

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОВЗ**

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

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

### **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В РАБОТЕ**

- дыхательная гимнастика;
- упражнения, направленные на профилактику нарушений зрения;
- развитие мелкой моторики;
- артикуляционная гимнастика;
- физминутки;
- логоритмические занятия;
- элементы музыкотерапии, сказкотерапии, пескотерапии, ароматерапии, су-джок терапии
- массаж и самомассаж;
- релаксация;
- мимическая гимнастика;
- биоэнергопластика;
- кинезиологические упражнения.

#### **Артикуляционная гимнастика**

Регулярное выполнение поможет:

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

#### **Дыхательная гимнастика:**

- стимулирует работу мозга, регулирует нервно-психические процессы.
- способствует развитию и укреплению грудной клетки
- направлена на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания
- необходима для дальнейшей работы по коррекции звукопроизношения.

#### **Зрительная гимнастика**

Снимает напряжение с глаз, способствует тренировке зрительно-моторной координации.

#### **Развитие общей моторики** (ОДУ- общие двигательные упражнения).

Целью проведения ОДУ является развитие общей моторики, координации движений и речи, снятие мышечного напряжения.

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

### **Развитие мелкой моторики**

Развитие мелкой моторики повышает эффективности коррекционной работы с детьми - логопатами.

Развитие мелкой моторики и навыков самообслуживания, манипуляции с предметами, ручной умелости, снятие синкенезий и мышечных зажимов

**Су – джок терапия** - это одно из направлений медицины, разработанной южно-корейским профессором Пак ЧжеВу.

В переводе с корейского языка «Су» – кисть, «Джок» – стопа.

Приемы работы Су – Джокмассажером:

- Массаж специальным шариком
- Массаж эластичным кольцом
- Пальчиковая гимнастика в стихах с применением Су-Джок шарика
- Автоматизация поставленных звуков с использованием Су-Джок шарика
- Использование Су–Джок шаров при совершенствовании лексико-грамматических категорий.
- При проведении звукового анализа слов используются массажные шарики трех цветов: красный, синий, зеленый

### **Массаж и самомассаж**

Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике:

- массаж и самомассаж лицевых мышц;
- массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;
- плантарный массаж (массаж стоп);
- аурикулярный массаж (массаж ушных раковин);
- массаж язычной мускулатуры.

**Логоритмика** - это система терапевтических упражнений с элементами нейрогимнастики, опирающихся на связь слова, музыки и движения.

Логопедическая ритмика включает в себя упражнения на развитие артикуляции и речевого дыхания; пальчиковые, речевые, коммуникативные и музыкально-двигательные игры, направленные на укрепление мышечного тонуса.

### **Биоэнергопластика**

Активизация интеллектуальной деятельности, развитие координации, мелкой и артикуляционной моторики.

**Кинезиологические упражнения** – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное воздействие.

Цель кинезиологических упражнений:

- Синхронизация работы полушарий;
- Развитие межполушарных связей;
- Развитие мелкой моторики и речи;
- Развитие мышления, памяти, внимания и способностей.