



**\* 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!**