

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №40» г. Ачинска Красноярского края**

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ  
В КОРРЕКЦИОННО-  
РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ  
УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА**

**Подготовил: учитель -логопед  
Терешкова Ольга Александровна**

# **Здоровьесберегающие технологии**

**– это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального и физического здоровья всех субъектов образовательного процесса**

# **Цель применения здоровьесберегающих технологий в логопедической работе**

**оптимизация процесса коррекции речи и обеспечение оздоровления, поддержания и обогащения здоровья детей**

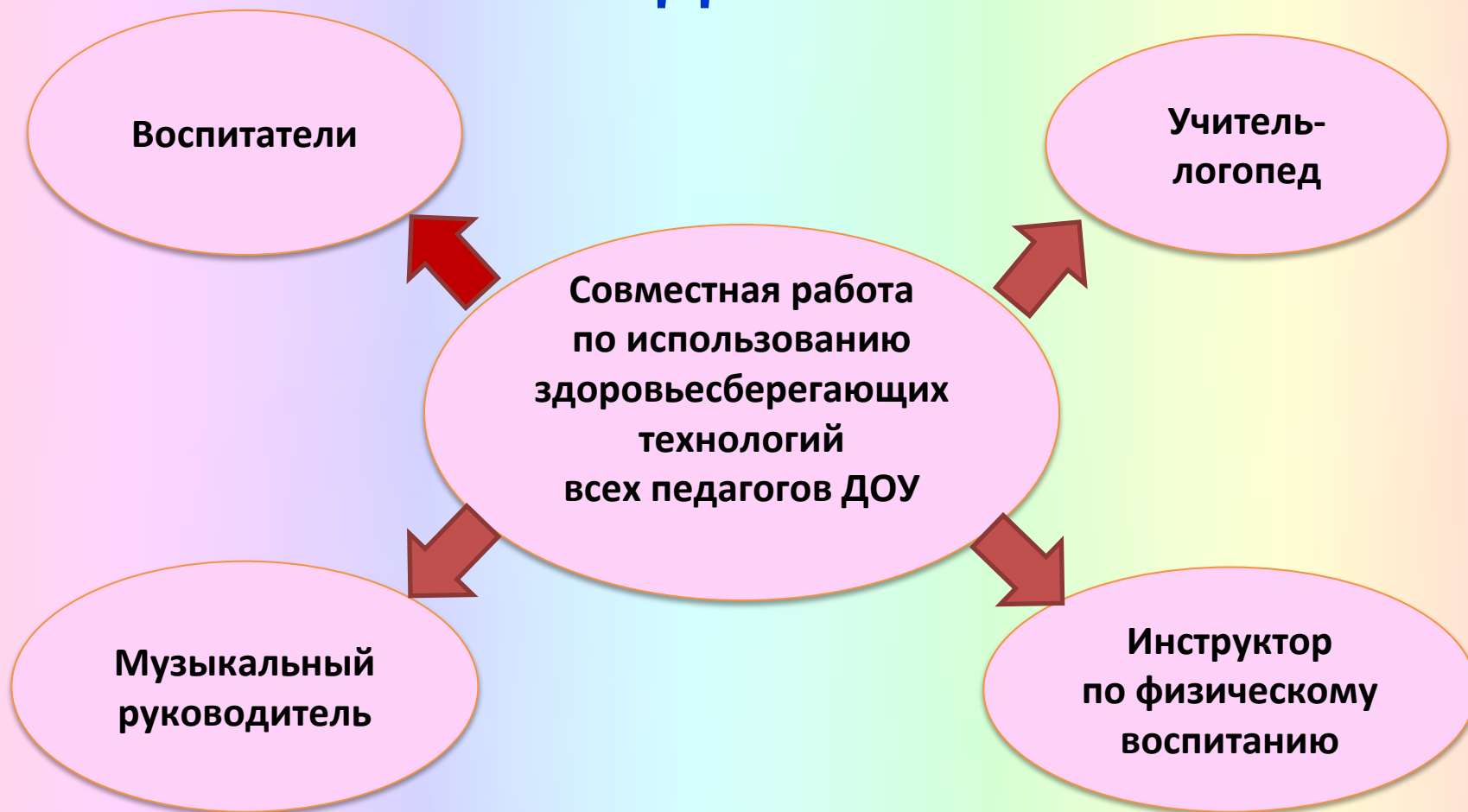
## **Оздоровительные задачи:**

- Создать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребёнка.**
- С помощью здоровьесберегающих технологий повысить адаптивные возможности детского организма (активизировать защитные свойства, устойчивость к заболеваниям).**
- Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье.**

# ПРИНЦИПЫ «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ»

- принцип «Не навреди! »;
- принцип сознательности и активности;
- принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- принцип всестороннего и гармоничного развития личности;
- принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
- принцип постепенно наращивания оздоровительных воздействий;
- принцип возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса.

# Модель использования здоровьесберегающих технологий в ДОУ



# Здоровьесберегающие технологии

Артикуляционная  
гимнастика

Дыхательная  
гимнастика

Пальчиковая  
гимнастика

Зрительная  
гимнастика

Психогимнастика

Развитие мелкой  
моторики

Развитие общей  
моторики

Массаж,  
самомассаж

Аурикотерапия

Физминутки

Логопедическая  
ритмика

Кинезеологические  
упражнения

Арттерапия

Биоэнергопластика

Релаксация

Ароматерапия

# Развитие мелкой моторики

- игры с мозаикой,
- шнуровку,
- графические диктанты и упражнения,
- обводка шаблонов и штриховка изображений,
- игры в "сухом бассейне",
- самомассаж кистей и пальцев рук с использованием «сухого бассейна», грецких орехов, крупы и т.д.
- игры с раздаточным материалом.



# Пальчиковая гимнастика

- пальчиковые игры с мелкими предметами;
- пальчиковые игры со скороговорками;
- пальчиковые игры со стихами;
- пальчиковая гимнастика;
- пальчиковый алфавит;
- пальчиковый театр;
- театр теней.





# Дыхательная и артикуляционная гимнастика



Дыхательные упражнения развивают продолжительный, равномерный выдох у детей, формируют сильную воздушную струю, тренируют ситуативную фразовую речь.

- Упражнения артикуляционной гимнастики развивают гибкость и подвижность органов артикуляционного аппарата (языка, губ, нижней челюсти), т.е. артикуляционную моторику, необходимую для постановки и коррекции неправильного звукопроизношения.



# Физминутки



Использование физминуток направлено на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

Основные задачи физминутки:

- снять усталость и напряжение;
- внести эмоциональный заряд;
- совершенствовать общую моторику;
- выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью.

**Виды физминуток:**

- *Оздоровительно-гигиенические физкультминутки.*
- *Танцевальные физкультминутки.*
- *Физкультурно-спортивные физкультминутки.*
- *Подражательные физкультминутки.*
- *Двигательно-речевые физкультминутки.*

# Массаж кистей рук с помощью шарика Су-Джок



Су Джок терапия - это стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на пальцах рук и стопах при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики)



# Массаж и самомассаж лица, пальцев рук, точечный самомассаж



При систематическом проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике:

- Массаж и самомассаж лица;
- Массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;
- Плантарный массаж (массаж стоп);
- Аурикулярный массаж (массаж ушных раковин);
- Массаж язычной мускулатуры.

# Гимнастика для глаз



**Зрительнодвигательные упражнения** способствуют развитию концентрации внимания, обеспечивают межполушарное взаимодействие, навыки волевой регуляции, умение управлять движениями и контролировать свое поведение.

К ним относятся следующие упражнения:

- ❖ вертикальные движения глаз «вверх – вниз»;
- ❖ горизонтальные «вправо – влево»;
- ❖ вращение глазами по часовой стрелке и против;
- ❖ закрыть глаза и представить по очереди цвета радуги как можно отчетливее.



# Кинезеологические упражнения

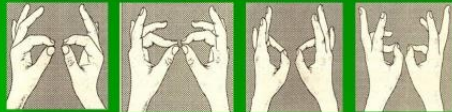
Кинезиология – это методика сохранения здоровья путём воздействия на мышцы тела, т.е. путём физической активности.

Применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

## Кинезиологические физминутки

### «Колечко»

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д.. Проба выполняется в прямом и в обратном порядке. Вначале каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.





# Биоэнергопластика

**Биоэнергопластика – это содружественное взаимодействие руки и языка.**

**Динамические упражнения** нормализуют мышечный тонус, переключаемость движений, делают их точными, легкими, ритмичными:

**Статические упражнения** способствуют развитию мышечной силы, динамической организации движения, помогают ребенку принять правильную артикуляционную и пальчиковую позу.



# Психогимнастика



**Психогимнастика** – это упражнение детей в умении изображать выразительно и эмоционально отдельные эмоции, движения, коррекция настроения и отдельных черт характера, обучение ауторелаксации. Это упражнения на расслабление, снятие напряжения, создание игровой ситуации, снятие эмоционального напряжения.



# Релаксация

**Релаксация** - комплекс расслабляющих упражнений, снимающих напряжение мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата и позволяющих детскому организму сбрасывать излишнее напряжение и восстанавливать равновесие, тем самым сохраняя психическое здоровье. Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц. Умение расслабляться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления недостатков речи.

# *Логопедическая ритмика*



**- это метод преодоления речевых нарушений путем развития двигательной сферы в сочетании со словом и музыкой.**