

Использование приёмов  
здоровьесберегающих  
технологий в развитии речи  
детей

Здоровьесберегающая технология - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Использование здоровьесберегающих технологий в деятельности воспитателя становятся перспективным средством для развития речи детей. Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции, все чаще применяемых в специальной педагогике и помогающих достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления. Здоровьесберегающие технологии, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс развития речи детей и способствуют оздоровлению всего организма ребенка.

***Су-джок терапия в коррекционно-  
развивающем процессе старших  
дошкольников***

***В. А. Сухомлинский «Ум ребенка находится на кончиках пальцев»***

В настоящее время нетрадиционные формы и средства работы с детьми привлекают все больше внимания. Су-джок терапия – одна из них.

Основанная на традиционной акупунктуре и восточной медицине, она считается одной из лучших систем самооздоровления. Для лечебного воздействия здесь используются только те точки, которые находятся на кистях рук и стопах («Су» по-корейски-кисть, «джок»-стопа). *Разработал профессор Пак Чже Ву*



Внутренние органы в основной системе соответствия кисти.

**Актуальность** использования массажера Су-джок в работе с дошкольниками состоит в том, что:

- во-первых, ребенок-дошкольник очень пластичен и легко обучаем, но для детей характерна быстрая утомляемость и потеря интереса к обучению. Использование массажера Су-джок вызывает интерес и помогает решить эту проблему;

- во-вторых, детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на мелкую моторику пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

## ***Цель использования су-джок терапии:***

Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. Особенно важно воздействие на большой палец, отвечающий за голову человека.



## ***Пути реализации су-джок терапии***

-Работа с детьми (организация деятельности на занятиях, в индивидуальной деятельности, в повседневной жизни).

-Работа с педагогами по знакомству с су-джок, приемами работы по его использованию.

-Работа с родителями (практикум по использованию су-джок терапии)

-Создание развивающей среды (приобретение массажных шариков, составление картотек игр, упражнений, художественного слова).

Существует несколько приемов Су – Джок терапии:

1.Массаж специальным шариком. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком. Прокатывая шарик между ладошками, дети массируют мышцы рук. В каждом шарике есть «волшебное» колечко.



2. Массаж эластичным кольцом. Все тело человека проецируется на кисть и стопу, а также на каждый палец кисти и стопы. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж зоны соответствующей пораженной части тела, до ее покраснения и появления ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз в день.



## ***Для реализации задач использую следующие направления работы***

- развитие фонематического слуха и восприятия;
- коррекция произношения (автоматизация и дифференциация звуков);
- совершенствование лексико-грамматических категорий;
- совершенствование навыков пространственной ориентации;
- упражнения для развития общей и мелкой моторики.

***Работа по использованию су-джок  
терапии осуществляется в  
следующей последовательности:***

I этап. Знакомство детей с су-джок, правилами его использования.

II этап. Закрепление знаний в упражнениях, играх.

III этап. Самостоятельное использование шарика су-джок в соответствии с потребностями и желаниями.

Оздоровительный массаж рук по «точкам здоровья» проводится под руководством воспитателя в игровой форме, что благоприятно воздействует на психоэмоциональную устойчивость и физическое здоровье, а также развивает у детей самостоятельность, активность, умение заботиться о своём здоровье.

# *Достоинства Су-Джок терапии:*

**Высокая  
эффективность**

**Абсолютная  
безопасность**

**Универсальность,  
простота применения**

# ***В результате использования су-джок терапии:***

Осуществляется  
благоприятное воздействие  
на весь организм

Стимулируются речевые  
зоны коры головного  
мозга

Развивается  
координация движений и  
мелкая моторика

Развиваются произвольное поведение,  
внимание, память, речь и другие  
психические процессы, необходимые для  
становления полноценной учебной  
деятельности.



## ***Десять золотых правил здоровьесбережения:***

- Соблюдайте режим дня!
- Обращайте больше внимания на питание!
- Больше двигайтесь!
- Спите в прохладной комнате!
- Не гасите в себе гнев. Дайте вырваться ему наружу!
- Постоянно занимайтесь интеллектуальной деятельностью!
- Гоните прочь уныние и хандру!

## **Десять золотых правил здоровьесбережения:**

- Адекватно реагируйте на все проявления своего организма!
- Старайтесь получать как можно больше положительных эмоций!
- Желайте себе и окружающим только добра!

