



*** Здоровьесбережение
детей дошкольного
возраста. Звукотерапия.**

Выполнила учитель- логопед МАДОУ

« Д/с №6 «Золотой ключик»

Шабанова И.О.

* Здоровьесбережение

- * Проблема здоровья дошкольников в настоящее время очень актуальна. Чтобы быть здоровым, нужно овладеть искусством его сохранения и укрепления.
- * Следует помнить о том, что только в дошкольном возрасте самое благоприятное время для выработки правильных привычек, которые в сочетании с обучением дошкольников здоровьесберегающим технологиям сохранения и укрепления здоровья приведут к положительным результатам.

* **Здоровьесберегающие технологии** - это разработка и внедрение системы оздоровительных, профилактических и коррекционных мероприятий.

* **Здоровьесбережение и здоровьеобогащение** - важнейшие условия организации педагогического процесса.

* Звукотерапия

- * **Звукотерапия**-мощное средство воздействия на организм человека.
- * Терапевтический эффект этой методики основан на частотном колебании различных звуков, резонирующих с отдельными органами, системами или всем организмом человека в целом

* Лечебные гласные звуки

- * «А»- способствует насыщению тканей кислородом, лечит верхние доли легких; (дает команду всем клеткам настроиться на работу, повышает иммунитет, лечит сердце);
- * «О»- лечит кашель, бронхит, трахеит, воспаление легких, облегчает течение туберкулеза легких; (лечит сердце, повышает иммунитет, стимулирует работу печени);
- * «У»- улучшает дыхание, лечит горло и голосовые связки; (помогает стабили-зировать эмоции);
- * «Ы»- улучшает дыхание;
- * «И»- (снимает усталость и утомление, повышает активность организма);
- * «Э»- (помогает снять негативные эмоции);

Влияние некоторых звуков на человека

ЗВУКИ «А» и «О» - Дают команду всем клеточкам настроится на работу, повышают иммунитет.

ЗВУК «В» - Исправляет неполадки в нервной системе, в головном и спинном мозге.

ЗВУК «Е» - Прекрасный «чистильщик» организма от различных негативов, он создаёт вокруг человека энергетический барьер.

ЗВУК «М» - Это любовь, покой и умиротворение. Помогает расслабиться, снижает давление, улучшает настроение.

ЗВУК «И» - Снимет усталость и утомление, повысит активность организма.

ЗВУК «Я» - Укрепляет уверенность в собственных силах.

ЗВУК «Э» - Используется для снятия негативных эмоций

СОЧЕТАНИЕ «РЭ» - Помогает снять стрессы, страхи, заикания.

СОЧЕТАНИЕ «ТЭ» - Исцеляет сердечно-сосудистую систему.

* Лечебные согласные звуки

- * Звуковые игры с согласными звуками позволяют автоматизировать звуки, совершенствуют дыхательную функцию. Являются оздоровительным средством при простудных заболеваниях, снимают усталость и напряжение.

* Игры со звуками:

- * Игры со звуком «**Ж**» («Жуки») - снимают кашель;
- * со звуком «**З**» («Комары») - лечат горло;
- * «**ТР-ТР-ТР**» («Заводим мотор») - снимают усталость;
- * со звуком «**Ш**» («Сдуваем шарик»)- расслабляют, снимают напряжение;
- * со звуком «**В**» («Ветер» - звучит звук «в», имитируя завывание ветра).



за внимание!