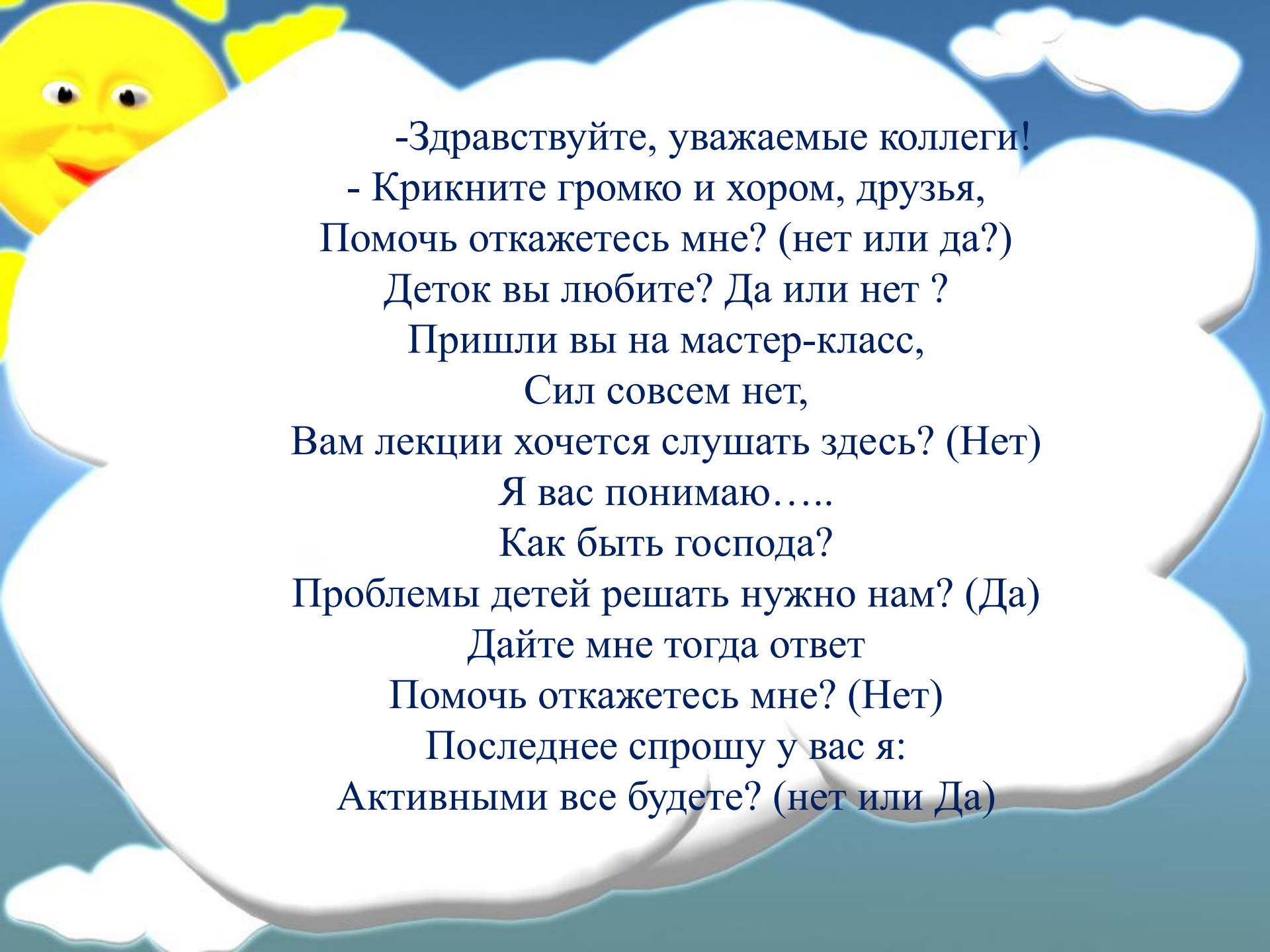


МКОУ Рождественская СОШ



Здоровьесберегающие  
технологии в практике логопеда

Учитель – логопед:  
Сайфулина Елена  
Павловна



-Здравствуйте, уважаемые коллеги!  
- Крикните громко и хором, друзья,  
Помочь откажетесь мне? (нет или да?)

Деток вы любите? Да или нет ?

Пришли вы на мастер-класс,

Сил совсем нет,

Вам лекции хочется слушать здесь? (Нет)

Я вас понимаю.....

Как быть господа?

Проблемы детей решать нужно нам? (Да)

Дайте мне тогда ответ

Помочь откажетесь мне? (Нет)

Последнее спрошу у вас я:

Активными все будете? (нет или Да)



## *Здоровьесберегающие технологии*

– это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального и физического здоровья всех субъектов образовательного процесса.



Цель:

обеспечить высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков для ведения здорового образа жизни и воспитания у учащихся культуру здоровья.





**Ребенок  
не говорит  
Это норма  
или  
патология?**



# Принципы здоровьесберегающих технологий:

- Принцип «не навреди!»
- Принцип сознательности
- Принцип непрерывности процесса
- Принцип систематичности и последовательности
- Принцип доступности и индивидуальности
- Принцип системного чередования нагрузок и отдыха
- Принцип постепенного наращивания оздоровительного воздействия
- Принцип возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса







# *Артикуляционная гимнастика*

## Цели и задачи

**Цель артикуляционной гимнастики:** выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, умение объединять простые движения в сложные, необходимые для правильного произнесения звуков.

### **Основные задачи артикуляционной гимнастики:**

- развитие подвижности языка (умение делать язык широким и узким, удерживать широкий язык за нижними резцами, поднимать за верхние зубы, отодвигать его назад, в глубь рта и т.д.);
- развитие достаточной подвижности губ (умение вытягивать их вперед, округлять, растягивать в улыбку, образовывать нижней губой щель с передними верхними зубами);
- развитие умения удерживать нижнюю челюсть в определенном положении, что важно для звуков.



## Упражнение «Улыбочка – трубочка» или «Лягушка и слонёнок»

Давай будем превращаться то в лягушку, то в слоника. На счёт «раз» улыбнись, покажи сомкнутые зубки и удерживай губы в улыбке. На «два»- вытягивай сомкнутые губы вперёд и удерживай их в таком положении. Чередуй движения «лягушка – слоник» 5 -6 раз на счёт «раз – два».

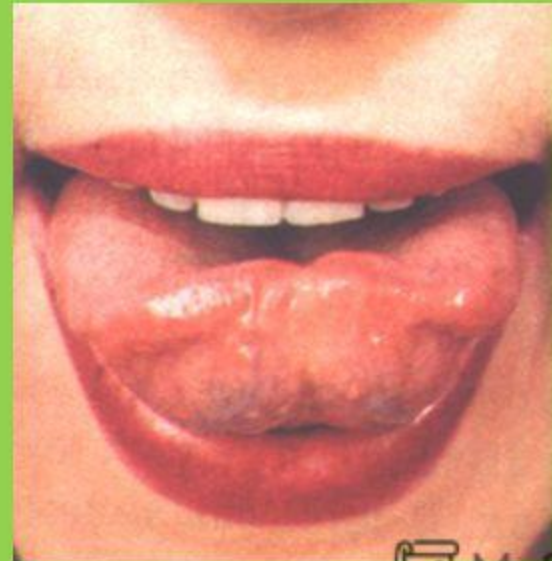


## Упражнение «Чашечка»



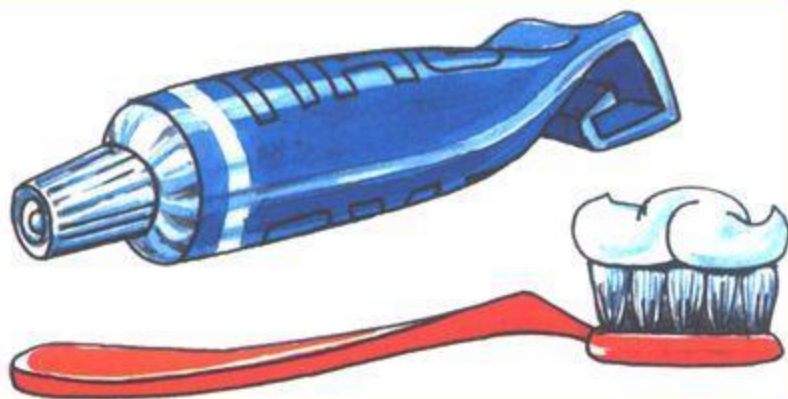
Вкусных мы блинов поели,  
Выпить чаю захотели.  
Язычок мы к носу тянем,  
Чашку с чаем представляем.

Открой рот, высунь язычок и тяни его к носу. Старайся, чтобы бока языка были подняты, не поддерживай его верхней губой. Удерживай язык в таком положении до десяти счётов. Повтори 3-4 раза.



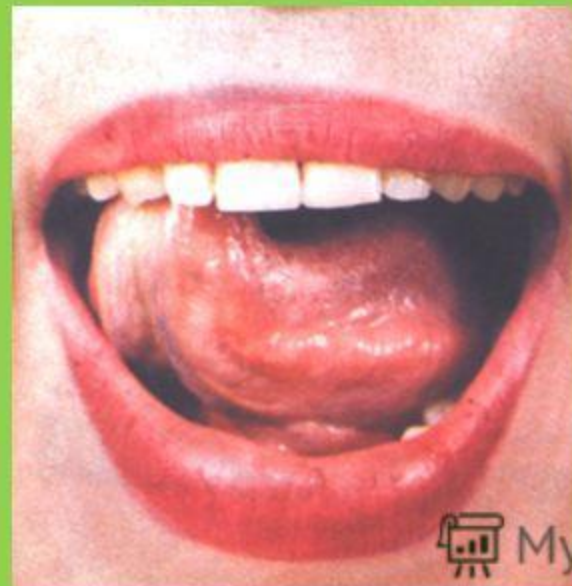
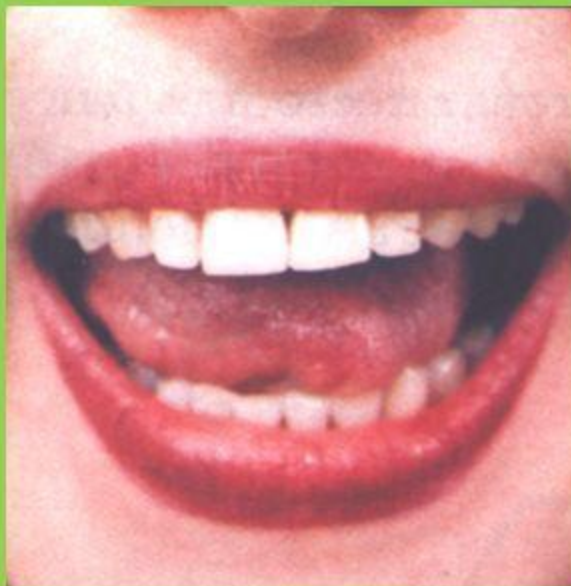


## Упражнение «Чистим зубы»



1. Улыбнись, открой рот, кончиком языка сильно «чисти» (води языком влево – вправо) за нижними зубами под счёт (семь – восемь раз).

2. Теперь почисти за верхними зубами. Не спеши, чисти под счёт взрослого.



## Упражнение «Лошадка»

Я весёлая лошадка,  
Тёмная, как шоколадка.  
Язычком пощёлкой громко –  
Стук копыт услышишь звонкий.

Изобрази, как лошадка стучит копытами: улыбнись, открой рот, щёлкай языком громко и энергично. Старайся, чтобы нижняя челюсть была неподвижной и «прыгал» только язык.





**Молодцы!!**



# **Виды дыхательной гимнастики**

- 1. Успокаивающая дыхательная гимнастика**
- 2. Тонизирующая дыхательная гимнастика (парадоксальная гимнастика А.Н. Стрельниковой)**
- 3. Закаливающее носовое дыхание (по Б.В. Шеврыгину)**
- 4. С элементами хатха-йоги (по Л.И. Латохиной)**





## **«Часики»**

**цель: Тренировка артикуляционного дыхания;  
согласование движений рук с дыхательными  
движениями грудной клетки.**

**«Часики вперед идут (вдох)  
За собою нас зовут» (выдох)**

## **«Насос»**

**цель: тренировка правильного носового  
дыхания; формирование ритмичного выдоха и  
его углубление.**

**«Накачаем мы воды (вдох)  
Чтобы поливать цветы» (громкое  
произношение звука «с-с-с»)(выдох).**

## **Правила выполнения упражнений:**

- 1. Перед игрой с ребенком можно обсудить ее содержание. Это не только позволит подготовить его к правильному выполнению упражнения, но и создаст необходимый эмоциональный настрой.**
- 2. Перед началом упражнений дети разогревают ладони легкими поглаживаниями до приятного ощущения тепла.**
- 3. Все упражнения выполняются в медленном темпе, от 3 до 5 раз, сначала правой рукой, затем левой, а потом двумя руками вместе.**
- 4. Выполняйте упражнение вместе с ребенком, при этом демонстрируя собственную увлеченность игрой.**
- 5. При выполнении упражнений необходимо вовлекать, по возможности, все пальцы руки.**
- 6. Необходимо следить за правильной постановкой кисти руки, точным переключением с одного движения на другое.**



# «Бурый мишенька»



Сима. Животный мир



## СТРОИТЕЛЬ

Я хочу построить дом,  
Чтоб окошко было в нём,  
Чтоб у дома дверь была,  
Рядом чтоб сосна росла.



## ЛОДОЧКА

Две ладошки прижму.

И по морю поплыву

Две ладошки, друзья, -

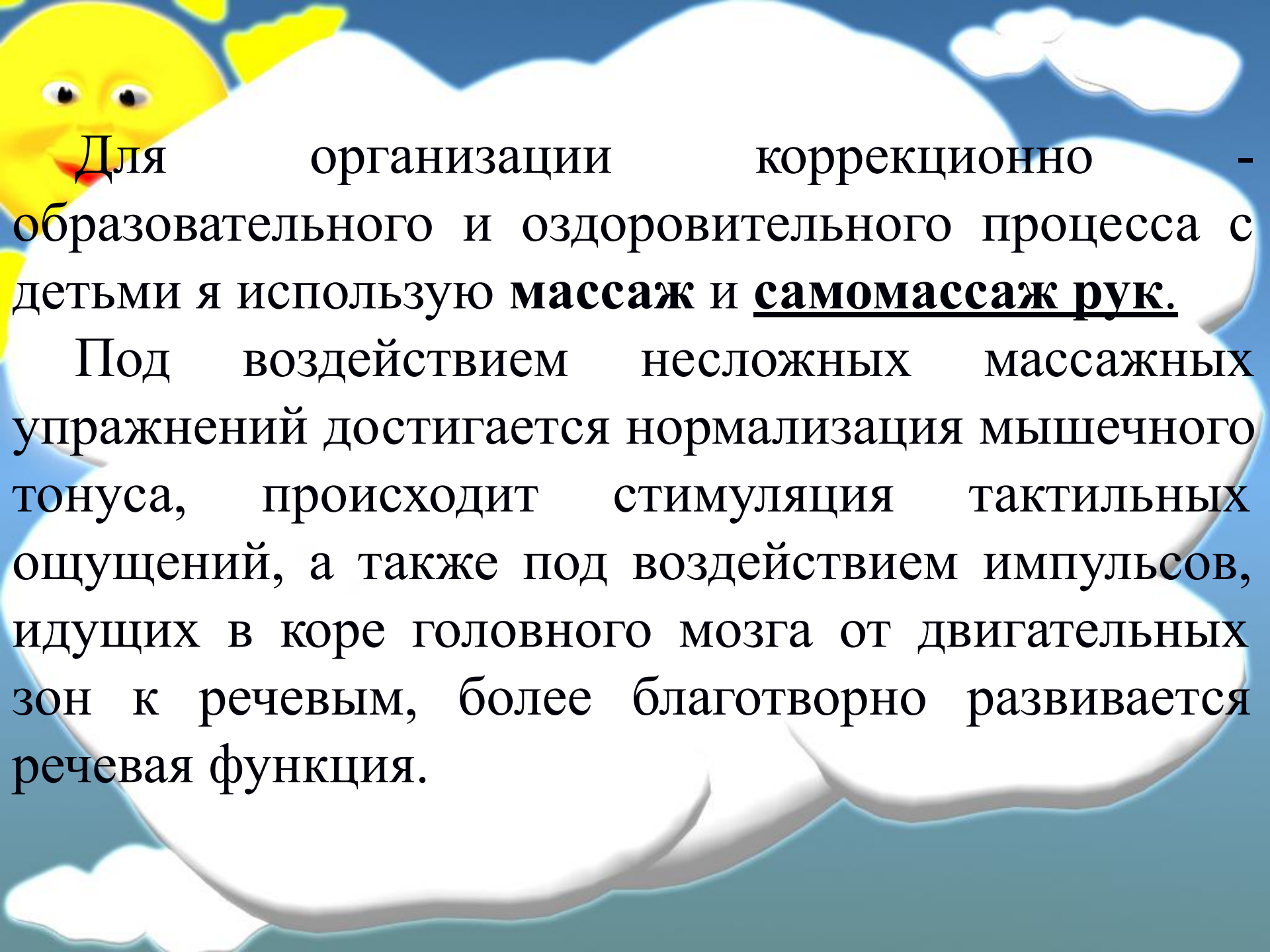
Это лодочка моя.

Паруса подниму,

Синим морем поплыву.

А по бурным волнам

Плывут рыбки тут и там.



Для организации коррекционно -  
образовательного и оздоровительного процесса с  
детьми я использую **массаж** и **самомассаж рук**.

Под воздействием несложных массажных  
упражнений достигается нормализация мышечного  
тонуса, происходит стимуляция тактильных  
ощущений, а также под воздействием импульсов,  
идущих в коре головного мозга от двигательных  
зон к речевым, более благотворно развивается  
речевая функция.



# Массаж спины.

**Дождик бегаёт по крыше - Бом! Бом! Бом! По весёлой звонкой крыше –  
Бом! Бом! Бом!**

Дети встают друг за другом «паровозиком» и прихлопывают друг друга по спинкам.

**Дома, дома посидите,- Бом! Бом! Бом! Никуда не выходите,- Бом! Бом!  
Бом!**


Постукивают пальчиками.

**Почитайте, поиграйте,- Бом! Бом! Бом! А уйду – тогда гуляйте, Бом!  
Бом! Бом!**

Поколачивают кулачками.

**Дождик бегаёт по крыше - Бом! Бом! Бом! По весёлой звонкой крыше –  
Бом! Бом! Бом!**

Поглаживают ладошками.



С успехом в своей работе использую элементы **точечного массажа**. Учёным давно известно, что есть связь между участками кожи и внутренними органами. В результате точечного массажа укрепляются защитные силы организма. И он сам начинает вырабатывать «лекарства», которые намного безопаснее таблеток.

«Наступили холода»

Ехать в поезде тепло  
Поглядим-ка мы в окно.

А на улице зима,  
Наступили холода.

Да-да-да-

Наступили холода.

*Потереть ладошки друг о друга.*

Да-да-да-

Превратилась в лёд вода.

*Мягко провести большими пальцами рук по шее сверху вниз.*

Ду-ду-ду-

Поскользнусь я на льду.

*Указательными пальцам*

*Указательными пальцами помассировать крылья носа.*

Ду-ду-ду-

Я на лыжах иду.

*Растереть ладонями уши.*

Ды-ды-ды-

На снегу есть следы.

*Приставить ладони ко лбу «козырьком» и энергично растирать лоб движениями в стороны - к середине лба.*

Ди-ди- ди-

Ну, заяц. погоди!

*Погрозить пальцем.*





# Гимнастик

а

# для глаз





Закройте глаза,  
осчитайте до 5,



5,  
откройте глаза





\* Закройте левой рукой левый глаз,

СТЬ ОТД

аблюда

бочками

ПРАВЫМ Г



**МОЛОДЦЫ!**





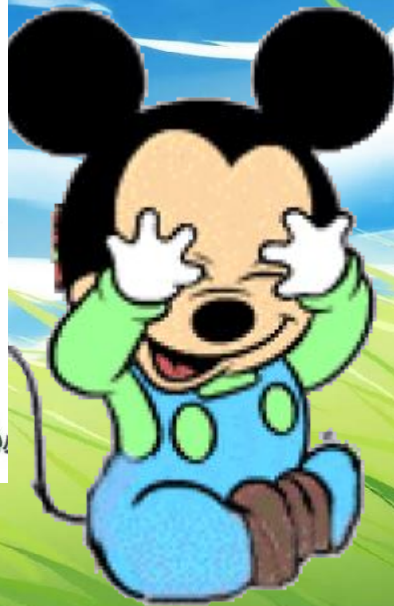


**\* Закройте правой рукой  
правый глаз, пусть  
отдохнет.**

**\* Наблюдайте  
за птичкой левым глазом.**

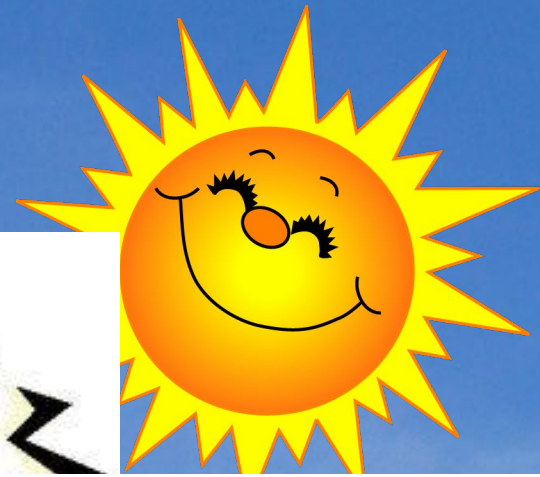


Представьте, что на вас дует ветер.  
Поморгайте глазами.





А теперь, пускай глаза  
отдохнут



1. Разогрейте ручки



2. Приложите теплые  
ручки

к закрытым глазам  
Сосчитайте до 10.





**Цель:** воздействовать на биологически активные точки по системе Су - Джок, стимулируя речевые зоны коры головного мозга.

## Су-Джок терапия

Су - кисть

Джок - стопа



# Приёмы Су-Джок терапии

1. Массаж специальным шариком.



2. Массаж эластичным кольцом.






**Массаж Су-Джок шарами!**

**Дети повторяют слова и выполняют при этом движения.**

**Что ты ёж такой колючий,  
Это я на всякий случай.  
Знаешь кто мои соседи,  
Волки, лисы и медведи!!!**





**Кинезиология** – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

## **Основная цель кинезиологии:**

Развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

## **Задачи:**

- Развитие межполушарной специализации.
- Синхронизация полушарий.
- Развитие общей и мелкой моторики.
- Развитие памяти, внимания, воображения, мышления.
- Развитие речи.
- Формирование произвольности.
- Снятие эмоциональной напряженности.
- Создание положительного эмоционального настроения.



# «Кулак, ребро, ладонь»





## Зеркальное рисование геометрических фигур обеими руками одновременно



# Что такое биоэнергопластика?

- Биоэнергопластика – это соединение движений органов артикуляционного аппарата с движениями кисти руки.
- Термин биоэнергопластика состоит из 2 слов: биоэнергия и пластика.
- «Биоэнергопластика» включает в себя три базовых понятия: био — человек как биологический объект; энергия — сила, необходимая для выполнения определенных действий; пластика — плавные движения тела, рук, которые характеризуется непрерывностью, энергетической наполненностью, эмоциональной выразительностью.





Чем больше уверенности в движении  
детской руки, тем ярче речь  
ребёнка, чем больше мастерства в  
детской руке, тем ребёнок умнее.

В.А. Сухомлинский.





## Биоэнергопластика

```
graph TD; A[Биоэнергопластика] --- B[Поддерживает положительный эмоциональный настрой ребёнка и педагога]; A --- C[Помогает длительно удерживать интерес ребёнка]; A --- D[Помогает повысить мотивационную готовность детей к занятиям];
```

Поддерживает  
положительный  
эмоциональный  
настрой  
ребёнка и педагога

Помогает  
длительно  
удерживать  
интерес ребёнка

Помогает  
повысить  
мотивационную  
готовность  
детей к занятиям



# Логоритмика

- система упражнений, заданий, игр на основе сочетания музыки и движения, музыки и слова; музыки, слова и движения, направленная на решение коррекционных, образовательных и оздоровительных задач:

Закрепление двигательных умений, выработка двигательного навыка;

Развитие музыкального, звуковысотного, тембрового, динамического слуха;

Развитие речевой моторики для формирования артикуляционной базы звуков, темпа и речи;

Развитие правильного дыхания и певческого диапазона голоса;

Развитие чувства ритма;

Развитие слухового внимания;

Развитие пространственной организации движений;

Развитие общей моторики, мимики

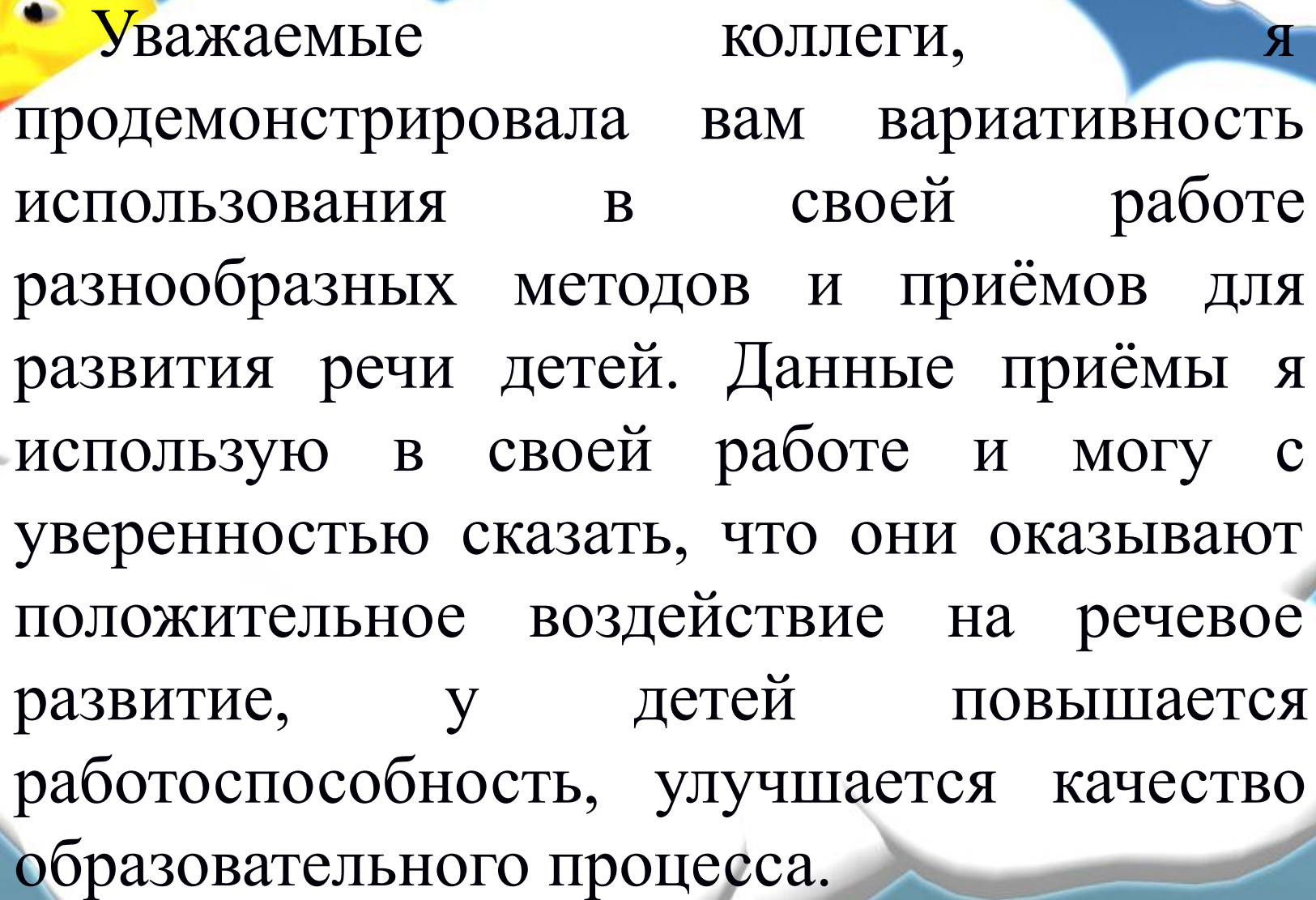
# «Весёлые лягушата»





Правильно  
говорящий ребёнок  
– здоровый  
ребёнок!





Уважаемые коллеги, я продемонстрировала вам вариативность использования в своей работе разнообразных методов и приёмов для развития речи детей. Данные приёмы я использую в своей работе и могу с уверенностью сказать, что они оказывают положительное воздействие на речевое развитие, у детей повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса.



А сейчас, дорогие коллеги (**под спокойную музыку**)

Прижмите обе руки к груди, закройте глаза и прислушайтесь, как бьётся ваше сердце! . А теперь представьте, что у вас в груди вместо сердца кусочек ласкового солнышка. Яркий и тёплый свет его разливается по телу, рукам, ногам. Его столько, что он уже не вмещается в нас. А сейчас откройте глаза, давайте улыбнёмся и подарим друг другу немного света и тепла своего сердца.

А сейчас мысленно положите на левую руку всё то, с чем вы пришли сегодня на мастер-класс: свой багаж мыслей, знаний, опыта. А на правую руку - то, что получили сегодня позитивного на моём мастер-классе!

А сейчас давайте одновременно хлопнем в ладоши и скажем  
**СПАСИБО!**

А мне остаётся только поблагодарить вас за внимание, а участников за работу.





Sera

А. Д. Харогка

**Спасибо за внимание!!!**

