

## Организация здоровьесберегающей деятельности учителя-логопеда в ДОУ

Среди воспитанников с речевыми нарушениями высок процент тех, у кого имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания, а зачастую и мышления. Соответственно возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы.

### **1. Рациональная организация учебного**

**процесса.** Логопедические занятия проводятся в режиме смены динамичных поз: часть занятия ребенок может сидеть, часть стоять - использование этого метода позволяет сохранить работоспособность детей в течение всего времени занятия.

**2.** Для восстановления силы и снятия эмоционального возбуждения у детей, их успокоения во время занятий проводится **мышечная релаксация** (комплекс расслабляющих упражнений, снимающих напряжение мышц рук и ног, мышц шеи и речевого аппарата).

**3.** Правильное дыхание очень важно для развития речи, так как дыхательная система - это энергетическая база для речевой системы. Дыхание влияет на звукопроизношение, артикуляцию и развитие голоса.

Регулярные занятия **дыхательной гимнастикой** способствуют воспитанию правильного речевого дыхания с удлиненным, постепенным выдохом.

**4. Артикуляционная гимнастика** включает упражнения как для тренировки подвижности и переключаемости органов, отработки определённых положений губ, языка, правильного произношения всех звуков, так и для каждого звука той или иной группы.

**5.** С.А. Сухомлинский писал, что «истоки способностей и дарования детей на кончиках их пальцев... Чем больше мастерства в детской руке, тем ребенок умнее».

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев, наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи, является мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга, влияет на центры развития речи, развивает ручную умелость, помогает снять напряжение.

**Игры и упражнения с пальчиками** разнообразны:

пальчиковая гимнастика; пальчиковые игры с мелкими предметами; пальчиковые игры со стихами; самомассаж кистей и пальцев рук; пальчиковый театр, а так же Су Джок –терапия (оказывает воздействие на определенные точки с целью

активизации защитных функций организма и направлена на воздействие зон коры головного мозга с целью профилактики речевых нарушений), кинезиологические упражнения (двигательные упражнения, позволяющие активизировать межполушарное взаимодействие), биоэнергопластика (совместные движения рук и артикуляционного аппарата).

**6.** При проявлении утомления, снижении работоспособности, при потере интереса и внимания в структуру занятия включаем **физкультурные минутки**. Эта форма двигательной нагрузки является необходимым условием для поддержания высокой работоспособности и сохранения здоровья воспитанников.

Виды физминуток:

- Оздоровительно- гигиенические физкультминутки (можно выполнять как стоя, так и сидя расправить плечи, прогнуть спину, потянуться, повертеть головой, "поболтать ножками").
- Танцевальные физкультминутки (выполняются обычно под музыку популярных детских песен. Все движения произвольны, танцуют, кто как умеет)
- Физкультурно-спортивные физкультминутки (традиционная гимнастика, которая выполняется строго под счет, с равномерным чередованием вдохов и выдохов: бег, прыжки, приседания, ходьба на месте).
- Подражательные физкультминутки (можно имитировать движения и звуки машин, паровозиков, животных, движения обезьянок).
- Двигательно-речевые физкультминутки (дети коллективно читают небольшие веселые стихи и одновременно выполняют различные движения, как бы, инсценируя их).

**7.** Функциональная анатомическая незрелость зрительной системы и значительные зрительные нагрузки, которые испытывает глаз ребенка в процессе чтения и письма, обуславливают необходимость применения **гимнастики для глаз**.

**8.** Учитель-логопед на своих занятиях проводит большую работу по **развитию мышления, памяти, внимания**.

**9. Логоритмика.** Это форма активной терапии, целью которой является преодоление речевых нарушений путем развития двигательной сферы ребенка в сочетании со словом и музыкой. Восприятие музыки различной тональности, громкости, темпа и

ритма создаёт основу для совершенствования фонематических процессов.

**10. Игровые технологии** помогают решать не только проблемы мотивации, развития детей, но и здоровьесбережения, социализации. В игре и через игровое общение у растущего человека проявляется и формируется мировоззрение, потребность воздействовать на мир, адекватно воспринимать происходящее. Театрализация логопедического процесса, игры - драматизации; сказкотерапия; куклотерапия, привлекательны тем, что вносят в детские будни атмосферу праздника, приподнятое настроение, позволяют ребятам проявить инициативу, способствуют выработке у них чувства взаимопомощи, коллективных умений.

**11. Песочная терапия.** Игры на песке одна из форм естественной деятельности ребенка. Песок развивает творческие способности ребёнка и воображение. Игра с песком позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей, снимает психическое напряжение у ребенка. Трогая руками песчинки, ребёнок развивает мелкую моторику рук. Все это делает его прекрасным средством для развития и саморазвития человека.