**Памятка для педагогов.**

**Приемы реализации здоровьесберегающих технологий с детьми с тяжелыми нарушениями речи.**

Учитель-логопед: Романнко Е.А.

**«Здоровьесберегающая технология» –**это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Исходя из вышесказанного, мы поставили перед собой следующую **цель:**выявить эффективные способы использования здоровьесберегающих технологий, оптимизировать процесс коррекции речи и обеспечение  оздоровления, поддержания и обогащения здоровья детей.

**Здоровьесберегающие технологии, используемые в коррекционной работе для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи.**

**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 фронтальных, групповых и индивидуальных занятиях, так и воспитателями.

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.

Цель артикуляционной гимнастики – выработка правильных, полноценных движений и определённых положений артикуляционных органов, необходимых для правильного произношения звуков, и объединение простых движений в сложные.

**Дыхательная гимнастика**

Дыхательные упражнения направлены на восстановление нормального дыхания в покое, а также в комплексе  с различными движениями способствуют усиленному снабжению кислородом всех органов и тканей.

Дыхательная гимнастика:

 – способствует развитию и укреплению грудной клетки;

 – направлена на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания;

 –  необходима для дальнейшей работы по коррекции звукопроизношения.

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 ребенка комплексное лечебное воздействие.

**Зрительная гимнастика.**

В своей работе мы используем упражнения, которые направлены на решение следующих задач:

   – профилактика нарушений зрения;

   – активизация работы мышц глаза;

   – развитие зрительного восприятия.

Упражнения способствуют снятию статического напряжения, улучшают кровоснабжение, улучшают циркуляцию внутриглазной жидкости, совершенствуют координацию в горизонтальной плоскости. Также тренируют способность глаза фокусировать, стимулируют сокращение и расслабление зрачков, что является профилактикой астигматизма.

Упражнения зрительной гимнастики использую и как компонент общей релаксации.

**Пальчиковая гимнастика.**

          Уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Выполняя пальцами различные упражнения, ребенок достигает хорошего развития мелкой моторики рук, что способствует развитию внимания, мышления, памяти, благотворно влияет на развитие речи и готовит руку к письму. Интенсивное воздействие на кончики пальцев стимулирует прилив крови к рукам. Это благоприятствует психоэмоциональной устойчивости и физическому здоровью, повышает функциональную деятельность головного мозга, тонизирует весь организм.

**Мелкая моторика.**

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

Развитие мелкой моторики повышает эффективность коррекционной работы с детьми-логопатами, так как степень развития движений пальцев соответствует развитию речи ребёнка.

 У детей с задержкой речевого развития наблюдается плохая координация мелкой моторики пальцев рук. И как следствие – может развиться дисграфия (нарушение письма). Развитие движения пальцев как бы подготовит платформу для дальнейшего развития речи.

**Биоэнергопластика**

Для коррекционной работы наиболее значимым является соединение плавных движений кисти руки с движениями органов артикуляционного аппарата.

«Биоэнергопластика» включает в себя три базовых понятия:

– био-человек как биологический объект;

– энергия – сила, необходимая для выполнения определённых действий;

– пластика – пластичное, гибкое  движение.

В момент выполнения артикуляционного движения, рука дублирует положение  губ или языка. Биоэнергопластика используется только на индивидуальных занятиях по постановке  звуков и коррекции фонематического слуха, так как требует максимального сосредоточения для освоения точных и синхронных движений рук и артикуляционных органов.

**Мимическая гимнастика**

Мимическая гимнастика — это вид логопедической гимнастики, при котором развиваются лицевые мышцы и мимические движения.  Такие упражнения держат мышцы лица в тонусе и учат управлять языком, губами и нёбом.  Для коррекции заикания, задержки речевого развития, неправильного звукопроизношения рекомендуется выполнять эти упражнения в комплексе с артикуляционной гимнастикой.

Вот какую пользу приносят регулярные занятия мимической гимнастикой: развивается артикуляционный аппарат; снижается излишнее напряжение в лицевых мышцах; улучшается дикция; тренируется звукопроизношение; повышается выразительность речи и  мимики; появляется эмоциональный интеллект, способность распознавать чувства и эмоции.

**Физкультминутки во время занятий.**

Физмикультнутки обеспечивают кратковременный отдых детей и способствуют переключению внимания с одного вида деятельности на другой: тем самым ликвидируются застойные явления крови в организме, и активность детей на занятиях возрастает. Проведение динамических пауз предупреждает переутомление, служит средством эмоциональной разрядки, снимает статическую нагрузку, раскрепощает моторику и речь детей.

**Логоритмические занятия**

Важнейшей задачей логопедической ритмики является формирование и развитие у детей с речевой патологией сенсорных и двигательных способностей как основы воспитания речи и устранения речевых нарушений.

Логопедическая ритмика содействует всей коррекционно-воспитательной и логовосстановительной работе с детьми, страдающими расстройствами речи. Большое значение на логоритмических занятиях имеет музыка. Дети выполняют движения под музыкальное сопровождение с чётко выраженным ритмом, а с нашей стороны осуществляется постоянный контроль за точностью их выполнения.

**Самомассаж**

Самомассаж –  это один из видов пассивной гимнастики, выполняемой самим ребёнком.

Ребёнок сам выполняет приёмы самомассажа, которые показывает ему взрослый. Самомассаж можно использовать многократно в течение дня, включая его в различные режимные моменты в условиях детского сада.

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

 **«Су – Джок терапия»**

В коррекционно – логопедической работе приемы Су – Джок терапии используются в качестве массажа для развития мелкой моторики пальцев рук, а так же с целью общего укрепления организма. Поскольку на ладони находится множество биологически активных точек, эффективным способом их стимуляции является массаж специальным шариком и кольцом.

         С помощью шаров – «ежиков»  детям нравится массировать пальцы и ладошки, что оказывает благотворное влияние на весь организм, а также на развитие мелкой моторики пальцев рук, тем самым, способствуя развитию речи.

Массаж эластичным кольцом помогает стимулировать работу внутренних органов. Кольцо нужно надеть на палец и провести массаж до появлении ощущения тепла. Эту процедуру необходимо повторять несколько раз.