

# Здоровьесберегающие технологии в коррекционно- развивающей работе логопеда



Жданова Н.В.

# Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит:

- улучшение памяти, внимания, мышления;
- повышение способности к произвольному контролю;
- улучшение общего эмоционального состояния;
- повышается работоспособность, уверенность в себе;
- стимулируются двигательные функции;
- снижает утомляемость;
- улучшаются пространственные представления;
- развивается дыхательный и артикуляционный аппарат;
- стимулируется речевая функция;
- улучшается соматическое состояние.

# Артикуляционная гимнастика

*Регулярное выполнение помогает:*

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость)
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить напряжённость артикуляционных органов.

# **Пальчиковая гимнастика.**

Выполняя пальцами различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, что способствует развитию внимания, мышления, памяти, благотворно влияет на развитие речи и готовит руку к письму.

## **Кинезиология**

Кинезиологические упражнения помогают развивать тело, повышать стрессоустойчивость организма, синхронизировать работу полушарий, улучшать мыслительную деятельность, улучшать память и внимание, облегчить процесс чтения и письма, развивать творческую деятельность ребенка.

## **Самомассаж рук**

Под воздействием несложных массажных упражнений достигается нормализация мышечного тонуса, происходит стимуляция тактильных ощущений.

## **Су - Джок терапия**

Оказывает воздействие на биоэнергитические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений

# Дыхательная гимнастика

Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха.

Регулярные занятия дыхательной гимнастикой способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлинённым, постепенным выдохом, что позволяет получить запас воздуха для произнесения различных по длине отрезков.

Дыхательную гимнастику не рекомендуется делать детям, имеющим травмы головного мозга, травмы позвоночника, при кровотечениях, при высоком артериальном и внутричерепном давлении, пороках сердца и при некоторых других заболеваниях!



## **Физкультурные минутки**

Эта форма двигательной нагрузки является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья воспитанников.

Цель проведения физкультурной минутки — повысить или удержать умственную работоспособность детей на занятиях, обеспечить кратковременный активный отдых для дошкольников во время занятий, когда значительную нагрузку испытывают органы зрения и слуха; мышцы туловища, особенно спины, находящиеся в статическом состоянии.

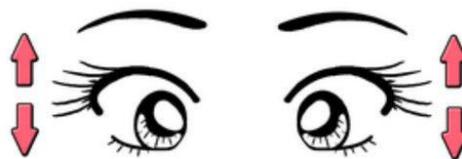
# Гимнастике для

**глаз**  
Если мы хотим, чтобы у наших детей было хорошее зрение, мы должны на своих занятиях уделять достаточно много времени **гимнастике для глаз**. Это должно стать нормой, правилом жизнедеятельности.

## Гимнастика для глаз



1. Крепко зажмуриться пару секунд.



2. Быстро моргаем минутку.



3. Смотрим вверх, вниз, вправо, влево 2 раза.



4. Вращаем по кругу туда и обратно.



5. Закроем глаза. Темнота 3 секунды.



6. Откроем глаза, начнём заниматься.

# Песочная терапия

Игра с песком позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей, снимают психическое напряжение у ребенка. Трогая руками песчинки, ребёнок развивает мелкую моторику рук. Все это делает его прекрасным средством для развития и саморазвития человека.



# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.

- *Успехов, терпения и радости  
в общении с детьми!*



[miranimashok.ucoz.ru](http://miranimashok.ucoz.ru)