 7)раз. Многие из них имели статус часто болеющих детей.

Являясь воспитанниками групп ОНР данные дети находились на больничных листах один раз или не заболевали.

Соответственно, у специалистов возник вопрос – почему это происходит?

Как только по решению районного ПМПК зачисляются дети из общеразвивающих групп в группы компенсирующей направленности, с ними начинают работать все узкие специалисты ДОУ.

В коррекционной работе учителя – логопеда первоначальным обязательным этапом индивидуального занятия с ребенком является дыхательная гимнастика.

Известно, что дыхательная гимнастика:

- повышает общий жизненный тонус человека, сопротивляемость, закаленность и устойчивость организма к заболеваниям дыхательной системы
- предупреждает застойные явления в легких, удаляет мокроту, способствует нормализации физиологического дыхания через нос;
- укрепляет дыхательную мускулатуру, увеличивает подвижность грудной клетки и диафрагмы;
- стимулирует обмен веществ, благотворно воздействует на эндокринную и сердечно-сосудистую системы, кровообращение;
- насыщает организм оптимальным количеством кислорода;
- способствует уравниванию нервных процессов.

Дыхание — один из важнейших физиологических процессов. От дыхания во многом зависят здоровье человека, его физическая и умственная деятельность, работоспособность и выносливость.

Методика дыхательной гимнастики Б. С. Толкачева

Данный метод физической реабилитации детей, страдающих респираторными заболеваниями, характеризуется сочетанием простых физических упражнений с озвученным выдохом.

и Методика дыхательной гимнастики К. П. Бутейко.

Суть метода заключается в освоении неглубокого дыхания и задержке дыхания.

Методика парадоксальной дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой.

Суть этой методики — в активном коротком вдохе, который тренирует все мышцы дыхательной системы. Внимание на выдохе не фиксируется, он должен происходить самопроизвольно. Это самая сложная гимнастика, которая используется в старшем дошкольном возрасте.

Артикуляционная гимнастика — это совокупность специальных упражнений, направленных на укрепление мышц артикуляционного аппарата, развитие силы, подвижности и дифференцированности движений органов, участвующих в речевом процессе.

Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики помогает улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их нервную проводимость.

Научное исследование влияния дыхательной гимнастики и артикуляционной на состояние здоровья ребенка, дает основание считать, что выполняя их детский организм оздоравливается и укрепляется.

Рекомендовать: инструктору по физической культуре разработать комплекс дыхательной гимнастики с включением в зарядку.

Вывод: необходимо педагогам ДООУ обратить внимание на применение в работе дыхательной гимнастики и ввести в воспитательно - образовательный процесс регулярное использование дыхательной гимнастики в режимных моментах.

Подготовила: учитель – логопед Черепанова Н.В.