

Я не боюсь ещё и ещё раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

В.А. Сухомлинский

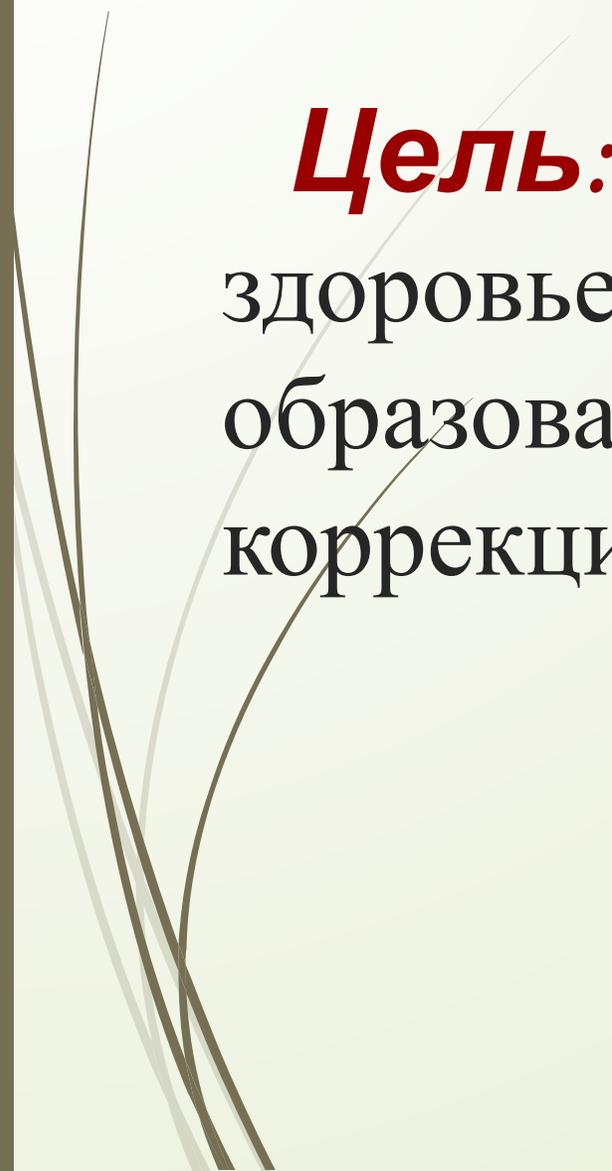




*Использование
здоровьесберегаю
щих технологий на
учебных
занятиях*



Цель: показать эффективность включения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс при организации коррекционно-развивающей работы.





Актуальность: ЗСТ-одно из эффективных средств, с помощью которых можно предотвратить ряд социальных проблем и недостатков в обеспечении уровня здоровья школьников.

- 
- 
- артикуляционная гимнастика;
 - упражнения на развитие общей и мелкой моторики;
 - кинезиологические приёмы.

Артикуляционная гимнастика

- способствует: чёткому произношению звуков: речи, что увеличивает скорость чтения, а также его качество (правильность и выразительность)
- снятию эмоционального напряжения, созданию положительного настроения на урок (если проводится в его начале, как оргмомент)
- формированию навыков самоконтроля



5

«Дудочка»

* с напряжением вытянуть
вперед губы (зубы сомкнуты)



6

«Заборчик»

* улыбнуться, с напряжением
обнажив сомкнутые зубы



20

«Марик»

* надуть щеки
* сдуть щеки





15

«Орешки»

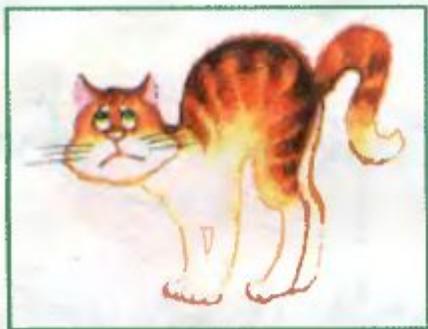
- * рот закрыт
- * кончик языка с напряжением поочередно упирается в щеки
- * на щеках образуются твердые шарики-«орешки»



2

«Мистим зубки»

- * улыбнуться, открыть рот
- * кончиком языка с внутренней стороны «почистить» поочередно нижние и верхние зубы



9

«Киска»

- * губы в улыбке, рот открыт
- * кончик языка упирается в нижние зубы
- * выгнуть язык горкой, упираясь кончиком языка в нижние зубы



Утро с котиком Мурзиком



*Котик Мурзик утром встал,
Чистить зубки побежал.
Вправо-влево, вправо-влево
Чистим зубки мы умело.
Пополощем ротик,
Как чистюля котик.*

Потянуться.

В улыбке открыть рот и кончиком языка сильно «почистить» за нижними зубами 5-6 раз, затем за верхними зубами 5-6 раз.

Имитация полоскания рта.



*Мурзик наш расчёску взял,
И причёсываться стал.
Мы за ним не отстаём,
Всё покажем язычком.*

В улыбке закусить язык зубами,
«протаскивать» язык между зубами вперёд-
назад.





*Дальше по порядку
Делаем зарядку!
Мурзик спинку выгибает.*

Улыбнуться, открыть рот, кончик языка упереть за нижние зубы, «спинку» выгнуть. Удерживать, считая до восьми.

*Мурзик спинку
прогибает.*



Открыть рот, прижать кончик языка к
верхним зубам.

*А теперь язык наш – мяч.
Мы начнём футбольный матч.
Гол забили мы! Ура!*

Кончик языка упирать то в одну, то в другую
щёку так, чтобы под щеками «надувались»
мячики.





*Вот и завтракать пора:
Котик нам напёк блины,
Со сметаною они!*



Улыбнуться, открыть рот, положить широкий язык на нижнюю губу и удерживать под счёт до пяти.



*Как сметану любит
котик?
Оближи скорее ротик.*

Улыбнуться, открыть рот, облизать языком
верхнюю, затем нижнюю губу.

*А теперь чаёк попьём,
Чай мы в чашечку нальём.
Мурзик сыт, Мурзик рад!
Мурзик любит всех ребят!*

Улыбнуться, открыть рот, высунуть язык
и тянуть его к носу, загибая бока язычка
в виде чашечки.

Ритмично хлопать в ладоши.



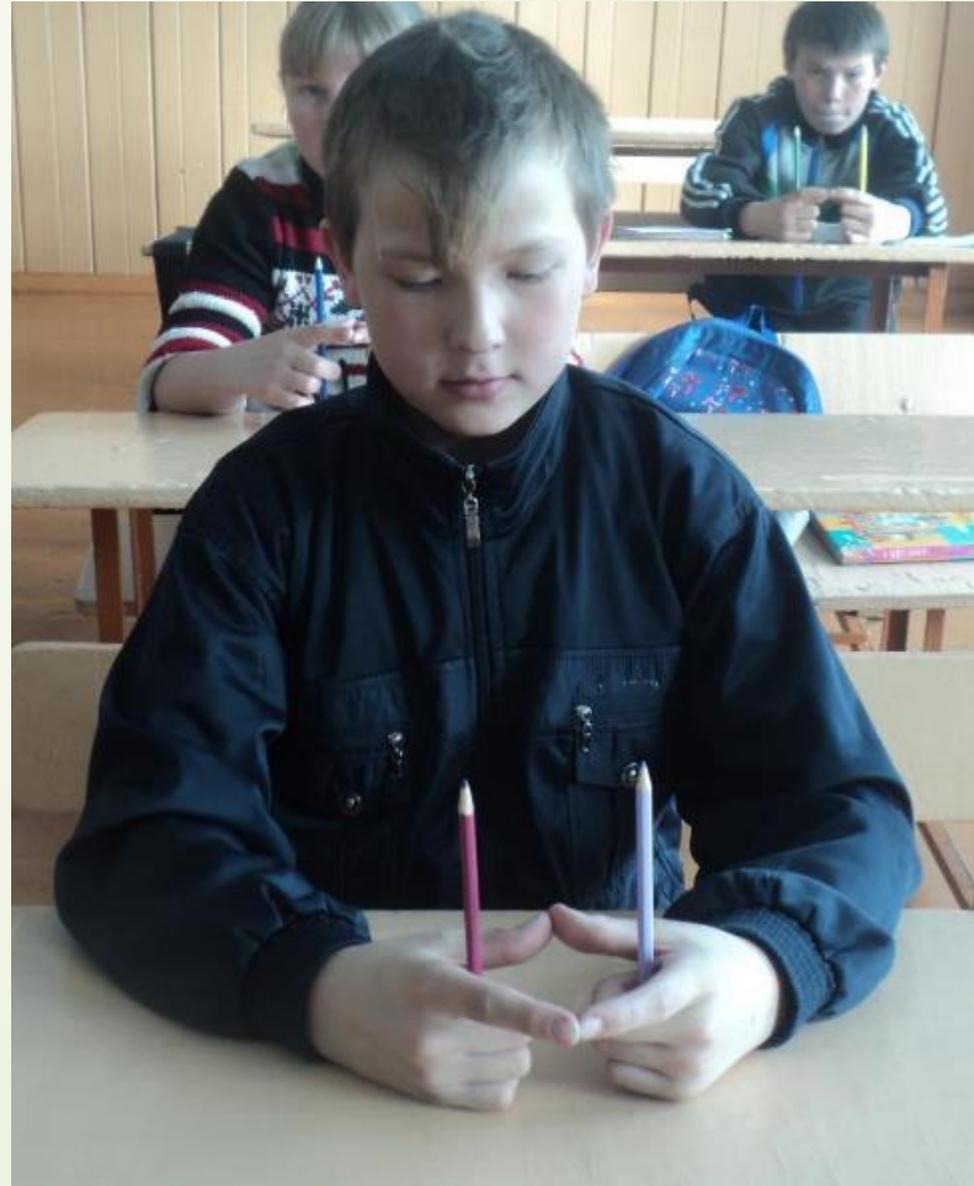


Развитие общей и мелкой моторики

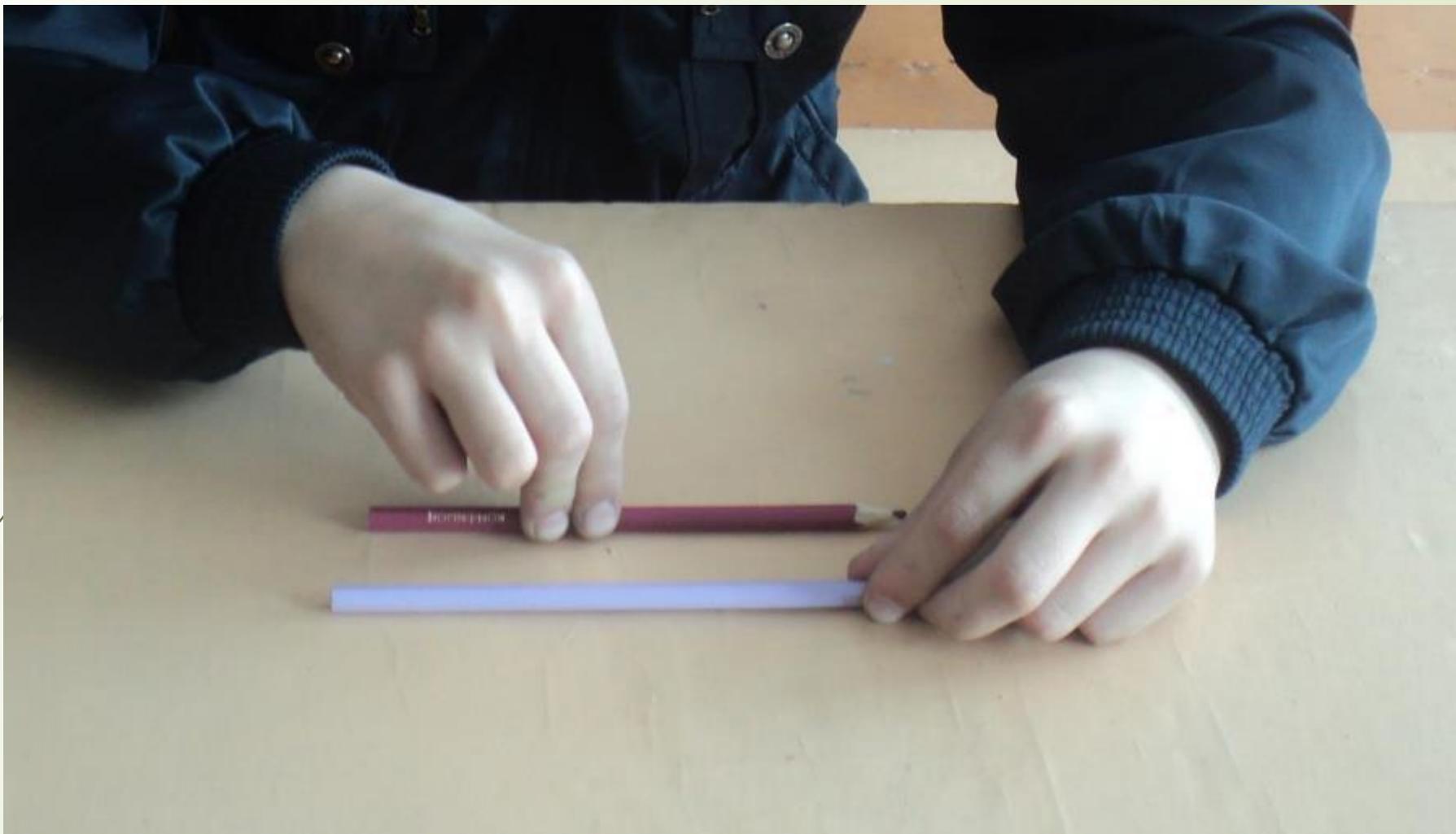


Использование упражнений для развития общей и мелкой моторики

- способствует повышению речевой активности;
- развивает речевые умения и навыки;
- снимает напряжение, восстанавливает работоспособность;
- активизирует познавательный интерес;
- улучшает концентрацию внимания, снижает трудности переключения с одного вида деятельности на другой.



Толстопузый помидор



перелез через забор



**Как весёлый красный шар
покатился на базар...**

**Обежал
за
рядом
ряд...**





На ходу надел халат...



Подал звонкий голосок:

«Продаю томатный сок!»







Кинезиологиче ские упражнения



Кинезиологические упражнения

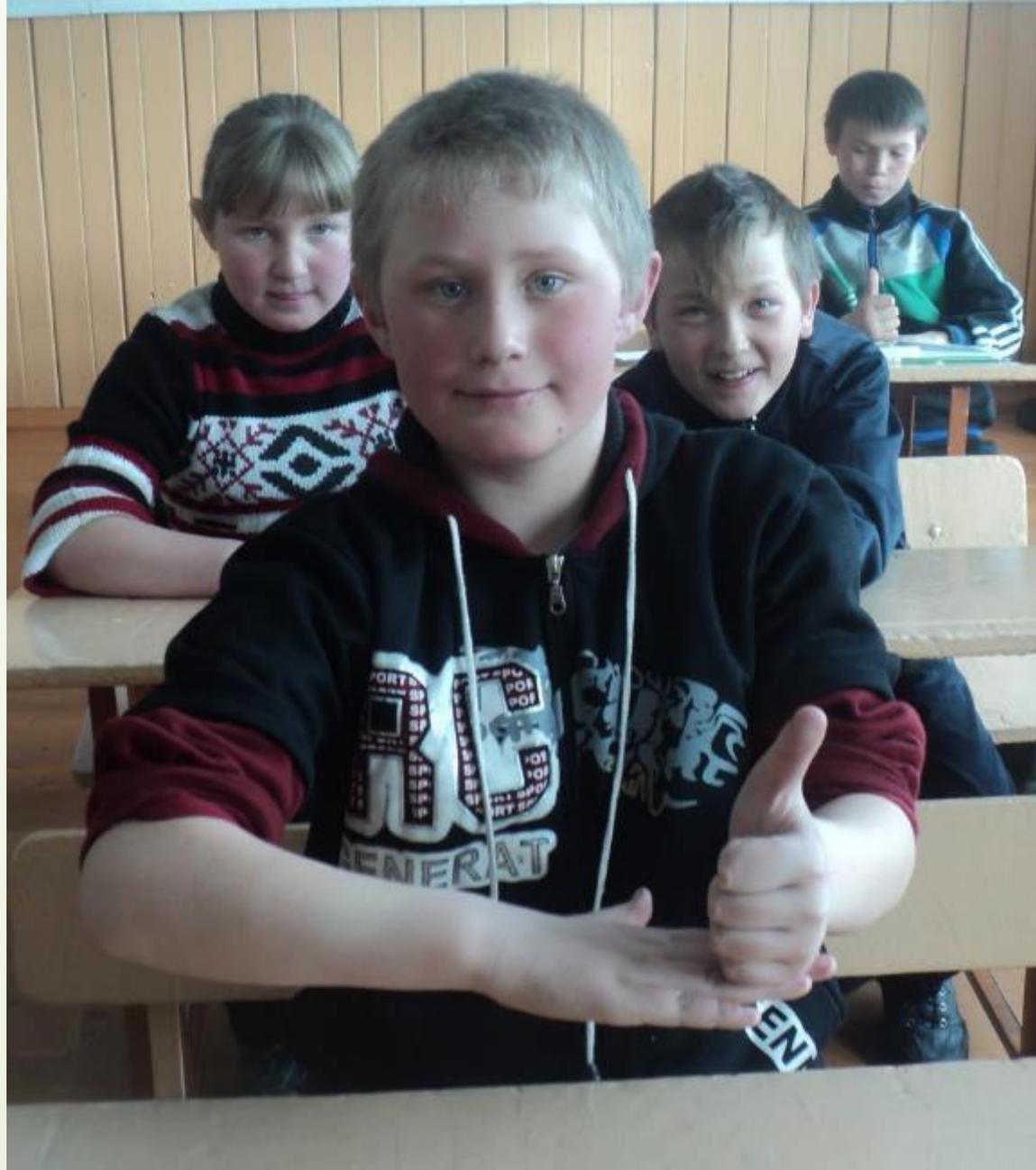
- способствуют улучшению почерка, так как развивают мелкую моторику рук;
- позволяют улучшить внимание, память, пространственные представления;
- повышают работоспособность, снижают утомляемость;
- активизируют познавательные процессы и повышают способность к произвольному контролю.

«Колечко»



«Кулак – ребро – ладонь»





«Лезгинка»



«Буратино»



«Ухо-нос-хлопок»

