ДОКЛАД

Тема: «Здоровьесберегающие технологии в работе логопеда»

 Подготовила

 учитель-логопед

 Лю-вен-фу Г.Г.

 г. Белово, май 2021

Самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Особенно остро эта проблема стоит в образовательных учреждениях, где работа по укреплению здоровья детей имеет большое значение.

У детей с проблемами в речевом развитии, так же имеются проблемы и с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания и мышления. Поэтому возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с такими детьми.

Здоровьесберегающие технологии - это система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального и физического здоровья всех субъектов образовательного процесса.

Целью данных технологий является обеспечение, детям высокого уровня здоровья, вооружив их необходимым багажом знаний, умений, навыков для ведения здорового образа жизни и воспитав у них культуру здоровья.

Успешную динамику речевого развития может дать лишь комплексное воздействие на ребенка. Совокупность методов и приемов в коррекционной работе по преодолению нарушения речи затрагивает не только исправление дефектов речевой деятельности, но и представлений об окружающем мире, формирование определенных психических процессов. В процессе коррекционной работы логопеда возрастает педагогическая и социальная значимость сохранения здоровья детей.

При проведении логопедических занятий следует учитывать следующие *принципы здоровьесберегающих технологий*:

* принцип «Не навреди! »;
* принцип сознательности и активности;
* принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
* принцип систематичности и последовательности;
* принцип доступности и индивидуальности;
* принцип всестороннего и гармоничного развития личности;
* принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
* принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий;
* принцип возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса.

В логопедическом направлении представлены здоровьесберегающие технологии, которые применяются всеми специалистами в своей коррекционной работе.

**Современные здоровьесберегающие технологии, используемые на логопедических занятиях:**

* Артикуляционная гимнастика
* Дыхательная гимнастика
* Гимнастика для глаз
* Пальчиковая гимнастика
* Массаж и самомассаж
* Физкультминутки
* Кинезеологические упражнения
* Логоритмика
* Мышечная релаксация

**Артикуляционная гимнастика:**

Цель - выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков.

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:**

Цель– увеличить объем дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, длительный, экономный выдох.

Дыхательные упражнения улучшают деятельность дыхательной мускулатуры, усиливают обменные и восстановительные процессы. Кроме того дыхательные упражнения позволяют развить сильную воздушную струю, которая необходима для правильной речи.

**Гимнастика для глаз:**

Цель - профилактика нарушений зрения, формирование у детей представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

Гимнастика снимает зрительное напряжение, является профилактикой зрительного утомления и снижения остроты зрения, обеспечивает улучшение кровоснабжения тканей глаза, обменные процессы в глазу; повышает силу, эластичность, тонус глазных мышц, укрепляет мышцы век, снимает переутомление зрительного аппарата.

**Развитие мелкой моторики:**

Пальчиковая гимнастика помогает развивать у ребенка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память и мышление. С этой целью используются на занятиях игры и упражнения на формирование движений пальцев руки:

* пальчиковый театр
* графические упражнения
* игры с прищепками
* сухой бассейн
* игры со счётными палочками
* шнуровки, пазлы и т.д.

**Самомассаж:**

это динамические артикуляционные упражнения, вызывающие эффект, сходный с массажем. Самомассаж органов артикуляции активизирует кровообращение в области губ и языка. Сначала демонстрируют самомассаж ребенку перед зеркалом, затем тренируемся опираться только на ощущения.

**Физкультминутки**:

Цель – снизить утомление и повысить умственную работоспособность детей на занятии, снять усталость и напряжение; внести эмоциональный заряд; совершенствовать общую моторику; выработать четкие координированные действия во взаимосвязи с речью, отрабатывать темп и ритм речи (проводятся в игровой форме в середине занятия).

**Кинезеологические упражнения:**

упражнения, направленные на формирование и развитие межполушарного взаимодействия, на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое.

**Логоритмические упражнения:**

с использованием музыкотерапиисоздают положительный эмоциональный фон, снимают тревожность, стимулируют двигательную функцию; развивают и корригируют сенсорные процессы (ощущение, восприятие, представление), растормаживают речевые функции; развивают чувства ритма, темпа, времени, нормализуют просодическую сторону речи.

**Релаксация:**

Релаксация - произвольное или непроизвольное состояние покоя, расслабленности, связанное с полным или частичным мышечным расслаблением. Возникает вследствие снятия напряжения, после сильных переживаний или физических усилий. Бывает непроизвольной (расслабленность при отходе ко сну) и произвольной, вызываемой путем принятия спокойной позы, представления состояний, обычно соответствующих покою, расслабления мышц, вовлеченных в различные виды активности.

В результате использования приемов здоровьесберегающих технологий в логопедии:

- повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие;
дети учатся видеть, слышать, рассуждать;
- корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности;
- формируется правильное, осмысленное чтение, пробуждается интерес к процессу чтения и письма, снимается эмоциональное напряжение и тревожность;
- развивается способность к переносу полученных навыков при изучении предметного материала.

**Таким образом**: использование здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе с детьми даёт положительные результаты:
- снижение уровня заболеваемости;
- повышение работоспособности, выносливости;
- развитие психических процессов;
- улучшение зрения;
- формирование двигательных умений и навыков, правильной осанки;
- развитие общей и мелкой моторики,
- повышение речевой активности;
- увеличение уровня социальной адаптации.