

## **Здоровьесберегающие технологии на логопедических занятиях.**

Здоровье – величайшая ценность, дарованная человеку. Забота о здоровье подрастающего поколения - это одна из первоочередных задач образовательного учреждения. Работа учителя-логопеда не ограничивается коррекцией речевых расстройств, так как среди обучающихся с речевой патологией встречаются дети, у которых имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, повышена утомляемость, нарушена темпоритмическая организация движений, имеются нарушения оптико-пространственного праксиса, наблюдаются расстройства памяти и внимания. У многих обучающиеся с проблемами в речевом развитии формируются комплексы и фобии. Поэтому учителю-логопеду необходимо проводить не просто коррекционную работу, а коррекционно-оздоровительную.

На своих занятиях особое место я уделяю развитию речевого (диафрагмального) дыхания, так как плавный длительный выдох является важным условием чёткой, правильной речи. Помимо коррекционной задачи, выполняя дыхательную гимнастику, мы выполняем и оздоровительную задачу: насыщаем организм кислородом, улучшаем психо-эмоциональный настрой. Однако, дыхательную гимнастику необходимо проводить с особой осторожностью, так как любые дыхательные упражнения могут вызвать головокружения или иные неприятные ощущения, поэтому при появлении у обучающихся дискомфорта, дыхательное упражнение следует прекратить. Дыхательную гимнастику следует начинать с простых упражнений, например, "Забей мяч в ворота", "бабочка" и только после того, как достаточно хорошо будут подготовлены органы дыхательного аппарата, можно переходить к надуванию воздушных шаров и игре на духовых инструментах.

Наряду с дыхательной гимнастикой я провожу и артикуляционную гимнастику, которая способствует улучшению кровоснабжения и иннервации органов артикуляции, укрепляет мышечную систему языка, губ и щек, нормализует мышечный тонус и улучшает подвижность артикуляционного аппарата. Подбирая упражнения для артикуляционной гимнастики, необходимо учитывать конкретное речевое нарушение, которое необходимо исправить. Существуют как упражнения, направленные на общее укрепление и развитие речевого аппарата, так и упражнения для каждого звука той или иной группы.

У детей логопатов, в ряде случаев, имеются проблемы не только с иннервацией органов артикуляционного аппарата, но и имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики. Поэтому на логопедических занятиях особое внимание уделяется двигательному режиму. Обязательные (в середине занятия) физкультминутки подбираю согласно лексической или грамматической теме занятия и провожу их в игровой форме, сопровождая двигательные акты проговариванием стихотворных текстов. Динамические

паузы положительно влияют на восстановление умственной работоспособности, повышают эмоциональный уровень обучающихся, снимают усталость и статические нагрузки.

В свою коррекционно-логопедическую работу обязательно включаю занятия по развитию мелкой моторики пальцев рук. Обучающимся предлагаются графические диктанты, обводка шаблонов, штриховка изображений. Провожу массаж кистей рук и пальцев. Применяю упражнения с использованием различных предметов (бусины, прищепки, семена и зерна, счетные палочки, колючие мячи, шарики СУ-ДЖОКИ, пальчиковый театр и т.д.). Особенно обучающимся нравятся пальчиковые игры. Пальчиковая гимнастика позволяет решить несколько задач одновременно - активизируются речевые центры головного мозга, улучшая речемыслительную деятельность, повышается работоспособность, движения пальцев рук становятся более целенаправленными и скоординированными. Данная гимнастика помогает ребенку сконцентрировать и правильно распределить внимание, развивает фантазию, воображение и память. Использование стихов при выполнении пальчиковой гимнастики развивает восприятие и воспроизведение ритма.

Помимо активных коррекционно-логопедических методов, направленных на исправление недостатков устной и письменной речи обучающихся на логопедических занятиях, я уделяю особое внимание консультативной работе. Даю индивидуальные и групповые (на родительских собраниях) консультации, веду информационный «Уголок логопеда», выкладываю информацию в классные уголки и школьный «Уголок здоровья».

Таким образом, на своих логопедических занятиях, обеспечивая оптимальные пути коррекционно-логопедического воздействия, я реализую основной принцип специального образования – принцип коррекционной направленности при соблюдении триединой задачи, а именно: коррекционное воспитание, коррекционное развитие, коррекционное обучение. Здоровьесберегающие технологии, в свою очередь, помогают обеспечить благоприятную психологическую обстановку, способствуют повышению эффективности коррекционно-образовательного процесса, что в свою очередь способствует сохранению и укреплению здоровья обучающихся.