

Сообщение на педагогическом совете

**«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ
ТЕХНОЛОГИИ В ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ
ПРАКТИКЕ»**

Учитель-логопед: Межонная Н.В.

г.Хабаровск

*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 церебрастенический 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.

Что значит здоровьесберегающие технологии?

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

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

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»

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

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.

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.

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:

- Массаж мышц головы и шеи
- Массаж мышц лица
- Массаж языка
- Массаж пальцев рук

Самомассаж -это массаж, выполняемый самим ребенком

Самомассаж мышц головы и шеи

- «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 направ-

лено несколько по диагонали

- «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.

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.

- В этих целях рекомендуется применять масло лимона, обладающим высоким эффективным воздействием. Уже через несколько минут резко улучшается настроение, пропадает ощущение усталости, дети жаждут деятельности.
- **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, носит избирательный характер, и педагогам необходимо это учитывать в работе.

- **Воздействие света на организм ребенка:**

- Синий, голубой – успокаивающее действие, расслабляющий эффект, снижение спазмов, тормозящее действие.
- Красный, розовый- повышение работоспособности, ощущение теплоты, 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 в 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.

- 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!!!!







