

Здоровьесберегающие технологии в логопедической работе

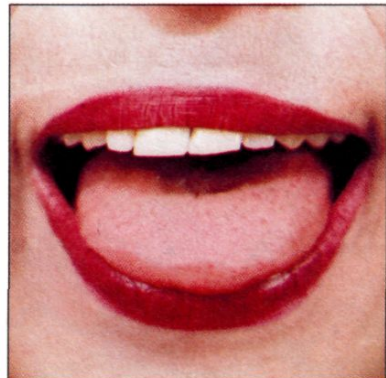
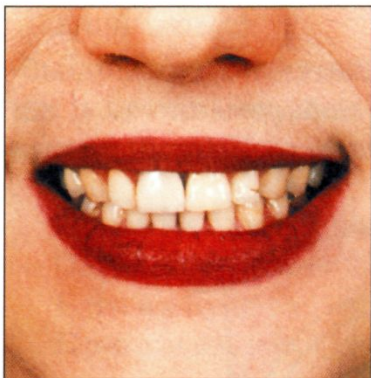
Основные направления логопедической оздоровительно- коррекционной работы

- **Артикуляционная гимнастика**
- **Дыхательная гимнастика**
- **Развитие мелкой моторики**
- **Развитие общей моторики**
- **Мышечная релаксация**

Артикуляционная гимнастика

- Улучшает кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- Улучшает подвижность органов артикуляции;
- Укрепляет мышечную систему языка, губ, щёк;
- Уменьшает спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

Артикуляционные упражнения

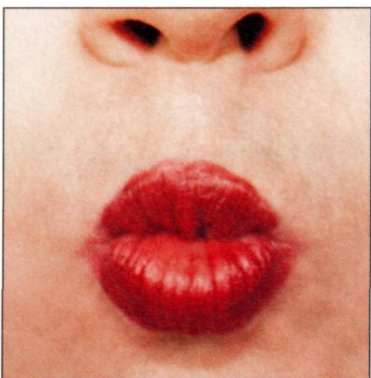


Блинчи

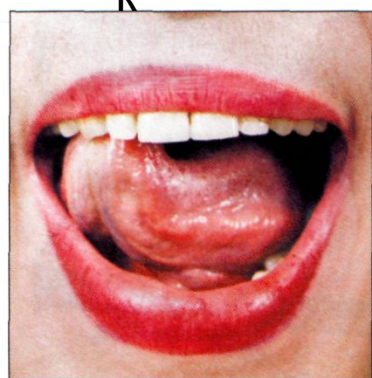
к

Маля

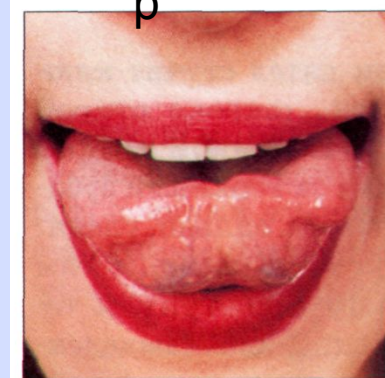
р



Забор -
трубочка



Почистим
зубки

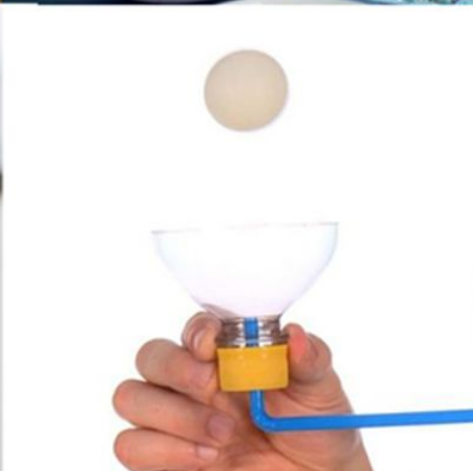


Чашечк
а

Дыхательная гимнастика

Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей коррекции звукопроизношения.

Развиваем силу выдоха



**Взял соломку Игорёк,
Надул мыльный пузырьёк.**



Имитировать длительный выдох через узкую трубочку. Для формирования навыка ротового выдоха полезно надувать мыльные пузыри.

**Ну-ка, выпяти животик —
Получился бегемотик.
А теперь — втяни живот.
Похудел наш бегемот.**



Руки положить на область диафрагмы. Выдохнуть остатки воздуха, плавно и неторопливо вдохнуть носом и ртом так, чтобы верхняя передняя стенка живота выпятилась вперёд, поднимая руки. Выдох производится через рот плавно и по возможности полнее. При этом живот опускается и в конце выдоха втягивается. Для контроля ротового выдоха рекомендуется произносить звуки «шшшш...» или «ффф...».

Развитие мелкой моторики

Повышает эффективность
коррекционной работы с
детьми-логопатами, так как
степень развития движений
пальцев соответствует
развитию речи ребёнка.

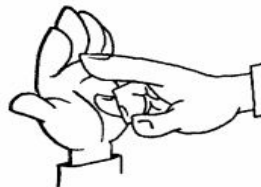
«УЛИТКА»

Тычет рожками улитка —



Правая рука: большой палец придерживает средний и безымянный. Указательный палец и мизинец — прямые.

Заперта в саду калитка.



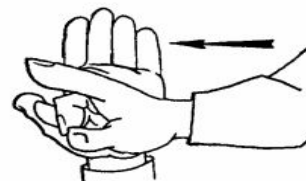
Тычет «рожками» в ладонь левой руки.

Отвори скорей калитку,



Левая рука «открывает калитку».

Пропусти домой улитку.



Правая рука «проползает».



Развитие общей моторики

Оздоровительные паузы – физминутки. Направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

«ДВА МЕДВЕДЯ»

Сидели два медведя
На тоненьком суку:



Руки согнуты в локтях
(сжаты в кулаки),
прижаты к туловищу.
Ребёнок покачивается
из стороны в сторону.

Один читал газету,



Разводим руки в стороны
как при чтении газеты.

Другой молот муку.



Стучим одним кулаком
по другому.

Раз ку-ку, два ку-ку —
Оба шлёпнулись в муку.



Кулаки «падают»
на колени.

Нос в муке,



Показываем пальцем
на нос.

Хвост в муке,



Показываем рукой
за спину.

Ухо в кислом молоке.



Берёмся пальцами за ухо



Релаксация

(Произвольное или непроизвольное состояние
покоя)

Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц.



“Облака”

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вздохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие. Всё ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако ... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке.

В результате использования приёмов здоровьесберегающих технологий в логопедии:

- повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие;
дети учатся видеть, слышать, рассуждать;
- корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности;
- пробуждается интерес к процессу обучения;
- снимается эмоциональное напряжение и тревожность.