

Консультация для педагогов и родителей

«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА»

Подготовил: учитель-логопед
Петрова К.В.

Одним из перспективных средств коррекционно-развивающей работы с детьми с речевыми нарушениями в деятельности логопеда в настоящее время является использование здоровьесберегающих технологий. Эти методы работы являются эффективными средствами коррекции, помогающими достижению максимально возможных успехов в преодолении не только речевых трудностей, но и общего оздоровления детей дошкольного возраста. На фоне комплексной логопедической помощи здоровьесберегающие технологии оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. Кроме того, использование этих методов и приемов помогает организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

В практической деятельности применяю следующие здоровьесберегающие компоненты:

1. Дыхательная гимнастика и развитие голоса.

Упражнения дыхательной гимнастики можно использовать как физкультминутки в процессе логопедического занятия или как его часть, направленную на развитие речевого дыхания, в результате чего возрастает объём и глубина дыхания, сила и выносливость дыхательных мышц, координируются и ритмизируются дыхательные движения, и в целом улучшается функциональная деятельность всех органов и систем организма. На занятиях учу детей правильному физиологическому дыханию, дифференциации ротового и носового вдоха и выдоха (тренировка ритма речевого дыхания), развиваю такие качества дыхания, как сила, продолжительность, постепенность и целенаправленность. Для развития дыхания использую игры и упражнения: «Забей мяч в ворота», «Парусная регата», «Накорми птиц», «Сдуй пушинку, бабочку» и т. п. Эти игры способствуют развитию у ребенка глубокого дыхания, плавного длинного выдоха. При выполнении упражнений на дыхание учитываю возможности каждого ребенка. Дыхательные упражнения вскоре соединяются с голосовыми, которые направлены на развитие мягкости и гибкости голоса (силы и достаточной высоты). Для преодоления твердой атаки голоса (формирования мягкости) использую пропевание гласных на одном тоне (например, упражнение «Щенок скулит»), с повышением и понижением голоса, с усилением и ослаблением силы (громкости) голоса. Для этого используем игры «Укачай куклу», «Эхо», картинки-схемы, например, «Лесенку» (пропевание гласного с повышением и понижением тона), игры «Далеко–близко» (изменение силы голоса), «Большой-маленький» (изменение голоса по высоте).

2. Артикуляционная гимнастика.

Важной и неотъемлемой частью логопедической работы является артикуляционная гимнастика. Регулярное выполнение поможет:

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

3. Биоэнергопластика.

Для достижения лучших результатов в работе по постановке звуков, чтобы процесс был более занимательным и увлекал детей, применяю такой метод как биоэнергопластика – это содружественное взаимодействие руки и языка (сопряжённая гимнастика). Применение биоэнергопластики эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей со сниженными и нарушенными кинестетическими ощущениями, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. Синхронизация работы над речевой и мелкой моторикой вдвое сокращает время занятий, не только не уменьшая, но даже усиливая их результативность.

4. Зрительная гимнастика.

Зрительная гимнастика имеет огромное значение: она снимает зрительное напряжение, является профилактикой зрительного утомления и снижения остроты зрения. Такая гимнастика обеспечивает улучшение кровоснабжения тканей глаза, обменные процессы в глазу; повышает силу, эластичность, тонус глазных мышц, укрепляет мышцы век, снимает переутомление зрительного аппарата. Проводится в течение 1–2 минут в середине занятия.

5. Физкультминутки. Развитие общей моторики. Речь с движением.

Физкультурная минутка состоит из нескольких упражнений для больших групп мышц. Основные задачи физкультминутки – 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. Комплексы физкультминуток подобраны согласно лексической теме недели. Проводятся в игровой форме в середине занятия.

6. Пальчиковая гимнастика.

Игры с пальчиками развивают не только ловкость и точность рук, но и мозг ребенка, стимулируют творческие способности, фантазию и речь. Пальчиковые игры помогают развивать у ребенка мелкую моторику, координацию движений и внимание, активизировать речевые навыки, память и мышление. Упражнения для пальчиковой гимнастики, пальчиковые игры

подобраны согласно лексической теме недели. Проводятся на индивидуальных и подгрупповых занятиях. Пальчиковую гимнастику можно сопровождать речью, музыкой, что будет способствовать формированию правильного ритма и темпа речи.

7. Самомассаж рук.

Самомассаж – способ саморегулирования организма, один из приемов регулирования кровотока. В массируемом участке тела усиливается циркуляция крови, лимфы, тканевой жидкости. Самомассаж рук способствует нормализации мышечного тонуса, стимулированию тактильных ощущений, а также под воздействием импульсов, идущих в коре головного мозга от двигательных зон к речевым, более благоприятному развитию речевой функции. Самомассаж мышц предплечья, кисти и пальцев обеих рук улучшает координацию произвольных движений, восстанавливает ослабленные мышцы, помогает снизить излишнее напряжение. Он является одним из эффективных направлений по подготовке детей с речевыми нарушениями к письму. При самомассаже рук мы часто используем элементы Су-Джок терапии.

8. Су-Джок терапия.

Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах (су – кисть, джок – стопа). Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, массажным коврикам и т. д. Стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук происходит при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Массаж проводится до появления тепла. Эту работу можно проводить на занятиях перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом.

9. Упражнения на релаксацию.

Комплекс используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц. Если у детей возникло двигательное напряжение или беспокойство во время логопедического занятия, можно использовать релаксационные упражнения по ходу занятия.

11. Кинезеологические упражнения.

Кинезеологические упражнения, направленные на формирование и развитие межполушарного взаимодействия. С этой целью в работе с детьми используется комплекс кинезеологических упражнений: «Колечко», «Кулак-ребро-ладонь», «Лезгинка», «Лягушка», «Ухо-нос-хлопок», а также упражнения направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое.

Таким образом, данные мероприятия благоприятно отражаются на здоровье воспитанников, посещающих логопедические занятия. В целом, повышают эффективность логопедической работы.