

Консультация для родителей
«Здоровьесберегающие технологии в работе логопеда»
подготовлена учителем-логопедом Скрыбиной Н.О.

Здоровьесберегающие технологии - это специально организованное взаимодействие детей и педагога; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка и позволяющие значительно улучшить результативность коррекционной работы, разнообразить приемы и методы логопедического воздействия и способствовать оздоровлению детей.

На логопедических занятиях используются следующие здоровьесберегающие технологии:

артикуляционная гимнастика,
пальчиковая гимнастика,
дыхательная гимнастика,

массаж и самомассаж,
гимнастика для глаз,
Су - Джок - терапия.

Неотъемлемой и очень важной частью логопедической работы является **артикуляционная гимнастика** (в картинках **"Артикуляционная гимнастика для дошкольников" и родителей** и **Артикуляционная гимнастика для детей**). Регулярное выполнение помогает улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их (нервную проводимость); улучшить подвижность артикуляционных органов; укрепить мышечную систему языка, губ, щёк; уменьшить напряжённость артикуляционных органов. Для большей эффективности артикуляционная гимнастика выполняется под музыку с добавлением движений рук (**кинезиологические упражнения и биоэнергопластика**) – см. презентацию **"Артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой"**.



Одной из форм оздоровительной работы является **пальчиковая гимнастика**, которая способствует развитию внимания, мышления, памяти, благотворно влияет на развитие речи и готовит руку к письму. Интенсивное

воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

Большие возможности в здоровьесбережении детей предоставляет **дыхательная гимнастика** (презентация «Игры дома для развития дыхания детей»). Такие упражнения развивают продолжительный, равномерный выдох, формируют сильную воздушную струю, тренируют умение экономно расходовать воздух в процессе речи, тренируют ситуативную фразовую речь.

При посещении детского дошкольного учреждения ребенок может испытывать длительные зрительные нагрузки. Речь идет о занятиях рисованием, лепкой, конструированием, которые требуют напряжения глаз, сосредоточения внимания на одной точке. Если мы хотим, чтобы у наших детей было хорошее зрение, мы должны на своих занятиях уделять достаточно много времени **гимнастике для глаз** - упражнениям для профилактики нарушений зрения и активизации работы мышц глаз:

- Вращение глазами по часовой стрелке.*
- Переведение взгляда по направлению вверх-вниз-вправо-вниз. Затем движения делаются вверх-вниз-влево-вниз.*
- Глаза нужно сильно зажмурить на 5 секунд. Потом на такое же время они широко открываются.*
- и другие упражнения, которые помогут снять зрительное напряжение, дать возможность глазам отдохнуть.

Гимнастика для глаз



Для детей дошкольного возраста рекомендуется делать дважды в день.

Для организации коррекционно-образовательного и оздоровительного процесса с детьми используется массаж и **самомассаж лица и рук**. Для массажа рук используется прием **«Су-Джок терапия»** (см. *отдельную консультацию*) - достижение восточной медицины. В переводе с корейского языка **Су – кисть, Джок – стопа**.

Терапия оказывает воздействие на биоэнергетические точки и выполняется специальным массажным шариком- «ёжиком». Его можно катать по пальцам, по ладошке, от подушечек пальцев до локтя.

Также существуют и массажное «волшебное» колечко. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж каждого пальца. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за работу органов головы человека. Дети массируют мышцы рук, что активизирует мозг, способствует развитию речи, внимания, памяти и мелкой моторики рук.

Приемы

Су – Джок терапии
массаж стоп –

массаж пружинами –

массаж шариками –

массаж ладоней -



Использование

Су-Джок

массажей возможно в любом месте и в любую свободную минутку. Это интересно не только детям, но и взрослым, приобрести его можно в любой аптеке города. Такой вид массажа не имеет противопоказаний к применению, доступен для любого человека и оказывает оздоравливающее воздействие на весь организм.

Благодаря использованию здоровьесберегающих технологий у детей происходит:

- улучшение памяти, внимания, мышления; снижается утомляемость;
- улучшение общего эмоционального состояния;
- повышение работоспособности, уверенности в себе;
- стимулирование двигательных функций;
- развитие дыхательного и артикуляционного аппарата;
- улучшение соматического состояния.
- развитие речевой функции.

Использован материал сайтов

1. [Воспитание и развитие ребенка](#)
2. <http://www.logopedy.ru/portal/>
3. <http://dorukhona.tj/article/53/>