

**«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИИ В
ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ
ПРАКТИКЕ»**

Учитель-логопед: Межонная
Наталья Викторовна

Здоровье – бесценный дар,
потеряв его в молодости
не найдёшь до самой старости.

(народная мудрость)



Актуальность

Среди учащихся, поступающих в Центр, высоким оказывается число детей с различными отклонениями в речевом развитии, что препятствует формированию их полноценной учебной деятельности. Как правило, это дети с остаточными проявлениями органического поражения центральной нервной системы. Это обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого дефекта с различными нарушениями психической деятельности: низкой умственной работоспособностью, иногда двигательной расторможенностью, повышенной возбудимостью.

Для многих детей характерен цереброастенический синдром, проявляющийся в виде нарушений активного внимания и памяти.

Отклонения в речевом развитии носят различный характер и по-разному складываются на общем развитии ребенка, но отставание в учебе неизбежно, если ребенку своевременно не оказать логопедическую помощь.



Хорошо развитая речь - важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребенка речь, тем легче ему высказывать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее отношения со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие.



Я хотела бы познакомить Вас с разнообразными методами и приёмами, которые оказывают положительное воздействие на речевое развитие детей. Позволяют значительно улучшить результативность коррекционной работы, разнообразить приемы и методы логопедического воздействия и способствовать оздоровлению детей.



Здоровьесберегающие технологии.

Совокупность методов и приемов в коррекционной работе по преодолению нарушения речи затрагивает не только исправление дефектов речевой деятельности, но и формирование определенных психических процессов, представлений об окружающем мире, становлений отношений к воспитуемым социальным явлениям и навыкам поведения, основы личностной культуры.

Поэтому использование здоровьесберегающих технологий в своей деятельности рассматриваю как перспективное средство коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи.

На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма ребенка.



На логопедических занятиях
использую как традиционные, так
и нетрадиционные приемы
здоровьесберегающих технологий



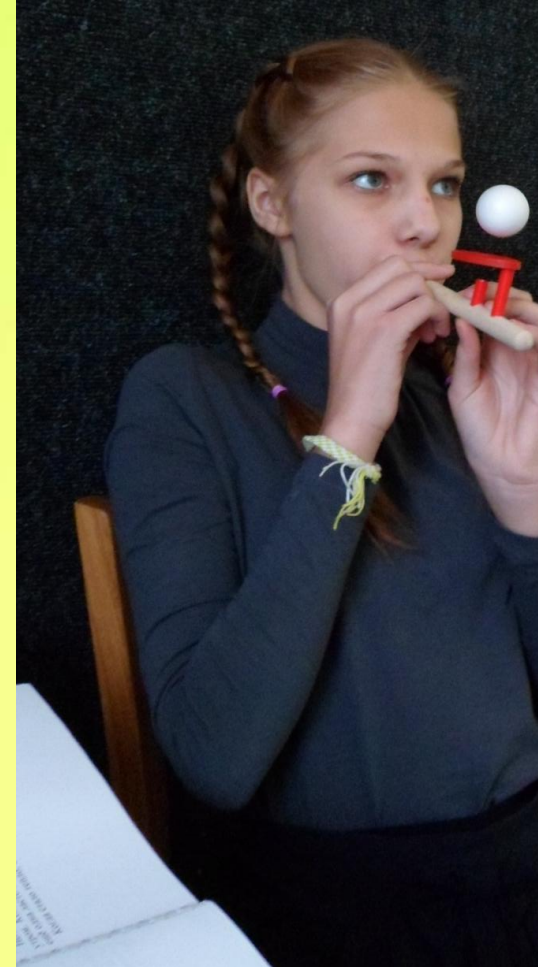
Дыхательная гимнастика

(дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой, упражнения для формирования речевого дыхания, ниже-диафрагмальное дыхание, игры – поддувки). Эти приемы способствуют профилактике заболеваний ЛОР – органов, энергетизации мозга, снятию мышечного напряжения;

Дыхательная гимнастика



- положительно влияет на обменные процессы,
- способствует восстановлению нарушенных нервных регуляций со стороны центральной нервной системы,



Дыхательная гимнастика



- улучшению дренажной функции бронхов, восстанавливает нарушенное носовое дыхание,
- повышает общую сопротивляемость организма, его тонус,
- оздоравливает нервно-психическое состояние.

Игры на развитие дыхания



Рис. 8. Птичья столовая





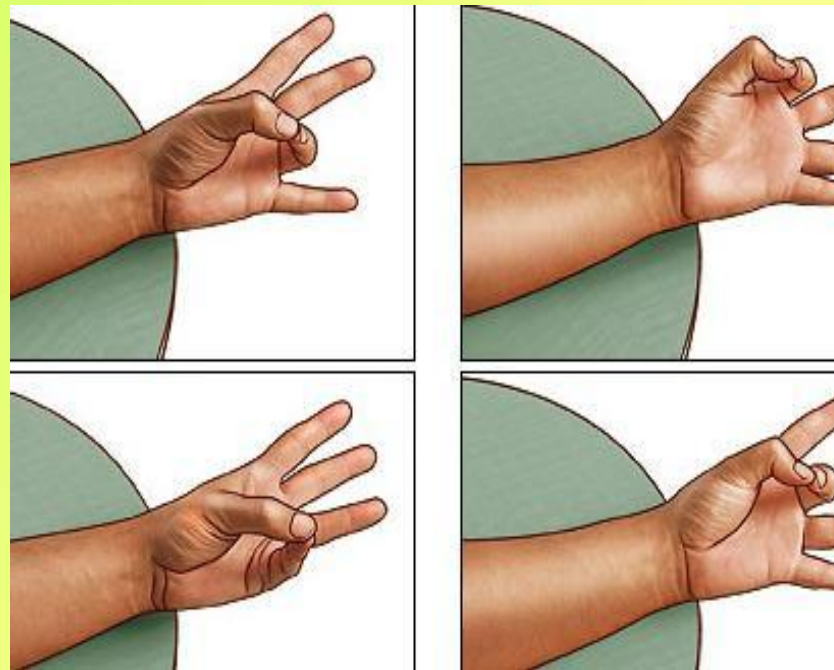
Гимнастика для кистей и пальцев рук

Пальчиковая гимнастика, игры с природным материалом: песок, крупы, семена, шишки; Су-Джок терапия).

Она способствует становлению многих психических процессов, в том числе сознания и мышления, стимулирует черепно–мозговую активность, снимает эмоциональное напряжение, тревогу, депрессию;

Кинезитерапия

Комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие, когда полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация их работы. В ходе систематического использования кинезиологических упражнений у ребенка развиваются межполушарные связи, улучшается память и концентрация внимания



(игры «Колечко», «Кулак-ребро ладонь», «Ухо-нос» и т.д.)

Су - Джок терапия.



Су – кисть, Джок – стопа.
Су Джок – терапия оказывает воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений.

Использую в работе массажные мячи, мячи «Су-Джок»



Су - Дэжок терапия.



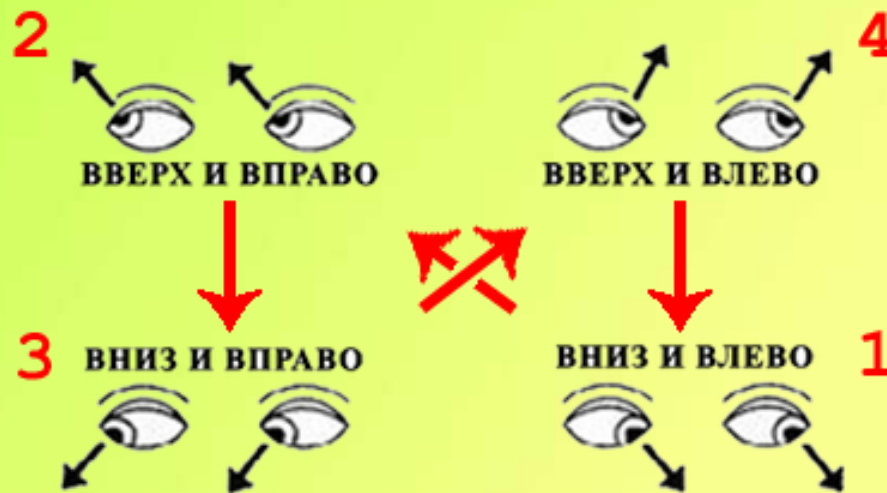
Японская методика пальцевого массажа



- Массаж большого пальца повышает активность мозга;
- Массаж указательного пальца стимулирует желудок и поджелудочную железу;
- Массаж среднего пальца улучшает работу кишечника;
- Массаж безымянного пальца стимулирует печень;
- Массаж мизинца способствует улучшению сердечной деятельности, снимает психическое и нервное напряжение.

Глазодвигательная гимнастика

применяется с целью профилактики нарушения зрения, активизации работы мышц глаза, снятия зрительного утомления



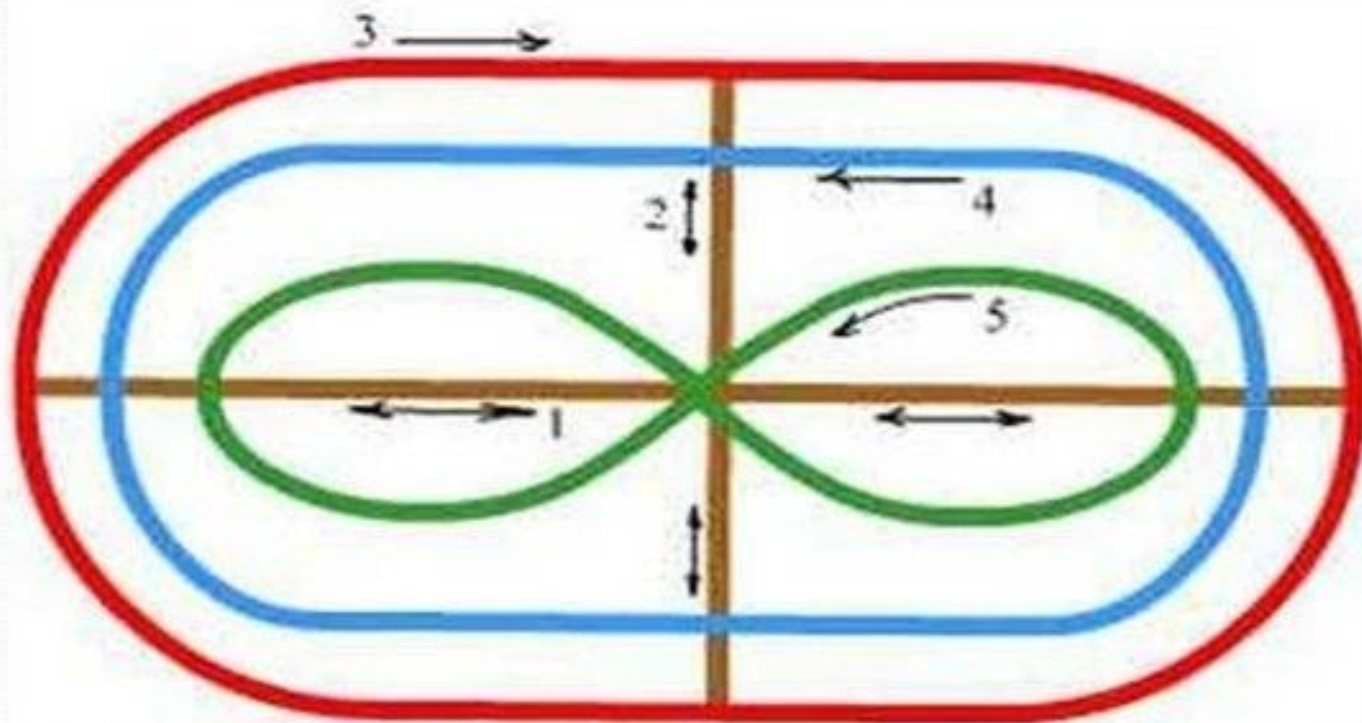
Глазодвигательная гимнастика

Тренажёр Базарного В.Ф.

Способствует улучшению координации движения глаз, развитию сложных движений.

Снимает статическое напряжение с мышц глаз. Улучшает кровообращение.

Задание. Детям предлагается проследить глазами по указанному направлению.





Элементы релаксации и упражнения психологической саморегуляции

(для восстановления силы и снятия эмоционального возбуждения у детей, их успокоения во время занятий).

Как известно, подростковый возраст — сложный и ответственный в жизни каждого человека. В этот период интенсивное физическое развитие нередко обгоняет психическое. Подросток - начинает сознательно относиться к себе. У него появляется стремление самоутвердиться в семье, в коллективе, в обществе взрослых. Особенно остро эти возрастные особенности проявляются у заикающихся подростков.



РАССЛАБЛЕНИЕ МЫШЦ ПО КОНТРАСТУ С ИХ НАПРЯЖЕНИЕМ

Начинаю комплекс работы с релаксации **мышц рук**

- Упражнения направлены на расслабление мышц рук и воспитание «чувства мышцы». Для этого подростки должны сосредоточиться на своих ощущениях. Сеанс релаксации начинается с расслабления наиболее знакомых групп мышц рук.


Упражнения: «Кошка», «Не урони вазу», «Силачи»

- Затем работаем над расслаблением **мышц ног**.

Упражнения : «В автобусе», «Тормоз в машине»

- Расслабление **мышц корпуса**.
- Упражнения : «Волейбольный мяч», «Надуваем мяч»
- Расслабление мышц шеи.

Упражнения: «Холодно», «Спать хочется»



Технологии развития артикуляционной моторики:

- логопедический ручной массаж;
- логопедический зондовый массаж;
- точечный массаж;
- артикуляционная гимнастика.

Массаж

Массаж применяю в тех случаях, когда имеют место нарушения тонуса артикуляционных мышц. Изменяя состояние мышц периферического артикуляционного аппарата, массаж в конечном счете опосредованно способствует улучшению произносительной стороны речи. Массаж использую на всех этапах коррекционно-логопедического воздействия, но особенно важно его применение на начальных этапах работы.

Вместе с ручным и пальцевым массажем применяю зондовый массаж Е.В. Новиковой.



логопедический зондовый массаж;

Применяется для:

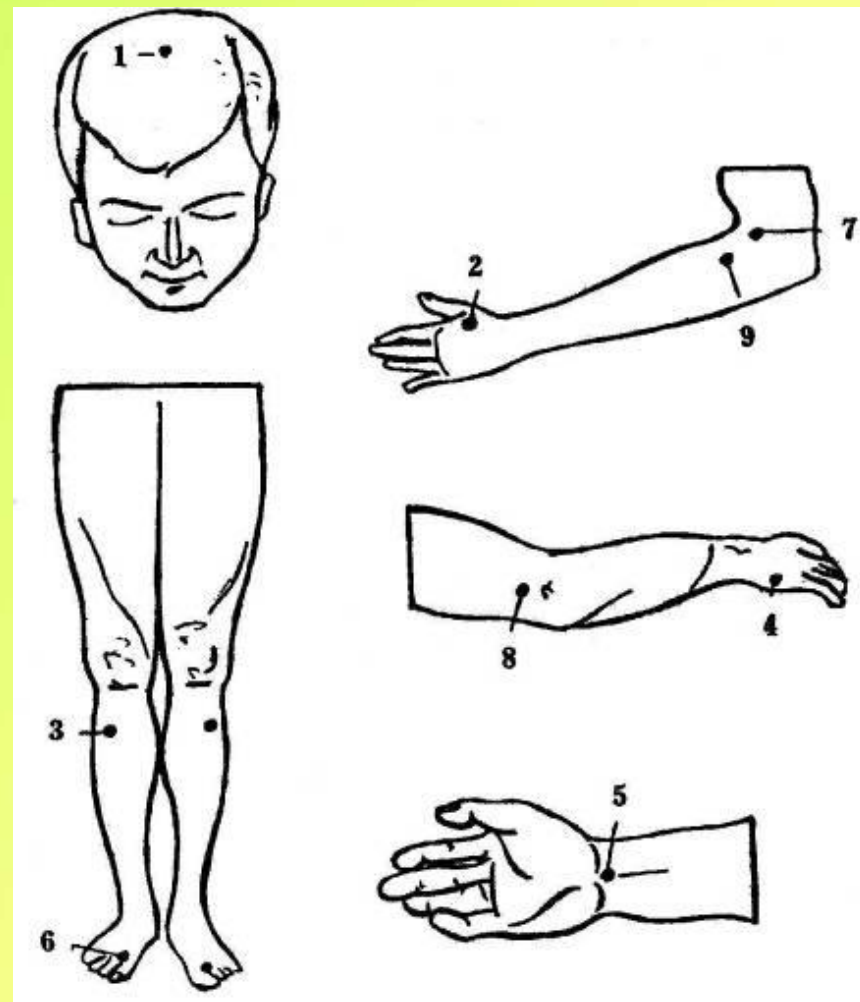
- Нормализации тонуса мышц артикуляционного аппарата.
Стимуляции проприоцептивных ощущений.
Подготовки условий к формированию произвольных, координированных движений органов артикуляции.
Уменьшения гиперсаливации.
- Укрепления глоточного рефлекса.



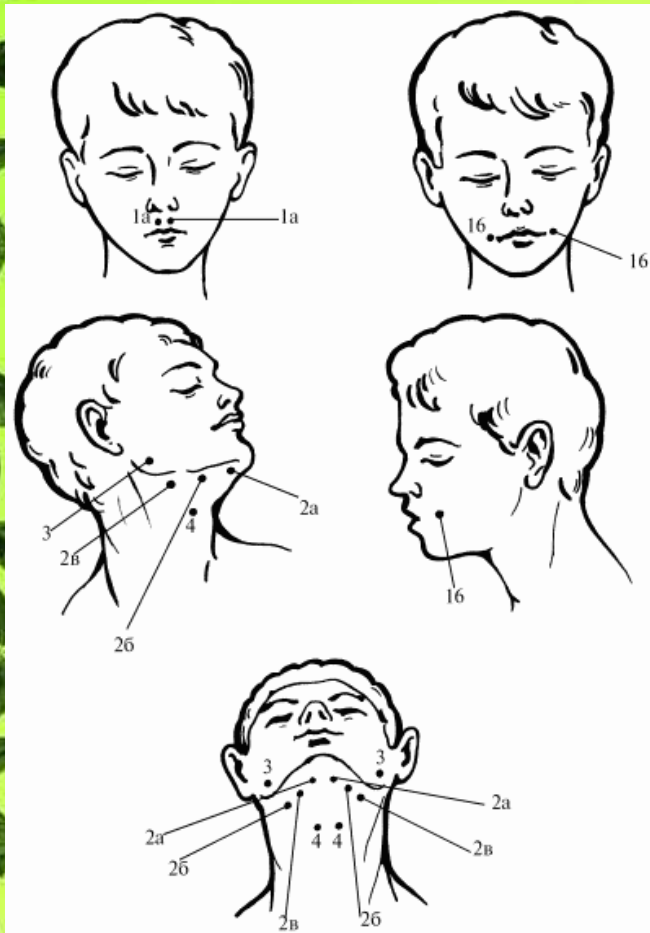
точечный массаж

массаж биологически активных точек

Воздействие на биологически активные точки (БАТ) представляет собой один из методов рефлекторной терапии. Имеется тесная функциональная связь между биологически активными точками и определенными органами, системами организма.



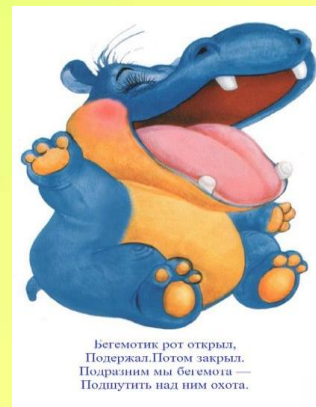
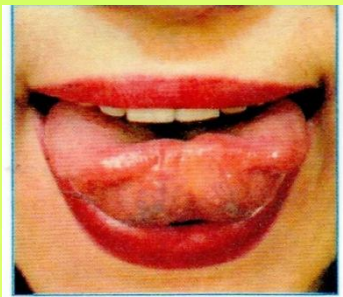
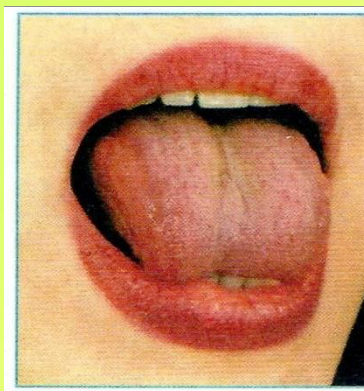
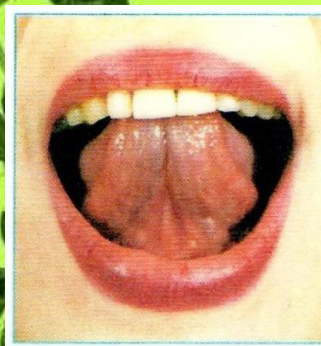
точечный массаж



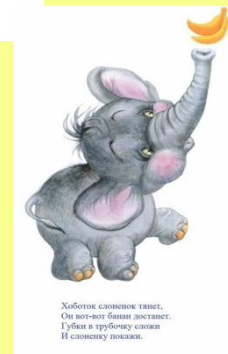
Путем нажатия на БАТ вызываются определенные рефлекторные реакции в соответствующих органах и мышцах. Методика точечного массажа отличается относительной простотой проведения, физиологичностью, малой зоной воздействия и возможностью проведения не только для коррекции, но и для профилактики.

Артикуляционная гимнастика

- Занятия артикуляционной гимнастикой позволят всем - и детям и взрослым - научиться говорить правильно, чётко и красиво.



Бегемотик рот открыл,
Подержал. Потом закрыл.
Подразним мы бегемота —
Поддуть над ним охота.



Хоботок слоненок тянет,
Он вот-вот банан доставит.
Губки в грубочку сложил
И словенку показал.



Артикуляционная гимнастика

помогает



- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их (нервную проводимость)
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить напряжённость артикуляционных органов;



Самомассаж включает в себя:



Самомассаж мышц головы и шеи



- Самомассаж -это массаж, выполняемый самим ребенком

Самомассаж мышц лица



«Рисуем дорожки». Движения пальцев от середины лба к вискам.



«Рисуем яблочки». Круговые движения пальцев от середины лба к вискам.



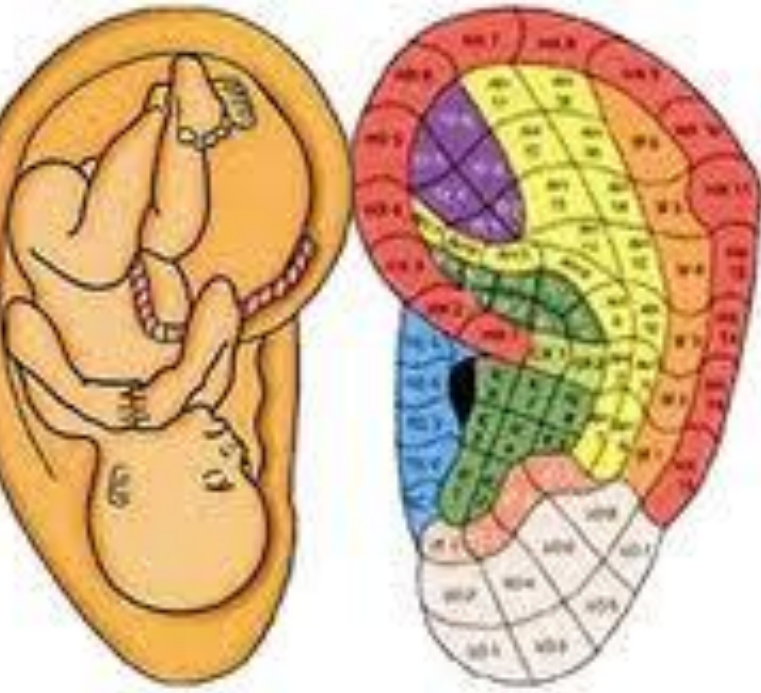
«Рисуем елочки». Движения пальцев от середины лба к вискам. Движение



«Пальцевой душ». Легкое постукивание или похлопывание кончиками пальцев по лбу



Аурикулотерапия -



это система лечебного воздействия на точки ушной раковины, которые проецируют все органы и системы человеческого организма. Воздействие осуществляется путём массажа ушной раковины (надавливание, растирание) до лёгкого покраснения и появления чувства тепла.



На ушных раковинах много биологически активных точек. Их массаж быстро мобилизует силы организма.





Биоэнергопластика

Биоэнергопластика – это соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти рук. Движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей, развивает координацию движений и мелкую моторику.

Биоэнергопластика



Ароматерапия- лечение с помощью эфирных масел.

Цели:

- нормализовать мышечный тонус,
- Повысить работоспособность, настроение, уверенность в себе.



Исследования ученых доказали, что запахи способны управлять настроением и работоспособностью, они могут не только влиять на нашу жизнь в целом, но и руководить нашим поведением.



Ароматерапия



- В этих целях рекомендуется применять масло лимона, обладающим высоким эффективным воздействием. Уже через несколько минут резко улучшается настроение, пропадает ощущение усталости, дети жаждут деятельности.





Ароматерапия

- **Вероятное положительное влияние на психику эфирных масел.**
- **Гераниевое и лавандовое** снимает стресс и состояние тревоги.
- **Мятное** повышает настроение.
- **Ромашковое** - способствует запоминанию, успокаивает.
- **Розмариновое** - улучшает память.
- **Эвкалиптовое** - устраняет утомляемость, сонливость.
- **Масло чайного дерева** – эмоциональный антисептик, устраняет истерию и паникерство.
- **Пихтовое** – устраняет депрессию, чувство неуверенности.
- **Кедровое** – Устраняет нервозность, растерянность, упорядочивает мысли.



Хромотерапия (цветотерапия, светотерапия)



- **Цели:**
 - Нормализовать мышечный тонус,
 - Нейтрализовать негативное состояние.
- Хромотерапия – это наука, изучающая свойства света и цвета.



Ученые давно заметили, что одни цвета ласкают взгляд, успокаивают, способствуют приливу внутренних сил, бодрят, другие раздражают и угнетают. Воздействие цвета на людей не однозначно, а сугубо индивидуально. Поэтому педагогам необходимо это учитывать в своей работе.



Хромотерапия



- **Воздействие света на организм ребенка**
- Синий, голубой – успокаивающее действие, расслабляющий эффект, снижение спазмов, тормозящее действие.
- Красный, розовый- повышение работоспособности, ощущение тепла, стимуляция психических процессов.
- Зеленый– успокаивающее действие, создание хорошего настроения.
- Желтый – цвет радости и покоя, нейтрализация негативного состояния.



Коррекция звукопроизношения-

представляет собой систему работы над постановкой недостающих в произношении у ребенка звуков родного языка, для автоматизации звуков речи. Материал представляется по группам в зависимости от позиции автоматизируемого звука в слове, предусматривает сложность слоговой структуры слов, а также наличие тех звуков, которые у детей не вызывают затруднений в произношении.

Коррекция звукопроизношения

- Осуществляется как с готовыми дидактическими пособиями, так и созданными самостоятельно в виде дидактических игр направленных на автоматизацию поставленных звуков





Заключение

Уважаемые коллеги, я продемонстрировала вам вариативность использования разнообразных методов и приёмов здоровьесберегающих технологий, направленных на укрепление и сохранение здоровья детей. Данные приёмы использую в своей работе и могу с уверенностью сказать, что они оказывают положительное воздействие на детей: повышается работоспособность, улучшается качество образовательного процесса. Таким образом, можно сделать вывод о том, что использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе способствует не только сохранению и укреплению здоровья детей с проблемами в развитии речи, но и улучшению адаптивных и компенсаторных возможностей детского организма.



***Спасибо за внимание!!!
Будьте здоровы!!!!***