

«Использование здоровьесберегающих технологий в логопедической практике»

*Без радости невозможна гармония
здорового тела и здорового духа*



Подготовила: учитель-логопед
Сергеева Лариса Владимировна
МАДОУ «Детский сад № 45»
г.Томск

Показатели состояния здоровья общества:

- физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей;**
- 25-35% детей, пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания;**
- 90-92% выпускников средних школ находятся в «третьем состоянии», т. е. они еще не знают, что больны;**
- Только 8-10% выпускников школ можно считать действительно здоровыми.**
- 5% взрослого населения страны хронически больны;**
- 95% — находятся в «третьем состоянии».**

Понятие

«здоровьесберегающая образовательная технология»

Согласно работам И.В.Дубровиной, Е.Н.Дзятковской **здоровьесберегающая образовательная педагогическая технология это** - методическая система, которая целенаправленно решает задачи информационно-психологической безопасности и развития воспитанников (чувственно-эмоционального, физического, интеллектуального, личностного, духовно-нравственного), а также педагогических предпосылок здоровья ребенка.

Здоровьесберегающая образовательная технология - наука, искусство и обязанность так обучать и воспитывать детей, чтобы они росли здоровыми и счастливыми и смогли потом вырастить здоровыми и счастливыми своих детей, будучи им достойным примером.

Основополагающие принципы здоровьесберегающих технологий:

- 1. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса.**
- 2. Творческий характер образовательного процесса.**
- 3. Обеспечение мотивации образовательной деятельности.**
- 4. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций.**
- 5. Учет системного строения высших психических функций.**
- 6. Принцип целостности**
- 7. Осознание ребенком успешности в любых видах деятельности.**
- 8. Рациональная организация двигательной активности.**
- 9. Обеспечение адекватного восстановления сил.**
- 10. Обеспечение прочного запоминания.**
- 11. Комплексная система закаливания детей.**

Здоровьесберегающие технологии, в коррекционной работе учителя-логопеда:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья:

- гимнастика пальчиковая,
- гимнастика для глаз,
- гимнастика дыхательная,
- динамические паузы,
- комплекс упражнений на релаксацию.

2. Технологии обучения здоровому образу жизни:

- массаж и самомассаж пальцев рук и мышц лица.

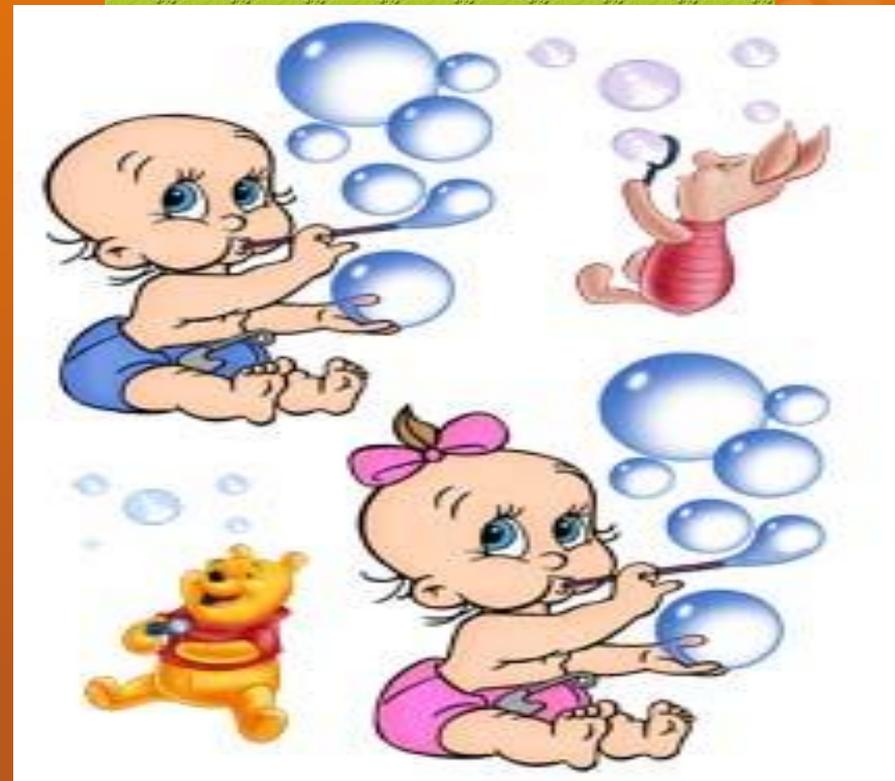
3. Коррекционные технологии:

- фонетическая и логопедическая ритмика.

Дыхательная гимнастика

Дыхательные упражнения:

«Медвежонок», «Надуй шарик», «Паровоз с грузом», «Солнышко и дождик», «Сугробы», «Трубач», «Петух», «Насос», «Вырасти большой», «Гуси», «Каша кипит», «Дыши спокойно», «Хомячки», «Цветочки», «Ракета», «Очищающее дыхание».



Логопедический самомассаж

Точечный самомассаж лица для детей

Цель массажа – предотвратить простудные заболевания, научиться управлять мимикой лица. Выполняется в игровой форме, имитируя работу скульптора.

1. Поглаживаем щеки, крылья носа, лоб по направлению от середины лица к вискам.
2. Нажимаем пальцами на переносицу, точки в середине бровей, производя вращательные движения сначала по часовой стрелке, а затем против часовой стрелки. Выполняем 5-6 раз.
3. Прилагая усилия, оказывая давление, «рисует» брови, придавая им красивый изгиб. «Вылепливаем» густые брови при помощи щипков.
4. Легкими нежными прикосновениями лепим глаза, расчесываем реснички.
5. Ведем пальцами от переносицы к кончику носа, «вылепливая» длинный нос для Буратино.

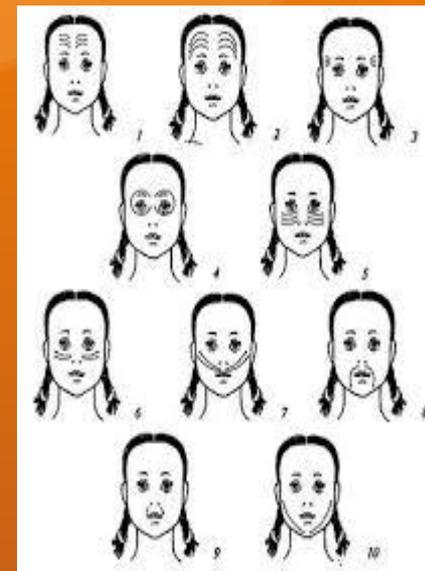
Самомассаж лица для детей в стихах «Нос, умойся!»

1. «Кран, откройся!» - правой рукой делаем вращательные движения, «открывая» кран.
2. «Нос, умойся!» - растираем указательными пальцами обеих рук крылья носа.
3. «Мойтесь сразу оба глаза» - нежно проводим руками над глазами.
4. «Мойтесь, уши!» - растираем ладонями уши.
5. «Мойся, шейка!» - аккуратными движениями гладим шею спереди.
6. «Шейка, мойся хорошенько!» - гладим шею сзади, от основания черепа к груди.
7. «Мойся, мойся, обливайся!» - аккуратно поглаживаем щеки.
8. «Грязь, смывайся! Грязь, смывайся!» - трем ладошки друг о друга.

Самомассаж для лица и шеи для детей «Индеец»

Цель массажа – научить детей расслаблению мышц лица и шеи при выполнении массажа перед зеркалом. Представим, что мы индейцы, наносящие боевую раскраску.

1. «Рисуем» линии от середины лба к ушам сильными движениями – повторяем 3 раза.
2. «Рисуем» линии от носа к ушам, при этом широко расставляем пальцы – повторяем 3 раза.
3. «Рисуем» линии от середины подбородка по направлению к ушам – повторяем 3 раза.
4. «Рисуем» линии на шее по направлению от подбородка к груди – повторяем 3 раза.
5. «Пошел дождик» - легонько постукиваем пальцами по лицу, как будто играя на пианино.
6. «Вытираем с лица потекшую краску», легонько проводя по лицу ладонями, предварительно разогрев их, потерев друг об друга.
7. «Стряхиваем с рук оставшиеся капельки воды», опустив руки вниз.



Самомассаж лица и шеи.

Самомассаж лица и шеи

- Перед занятием дети должны вымыть руки. Такой самомассаж желательно проводить перед каждым занятием по артикуляционной гимнастике. Он займет у вас 3 - 5 минут. Ручки растираем и разогреваем (потереть ладошки, похлопать)



Самомассаж лица и шеи

- И лицо теплоем своим мы умываем (ладошками проводят по лицу сверху вниз)
- Грабелки сгребают все плохие мысли (граблеобразные движения от середины лба к вискам)



Самомассаж лица и шеи

- Ушки растираем вверх и вниз мы быстро (растирающие движения ушек вверх-вниз)



Самомассаж лица и шеи

- Их вперед сгибаем, тянем вниз за мочки (нагибание ушных раковин кпереди, оттягивание вниз)



Самомассаж лица и шеи

- И потом ухидим пальцами на щечки. Щечки разминаем, чтобы надувались.



Самомассаж лица и шеи

- Губки разминаем, чтобы улыбались (разминаем губки: верхнюю и нижнюю)



Самомассаж лица и шеи

- Мы теперь утяжки – клювики потянем (губы в трубочку) Разомнем их мягко, не задев ногтями (большой и указательный пальчики разминают обе губы)



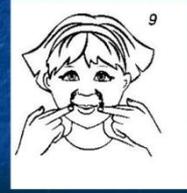
Самомассаж лица и шеи

- Уголками губ мы щечки поднимаем (пальчики по очереди поднимают уголки рта)



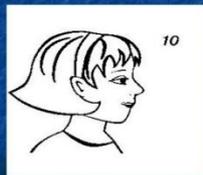
Самомассаж лица и шеи

- А потом от носа вниз к губам стекаем (спиралевидные движения по носогубной складке)



Самомассаж лица и шеи

- Губки пожуем мы (покусат верхнюю и нижнюю губку) Шарик надуем (раздувают щеки)



Самомассаж лица и шеи

- И губами вправо-влево потанцуем (пальчики двигают верхнюю и нижнюю губу в разные стороны)



Самомассаж лица и шеи

- Мы язык за губу заворачиваем (подвернуть язык под верхнюю губу) Кулачком по губе поколачиваем (постучать кулачком по верхней губе)



Самомассаж лица и шеи

- За другую губу заворачиваем (подвернуть язык под нижнюю губу) И другим кулачком поколачиваем (поколачиваем кулачком по нижней губе)



Самомассаж лица и шеи

- Тянем подбородок (разминаем подбородок с оттягиванием его вниз) И к ушам щипаем (пощипываем нижнюю челюсть) А потом по шейке Ручками стекаем (поглаживаем шейку всей ладошкой от ключицы к ключице)



Зрительная гимнастика



Упражнения:
«Веселые глазки»,
«Филин», «Метелки»,
«Лиса», «Весёлая
неделька».



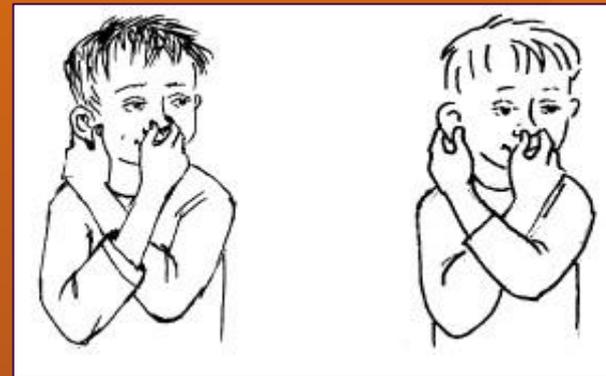
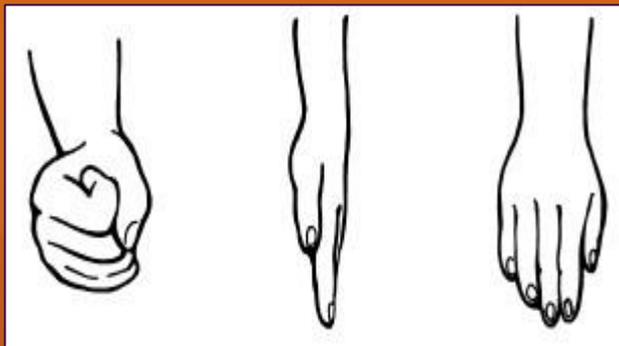
КИНЕЗИОЛОГИЯ



Кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий.

Этот комплекс движений, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти, внимания, речи, пространственных представлений, развивает мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.



Артикуляционная гимнастика



«Окошко»

- * широко открыть рот – «жарко»
- * закрыть рот – «холодно»



«Мистим зубки»

- * улыбнуться, открыть рот
- * кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы



«Месим тесто»

- * улыбнуться
- * пошептать языком между губами – «пя-пя-пя-пя-пя...»
- * покусать кончик языка зубками (чередовать эти два движения)



«Машечка»

- * улыбнуться
- * широко открыть рот
- * высунуть широкий язык и придать ему форму «чашечки» (т. е. слегка приподнять кончик языка)



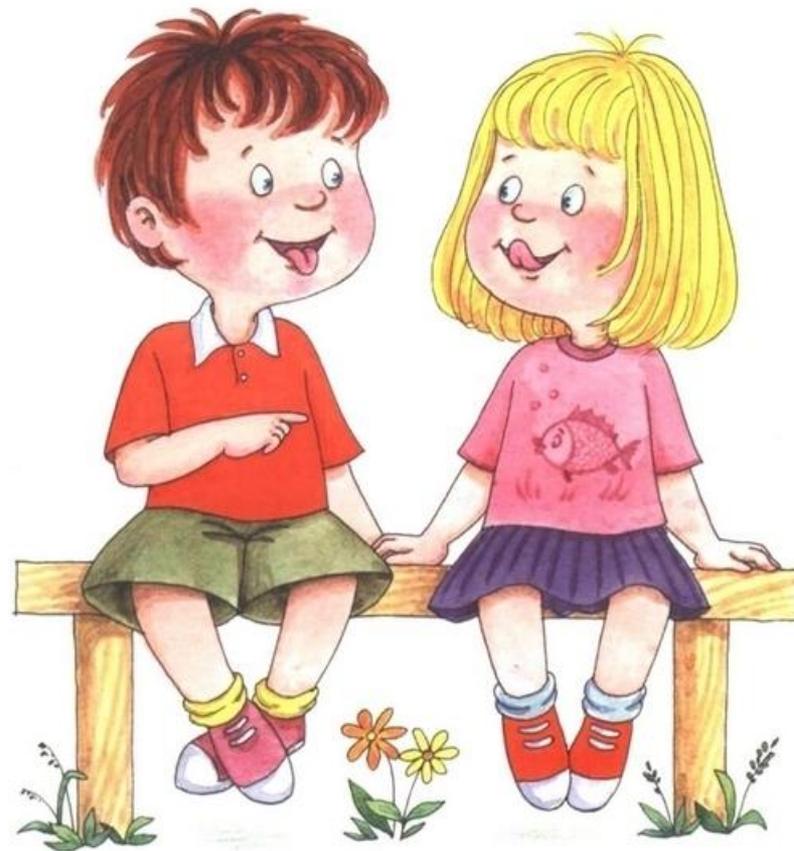
«Дудочка»

- * с напряжением вытянуть вперед губы (зубы сомкнуты)



«Заборчик»

- * улыбнуться, с напряжением обнажив сомкнутые зубы



Су-Джок терапия

Массаж приборами Су-Джок терапии.

- Воздействовать на биологически активные точки по системе Су –Джок.
- Стимулировать речевые зоны коры головного мозга.



Биоэнергопластика

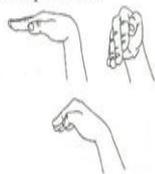
По данным Ястребовой А.В. и Лазаренко О.И. движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме.

Одно из направлений здоровьесберегающих технологий является биоэнергопластика – соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки иначе говоря со дружественное взаимодействие руки и языка.

Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику. Весь комплекс игр и упражнений «Биоэнергопластика» направлен на стимуляцию интеллектуальной деятельности, развитие артикуляционного аппарата, речевого дыхания, мелкой моторики пальцев и рук (массаж ладоней, кистей рук), общей моторики, развитие чувства ритма, координации движений с использованием нетрадиционных атрибутов: крышечек, губок, карандашей, эспандеров.

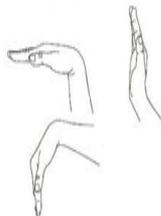
«ЧАСИКИ»

Тик-так, тик-так.
Язычок качался так,
Словно маятник часов.
Ты в часы играть готов?



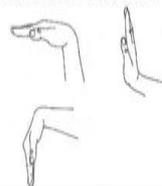
«Чистим зубки»

Зубки нужно чистить дважды:
Каждое утро и вечер каждый.



«Качели»

Сели дети на качели
И взлетели выше ели.
Даже солнышка коснулись,
А ~~только~~ ~~только~~ ~~только~~ ~~только~~



«Чашечка»

Вкусных мы блинов поели,
Выпить чаю захотели.
Язычок мы к носу тянем,
Чашку с чаем представляем.



Пескотерапия

Упражнения: «Деление слов на слоги», «Песочный дождик», «Песочный ветер», «Необыкновенные следы».

Закончить игру с песком можно стихами:

В ладошки наши посмотри —

Мудрее стали ведь они!

Спасибо, милый наш песок,

Ты всем нам поумнеть помог!



Handgum - что это?

Handgum:

- способствует развитию мелкой моторики пальцев рук, развитию речи и почерка,
- снимает агрессию и раздражение,
- развивает творческое мышление,
- укрепляет кистевые мышцы рук,
- создает позитивно эмоциональный фон,
- является эффективным антистрессом.



Развивающие игры, которые помогут развить мелкую моторику и хватательную способность руки, подготовить руку ребенка к письму: «Щелкунчик», «Угадай-ка», «Перетяни-ка».



Логоритмика

Занятия логоритмикой:

- укрепляют у детей костно-мышечный аппарат,
- развивают дыхание, моторные функции,
- воспитывают правильную осанку, походку, грацию движений,
- способствуют формированию двигательных навыков и умений, развитию ловкости, силы, выносливости, координации движений, организаторских способностей,
- развивают фонематическое восприятие.

Фонетическая ритмика – это система специальных упражнений, сочетающая речь и движения, где проговаривание речевого материала (звуков, слогов, слов, текстов) сопровождается движениями (рук, ног, головы, корпуса).

С _____ С _____
СА _____ СА _____ СА _____
СА – са СА – са
са – СА _____ са – СА _____
са – СА – са
СА – СО – СУ
С _____ С _____ С _____





Благодарю за внимание!