

**Использование  
здоровьесберегающих  
технологий в  
логопедической группе  
для детей с ОНР (из  
опыта работы)**

**Учитель-логопед  
МБДОУ №110  
Лукашевич Ольга  
Юрьевна**

**Здоровье – это  
самое ценное, что  
есть у человека.**

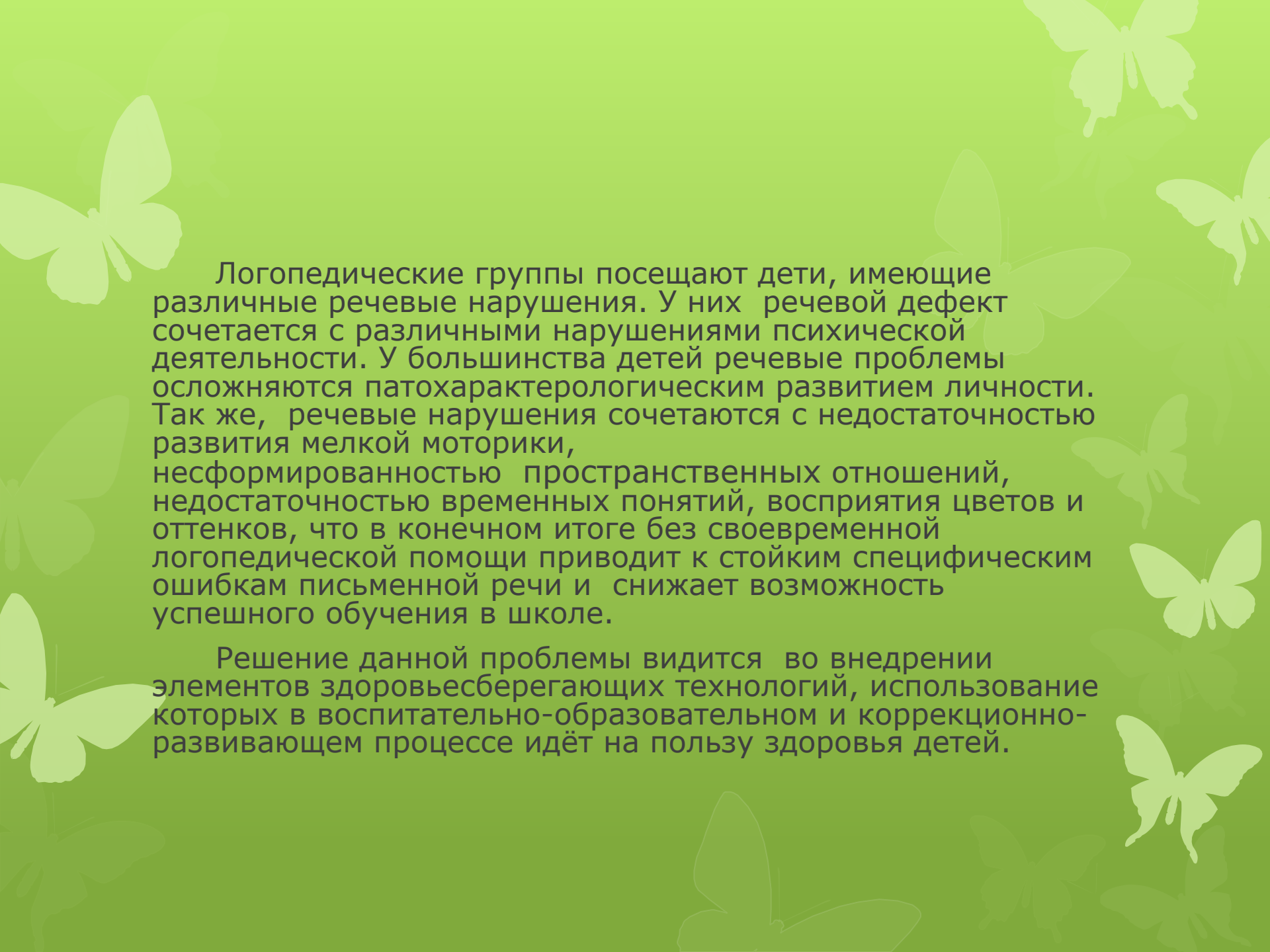
*Н.А. Семашко*

**Здоровьесберегающие технологии – это  
комплекс разнообразных форм и видов  
деятельности, направленный на  
сохранение и укрепление здоровья  
воспитанников ДОУ**

**Любая педагогическая технология должна  
быть здоровьесберегающей**

# **ВИДЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В КОРРЕКЦИОННОЙ ГРУППЕ:**

- ▣ **Технологии сохранения и стимулирования здоровья**, способствующие предотвращению состояний переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний ( динамические паузы, гимнастика пальчиковая, дыхательная, для глаз).
- ▣ **Коррекционные технологии** (артикуляционная гимнастика, фонетическая ритмика, психогимнастика, сказкотерапия, куклотерапия, музыкотерапия, песочная терапия)
- ▣ **Технологии обучения здоровому образу жизни** (игротерапия, разные виды массажа и самомассажа).



Логопедические группы посещают дети, имеющие различные речевые нарушения. У них речевой дефект сочетается с различными нарушениями психической деятельности. У большинства детей речевые проблемы осложняются патохарактерологическим развитием личности. Так же, речевые нарушения сочетаются с недостаточностью развития мелкой моторики, несформированностью пространственных отношений, недостаточностью временных понятий, восприятия цветов и оттенков, что в конечном итоге без своевременной логопедической помощи приводит к стойким специфическим ошибкам письменной речи и снижает возможность успешного обучения в школе.

Решение данной проблемы видится во внедрении элементов здоровьесберегающих технологий, использование которых в воспитательно-образовательном и коррекционно-развивающем процессе идёт на пользу здоровья детей.

# АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Данный вид гимнастики является одним из самых эффективных средств формирования и коррекции правильного звукопроизношения. В нашей группе артикуляционная гимнастика проводится 3 раза в день как логопедом на индивидуальных занятиях, так и воспитателями. При проведении АГ используем музыку и сопряженные движения руки ребенка. Это повышает эффективность артикуляционной гимнастики. Широкое применение получили «Сказки о Веселом язычке».



# ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Работу над дыханием осуществляют логопед, воспитатели и инструктор по физической культуре. Широко используются «ветерки», дудочки; в группе много пособий для развития правильного речевого дыхания. Родители не остаются в стороне: для них оформлена папка-передвижка.



## „Ветер”

Сильный ветер вдруг подул,  
Слезки с наших щечек сдул.



И.п.- основная стойка . Сделать полный выдох носом, втягивая в себя живот и грудную клетку.

1-сделать полный вдох, выпячивая живот.

2 –задержать дыхание на 3-4 сек.

3-сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

5 раз

# ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

В работе с детьми часто используем электронные презентации. После просмотра обязательно выполняем гимнастику для глаз с целью предотвращения утомления и нарушений зрения.



# ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА

Система работы по развитию мелкой моторики руки:

- ❖ Календарно-тематическое планирование пальчиковых игр в старшей и подготовительной группах согласно лексическим темам;
- ❖ Штриховка, обводка, дорисовывание (работа в тетради Л.М. Граб «Развиваем графические навыки»);
- ❖ Различные задания в «сухом бассейне», игры с крупами – «крупотерапия»;
- ❖ Работа с бархатной бумагой и ватой, шнурками.





# ДВИГАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА

Проведение динамических пауз предупреждает переутомление, служит средством эмоциональной разрядки, снимает статическую нагрузку, раскрепощает моторику и речь детей.

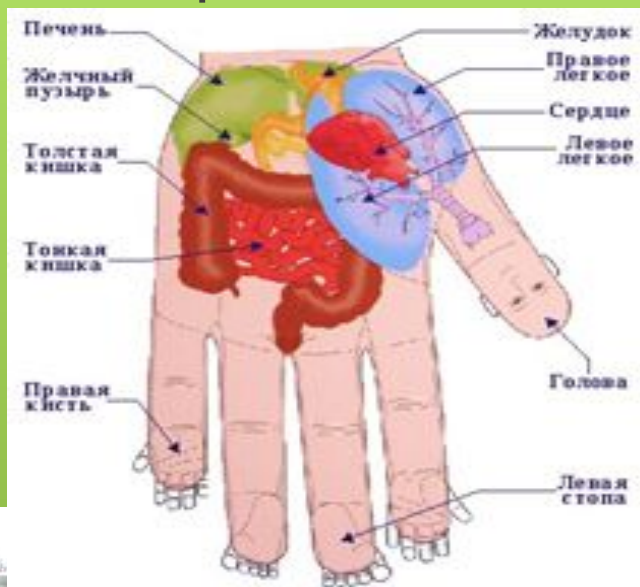


# САМОМАССАЖ

В практике логопедической работы использование приемов самомассажа весьма полезно по нескольким причинам. В отличие от логопедического массажа, проводимого логопедом, самомассаж можно проводить не только индивидуально, но и фронтально с группой детей одновременно. Кроме этого самомассаж можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях дошкольного учреждения. Так, самомассаж может проводиться детьми после утренней гимнастики, занятия по релаксации (аутогенной тренировки), дневного сна. Самомассаж также может быть включен в логопедическое занятие, при этом приемы самомассажа могут предварять либо завершать артикуляционную гимнастику.



Самомассаж помогает укрепить организм, является хорошей профилактикой при многих заболеваниях.



# КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не принимали участия в учении, и решить проблему неуспешности. Коррекционно- развивающая работа направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Широко известны упражнения «Колечки», «Кулак-ребро-ладонь», «Лезгинка», «Ухо-нос».



# РЕЛАКСАЦИЯ

Комплекс упражнений на **релаксацию** используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приемам расслабления различных групп мышц. Такая работа проводится по подгруппам под руководством психолога. Но на логопедических занятиях можно использовать релаксационные упражнения, если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство, упражнения проводятся с музыкальным сопровождением.



# КУКЛОТЕРАПИЯ

Задачи куклотерапии: совершенствование мелкой моторики руки и координации движений; развитие посредством куклы способов выражения эмоций, чувств, состояний, движений, которые в обычной жизни по каким-либо причинам ребёнок не может или не позволяет себе проявлять; обучение способам адекватного телесного выражения различных эмоций, чувств, состояний и др. Ребенку легче произнести правильно звук, если он хочет понравиться кукле или говорит слоги, слова, предложения за куклу. Работая с куклой, говоря за нее, ребенок по-иному относится к своей собственной речи. Кукла служит для ребенка своего рода защитой, психологической опорой в его публичном выступлении.

# ПСИХОГИМНАСТИКА

- Курс специальных занятий (этюдов. Упражнений, игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка (как её познавательной, так и эмоционально-личностной сферы)

# АРОМОТЕРАПИЯ

- Народный опыт и исследования ученых доказали, что запахи способны управлять настроением и работоспособностью.
- Ароматы лаванды и розмарина действуют успокаивающе и устраняют состояние стресса, запахи лимона и эвкалипта возбуждают нервную систему и повышают работоспособность. Эфирное масло садового чабреца прекрасно действует на нервную систему.
- Мигрень и тошнота отступают при вдыхании аромата мяты. Длительное вдыхание лаванды обеспечивает снотворный эффект, так же, как ромашки, валерьяны, тимьяна, шенкеля и Melissa.
- Эфирные масла базилика, кориандра, дягиля, из кожуры лимона, майорана, петрушки, эвкалипта тонизируют, а фитоконпозиции из базилика, майорана, кориандра, розмарина, мяты, лаванды, тимьяна и вербены создают ароматы, прекрасно успокаивающие перевозбужденную нервную систему.
- Ароматерапия применяется в сочетании с музыкотерапией. Сеанс продолжается 20-30 мин. Курс лечения - от 10 до 20 сеансов. Он показан для ослабленных, угнетенных или, наоборот, перевозбужденных лиц.



# ФИТОТЕРАПИЯ

- Фитотерапия- лечение с помощью лекарственных растений.
- Использование лекарственных растений как эффективного лечебного и профилактического средства при различных речевых аномалиях, для восстановления умственной и физической работоспособности, устранения усталости ,вялости, астенического синдрома, профилактики нарушений мозгового кровообращения, расстройств памяти, устранения бессонницы, нервозности, восстановления мышечного тонуса.
- В результате комплексной коррекционной работы удается с помощью лекарственных трав не только нормализовать сон детей, снять усталость, раздражительность, повысить работоспособность, память, внимание, но и улучшить общее состояние детей с речевой патологией.

# ХРОМОТЕРАПИЯ

- Оказывает успокаивающее воздействие, расслабляет, снимает спазмы уменьшает головные боли, понижает аппетит.
- Оказывает угнетающее действие на психические и физиологические процессы.
- Активизирует, повышает физическую работоспособность, стимулирует психические процессы.
- Успокаивает, создает хорошее настроение.
- Тонизирует при подавленном состоянии.
- Нейтрализует негативные действия.

# МУЗЫКОТЕРАПИЯ

## ЛЕКАРСТВО, КОТОРОЕ СЛУШАЮТ

- Профилактика и лечение нервно-психических заболеваний.
- Снимает меланхолию.
- Умиротворяет, расслабляет и активизирует, вселяет веселье.
- Вызывает приток энергии, будоражит.

*Использование указанных оздоровительных технологий проходит в игровом варианте: обучение и оздоровление происходит с легкостью, упражнения и оздоровительные техники остаются в памяти ребенка надолго.*

*Таким образом, очень важно, чтобы каждая из рассмотренных технологий имела оздоровительную направленность, а используемая в комплексе здоровьесберегающая деятельность в итоге сформировала бы у ребенка стойкую мотивацию на здоровый образ жизни, полноценное и неосложненное развитие.*

***Спасибо за внимание!***