



Здоровьесберегающие технологии в работе учителя - логопеда

Учитель - логопед Пономарева Елена Валерьевна
г. Дудинка 2023 год

Артикуляционная гимнастика

Это неотъемлемая и очень важная часть логопедической работы, которая выполняется вначале занятий.

Для четкой артикуляции нужны сильные, упругие и подвижные органы речи - язык, губы, небо.

Цель артикуляционной гимнастики - выработка полноценных движений и определенных положений органов артикуляционного аппарата, 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

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмального - речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения - выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над **коррекцией звукопроизношения**. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса. Кроме того, дыхательная гимнастика оказывает на организм человека **комплексное лечебное воздействие**:

- положительно влияет на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и легочной ткани;
- способствует восстановлению нарушенных в ходе болезни нервных регуляций со стороны центральной нервной системы;
- улучшает дренажную функцию бронхов;
- восстанавливает нарушенное носовое дыхание;
- исправляет развившиеся в процессе заболеваний различные деформации грудной клетки и позвоночника



Развитие общей моторики



Чем выше двигательная активность ребёнка, тем интенсивней развивается его речь.

Оздоровительные паузы - физминутки проводятся в игровой форме в середине занятия.

Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции. Сочетание речи с определёнными движениями даёт ряд преимуществ, для детей, посещающих логопедические занятия.

Для детей с ОНР физминутка имеет особое значение.
Проговаривание

стихотворных текстов с движениями делает речь детей более четкой, ритмичной, эмоциональной, а также развивает у таких детей слуховое восприятие, внимание и память, вырабатывает координацию и совершенствует общую моторику.

Таким образом, продуманный отдых в 2-3 минутки способствует развитию общей моторики и речи детей, может плавно подвести их к следующему элементу или этапу занятия.

Развитие мелкой моторики рук

Развитию мелкой моторики пальцев рук на коррекционных занятиях уделяется особое внимание, так как этот вид деятельности способствует умственному и речевому развитию, выработке основных элементарных умений, формированию графических навыков.

Су-Джок



Самомассаж



Движения организма и речевая моторика имеют единые механизмы, поэтому развитие тонкой моторики рук напрямую влияет на развитие речи. Именно поэтому пальчиковая гимнастика должна занимать прочное место в наших занятиях с детьми. Целесообразно сочетать упражнения по развитию мелкой моторики с собственно Речевыми упражнениями.

Биоэнергопластика

