

Здоровьесберегающие технологии на занятиях с логопедом.



Современные здоровьесберегающие технологии, используемые на логопедических занятиях

- Артикуляционная гимнастика
- Дыхательная гимнастика
- Гимнастика для глаз
- Су-Джок терапия
- Динамические паузы
- Развитие мелкой моторики
- Самомассаж
- Релаксация
- Сказкотерапия
- Логоритмические упражнения
- Мнемотехника
- Психогимнастика

Дыхательная гимнастика

Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы.

В комплексы дыхательной гимнастики включают сдувание пушинок, настольно – печатные игры.

Комплексы упражнений используют в положении стоя и сидя.

К упражнениям подобран речевой материал в соответствии с комплексно – тематическим планированием. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания).

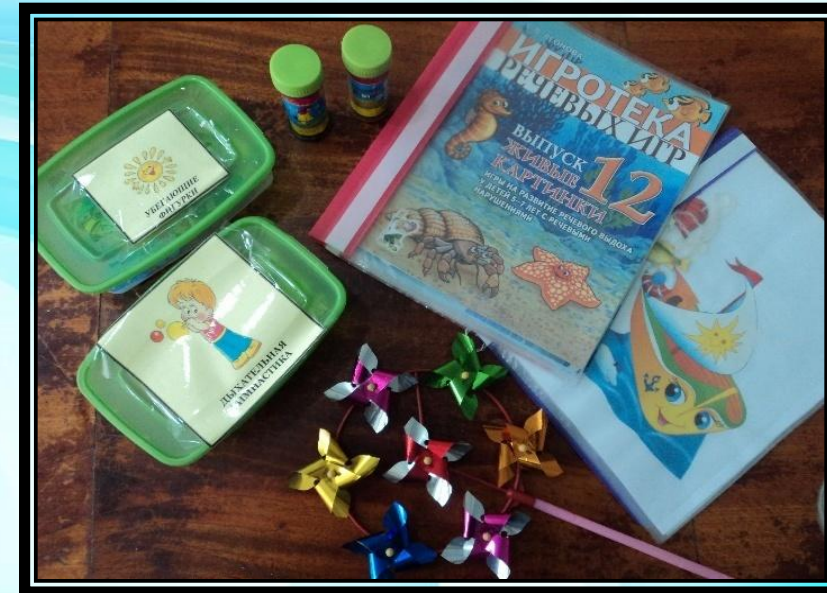
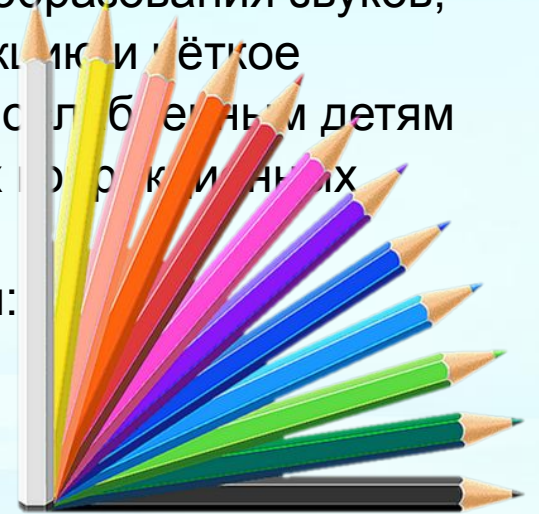
Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха.



Речевое (или фонационное) дыхание – основа звучащей речи, источник образования звуков, голоса. Хорошо поставленное речевое дыхание обеспечивает ясную дикцию и чёткое произношение звуков.. Детям с нарушениями речи, а также соматически слабым детям требуется обучение правильному типу дыхания с помощью специальных дыхательных физических упражнений.

На индивидуальных занятиях использую такие дыхательные упражнения:

- «Футбол»
- «Подуем на султанчики»
- «Ветряная мельница»
- «Снегопад»
- «Листопад»
- «Бабочка»
- «Шторм в стакане»
- «Чей пароход лучше гудит?»
- «Греем руки»
- «Покатай карандаш» и другие.



Гимнастика для глаз – Комплекс упражнений направленных на профилактику нарушений зрения, позволяет снять напряжение и расслабить мышцы глаз, укрепляет мышцы глаз.

Они также:

- развивают концентрацию внимания
- обеспечивают межполушарное взаимодействие
- развивают навыки волевой регуляции и умение управлять движениями
- улучшает аккомодацию



Су-Джок терапия – эта форма **работы** давно заняла свою нишу в коррекционной **работе** педагогов разной направленности.

Ее основная задача – нормализовать мышечный тонус, опосредованно стимулировать речевые области в коре головного мозга.

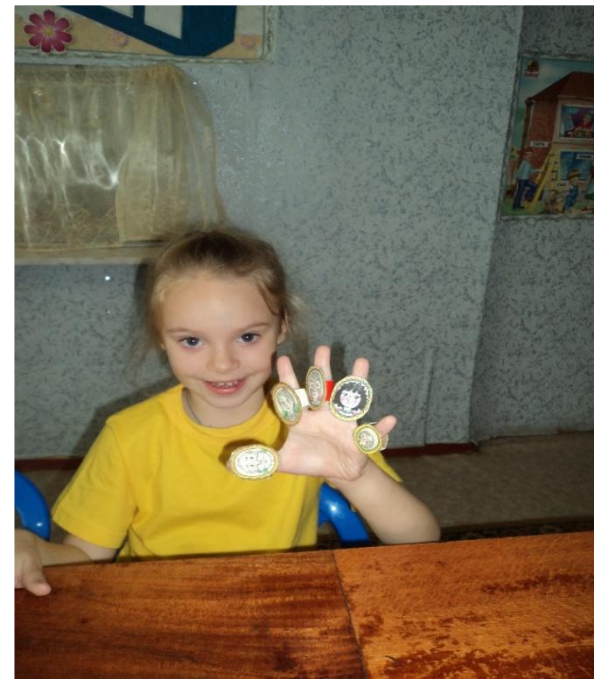
Стимулирование активных точек рук провожу с помощью шариков Су-Джок, массажных мячиков, грецких орехов, сосновых шишек, колючих валиков, расчесок.

Эту работу провожу в начале занятий или перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение



Развитие мелкой моторики рук:

- пальчиковые игры и упражнения
- графические диктанты
- обводка шаблонов и штриховка изображений
- различные задания с "волшебным мешочком", с раздаточным материалом
- пальчиковый театр
- игры с прищепками
- игры со счётными палочкам
- шнуровки



Пальчиковая гимнастика —

Сейчас очень популярны стали игры с нетрадиционными материалами, все что под рукой может пригодится для развития тонкой моторики рук. В своей же работе для того, чтобы пальчиковая гимнастика проходила разнообразно, эмоционально-приятно и динамично, **использую:** шнуровки, счётные палочки, спички, зубные щетки, шестигранные карандаши, грецкие орехи, прищепки, пуговицы, массажные шарики. На занятиях использую картотеку пальчиковых игр по лексическим темам.



*Картотека
пальчиковых игр
по лексическим темам*





**Использую комплекс упражнений
с массажным мячом**



Мнемотехника

Любой рассказ, сказку, поговорку, стихотворение можно «записать», используя картинки или символичные знаки. Глядя на эти схемы, ребёнок воспроизводит полученную информацию. Схемы служат зрительным планом, помогающим ребёнку воссоздать услышанное. Такие карточки-схемы-опоры эффективно использую в своей работе. Я считаю, что такие приёмы особенно важны для дошкольников, т.к. мыслительные задачи у них решаются с преобладающей ролью внешних средств, наглядный материал усваивается лучше вербального.

В таблицах и мнемодорожках используются символы – рисунки, обозначающие различные признаки предмета, явления или процесса.

Овладение приёмами работы с мнемотаблицами значительно сокращает время обучения составлению рассказа и пересказу, обеспечивает эффективное запоминание чистоговорок.

Мнемотехника помогает в развитии:

- Связной речи
- Зрительной и слуховой памяти
- Мышления
- Зрительного и слухового внимания
- Воображения
- Ускорения процесса автоматизации и дифференциации поставленных звуков



Упражнения для развития звукового анализа

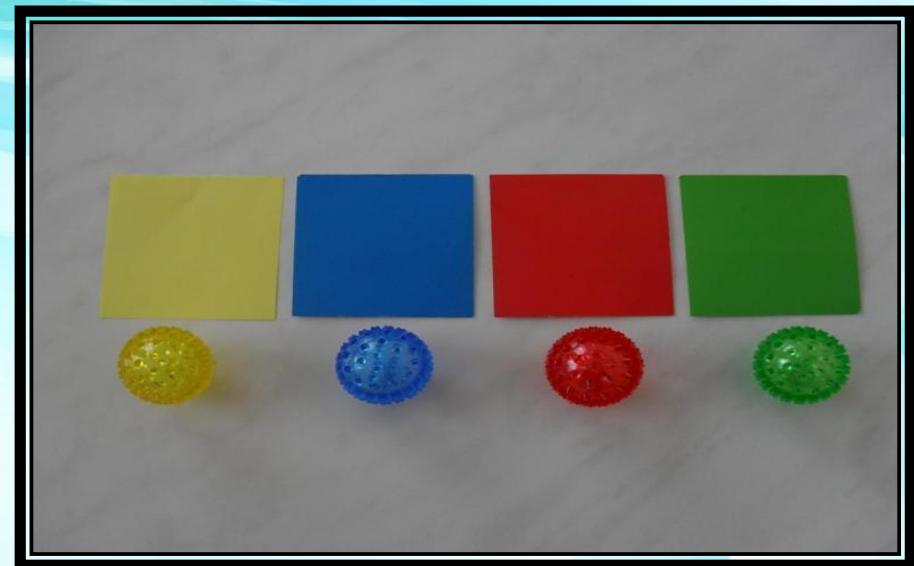


Су-Джок стимуляторы



Упражнение для развития цветовосприятия

Упражнения для закрепления счетных операций

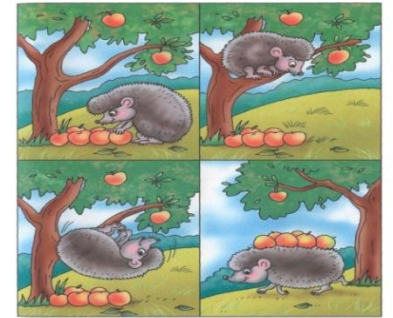


Составление рассказов по опорным картинкам

«Запасливый ёжик»

План.

1. Вступление.
2. Основная часть.
3. Заключение.

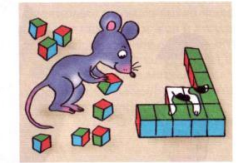
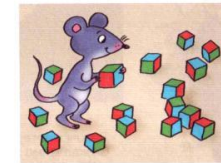
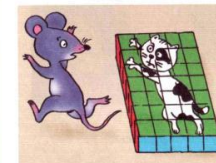


Опорные слова и словосочетания.

Созреть, плоды, собрать, большой урожай яблок, замечательная идея залезть на ветку, спрыгнуть с дерева, наколоться, лакомиться.

СОСТАВЛЕНИЕ РАССКАЗА ПО СЕРИИ КАРТИНОК

Глупая мышка.



Умный заяц.



Упражнения на релаксацию.

Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. В процессе развития, воспитания и обучения дети получают огромное количество информации, которую им необходимо усвоить. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы, увеличивает запас энергии.

Научившись расслаблению, каждый ребенок получает то, в чем ранее испытывал недостаток.

В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести тело к равновесию и гармонии.

Расслабляясь, возбужденные, беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей.

Если мы будем целенаправленно учить детей сбрасывать излишки напряжения и восстанавливать равновесие, мы будем способствовать сохранению здоровья наших деток!



**Спасибо за
внимание!**