

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ЛОГОПЕДИИ

Москвина Анна Викторовна
Учитель – логопед МБДОУ ДС № 245
г. Челябинска

Особенности физического развития детей с речевыми нарушениями

- нарушения дыхания и голоса;
- нарушения общей и мелкой моторики;
- расторможенность и заторможенность мышечного напряжения;
- повышенная утомляемость;
- заметное отставание в показателях основных физических качеств;
- нарушение темпоритмической организации движений.

Особенности психического развития детей с речевыми нарушениями

- нарушение оптико – пространственного праксиса;
- неустойчивость внимания;
- неустойчивость внимания;
- расстройство памяти;
- несформированность мышления;
- задержка развития воображения

Принципы здоровьесбережения:

- не навреди!
- принцип триединого представления о здоровье
- принцип непрерывности и преемственности
- принцип соответствия содержания и организации обучения и воспитания возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка
- комплексный междисциплинарный подход

Задачи здоровьесберегающих технологий:

- культивировать и воспитывать у детей осмысленное отношение к физическому и духовному здоровью как единому целому;
- закреплять отдельные оздоровительные меры в виде константных психосоматических состояний ребёнка;
- формировать психическую регуляцию жизненных функций организма путём развития творческого воображения;
- воспитывать способности к самосозиданию;
- помочь детям овладеть навыками самоврачевания;
- способность к развитию познавательного интереса к своему и чужому телу

Здоровьесберегающие технологии — это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленной на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития.

Цель здоровьесберегающих технологий – становление осознанного отношения ребёнка к здоровью и жизни человека, накопление знаний о здоровье и развитие умения оберегать, поддерживать и сохранять его, обретение валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения.

ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ:

- медико-профилактические
- физкультурно-оздоровительные
- здоровьесбережения и
здоровьеобогащения педагогов
дошкольного образования;
- валеологического просвещения
родителей

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ

- артикуляционная гимнастика
- дыхательная гимнастика
- гимнастика для глаз
- развитие общей моторики
- развитие мелкой моторики
- су – джок терапия
- массаж и самомассаж
- релаксация

АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Направлена на выработку правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

способствует развитию и укреплению грудной клетки. Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работой над коррекцией звукопроизношения.

ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

целью проведения зрительной гимнастики - является формирование у детей дошкольного возраста представлений о необходимости заботы о своем здоровье, о важности зрения, как составной части сохранения и укрепления здоровья.

РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ МОТОРИКИ

Чем выше двигательная активность ребенка, тем интенсивнее развивается его речь. У детей с нарушениями речи, часто наблюдаются «неполадки» в общей моторике: недостаточная четкость и организованность движений, недоразвитие чувства ритма и координации. Таким образом, развитие общей моторики способствует развитию речи.

РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

Развитию мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяется особое внимание, так как этот вид деятельности способствует утреннему и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков. Целесообразно сочетать упражнения по развитию мелкой моторики с собственно речевыми упражнениями.

СУ – ДЖОК ТЕРАПИЯ

Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. На коррекционных занятиях происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики).

Массаж и самомассаж

При системном проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. 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.

РЕЛАКСАЦИЯ

Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц. На логопедических занятиях можно использовать релаксационные упражнения по ходу занятия, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство. Упражнения проводятся под музыку. Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи.