



ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Подготовила: учитель-логопед

М.В. Минасян

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

В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Цель здоровьесберегающих технологий – обеспечить ребенку высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни и воспитав у него культуру здоровья.

В логопедической практике используются следующие здоровьесберегающие технологии:

Артикуляционная гимнастика направлена на развитие и укрепление мышц речевого аппарата. Регулярное выполнение артикуляционной гимнастики поможет улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию, улучшить подвижность артикуляционных органов, укрепить мышечную систему языка, губ, щёк, уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

Дыхательная гимнастика. Правильное речевое дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и формирование силы и тембра голоса. Дыхательные упражнения помогают выработать диафрагмальное дыхание, а также продолжительность, силу и правильное распределение выдоха

Зрительная гимнастика. Применение в коррекционно-развивающей работе зрительной гимнастики направлено на профилактику различных глазных заболеваний, на снятие напряжения с органов зрения, на формирование у детей представлений о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Развитие общей моторики. У детей с нарушениями речи, часто наблюдается расстройство двигательной системы: недостаточная четкость и организованность движений, недоразвитие чувства ритма и координации. В этой связи использование приемов, направленных на развитие общей моторики в

логопедической практике имеет большое значение и положительно влияет на развитие речи детей.

Развитие мелкой моторики пальцев рук. У детей с нарушениями речи наблюдается плохая координация пальцев рук. Данный вид деятельности способствует умственному и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков.

Су-джок терапия. Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики).

Массаж и самомассаж. Массаж представляет собой метод лечения и профилактики, представляющий собой совокупность приемов механического воздействия на различные участки поверхности тела человека. Механическое воздействие изменяет состояние мышц, создает положительные кинестезии необходимые для нормализации произносительной стороны речи. Самомассаж – это массаж, выполняемый самим ребёнком, страдающим речевой патологией, это динамические артикуляционные упражнения, вызывающие эффект, сходный с массажным. Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка. Ребёнок сам выполняет приёмы самомассажа, которые показывает ему взрослый.

Релаксация – произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Бывает непроизвольной (расслабленность при отходе ко сну) и произвольной, вызываемой путем принятия спокойной позы, представления состояний, обычно соответствующих покою, расслабления мышц, вовлеченных в различные виды активности.

Таким образом, применение в логопедической практике здоровьесберегающих технологий имеет большое значение в развитии детского организма:

- снижение уровня заболеваемости;
- повышение работоспособности, выносливости;
- развитие когнитивных процессов;
- улучшение зрения;
- формирование двигательных умений и навыков, правильной осанки;
- развитие общей и мелкой моторики,
- повышение речевой активности;
- увеличение уровня социальной адаптации.

Желаем успехов!