

**Здоровьесберегающие  
технологии  
в логопедической работе**

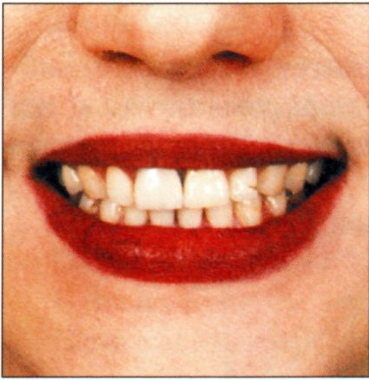
# Основные направления логопедической оздоровительно- коррекционной работы

- **Артикуляционная гимнастика**
- **Дыхательная гимнастика**
- **Развитие мелкой моторики**
- **Развитие общей моторики**
- **Мышечная релаксация**

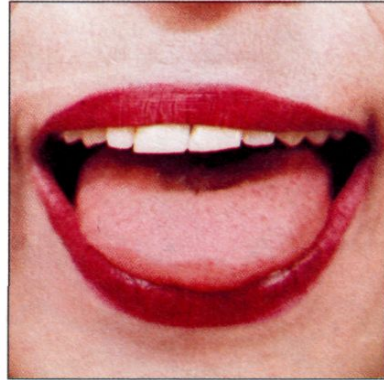
# Артикуляционная гимнастика

- Улучшает кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- Улучшает подвижность органов артикуляции;
- Укрепляет мышечную систему языка, губ, щёк;
- Уменьшает спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.

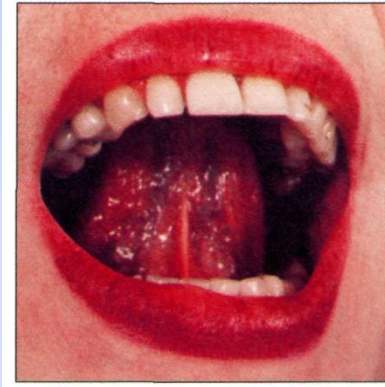
# Артикуляционные упражнения



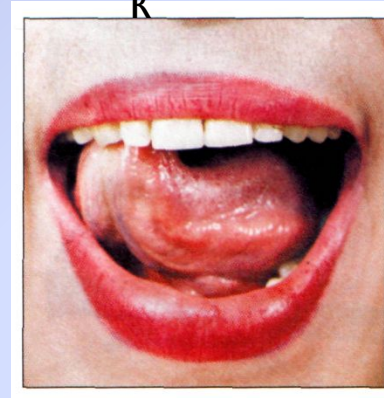
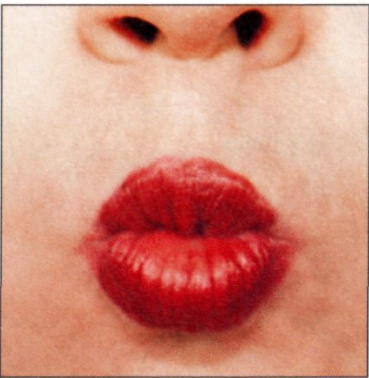
Забор -  
трубочка



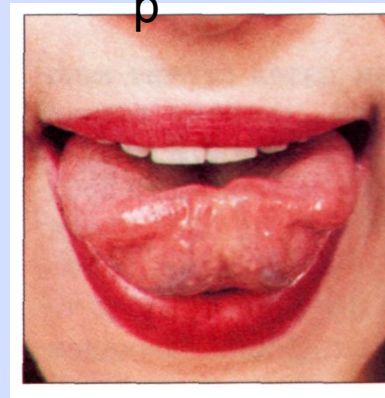
Блинчи  
к



Маля  
р



Почистим  
зубки

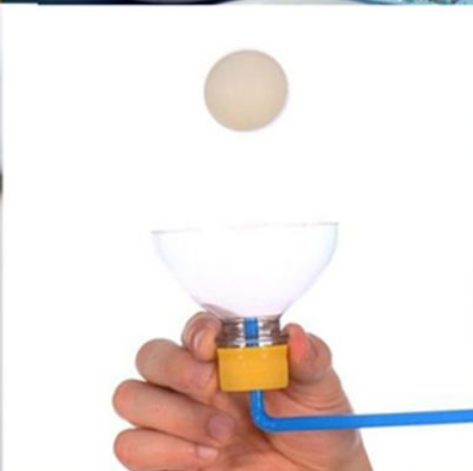


Чашечка  
а

# **Дыхательная гимнастика**

Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей коррекции звукопроизношения.

# Развиваем силу выдоха



**Взял соломку Игорёк,  
Надул мыльный пузырёк.**



*Имитировать длительный выдох через узкую трубочку. Для формирования навыка ротового выдоха полезно надувать мыльные пузыри.*

**Ну-ка, выпяти животик —  
Получился бегемотик.  
А теперь — втяни живот.  
Похудел наш бегемот.**



*Руки положить на область диафрагмы. Выдохнуть остатки воздуха, плавно и неторопливо вдохнуть носом и ртом так, чтобы верхняя передняя стенка живота выпятилась вперёд, поднимая руки. Выдох производится через рот плавно и по возможности полнее. При этом живот опускается и в конце выдоха втягивается. Для контроля ротового выдоха рекомендуется произносить звуки «шшшш...» или «ффф...».*

# Развитие мелкой моторики

Повышает эффективность коррекционной работы с детьми-логопатами, так как степень развития движений пальцев соответствует развитию речи ребёнка.



## «УЛИТКА»

Тычет рожками улитка —



Правая рука: большой палец придерживает средний и безымянный. Указательный палец и мизинец — прямые.

Заперта в саду калитка.



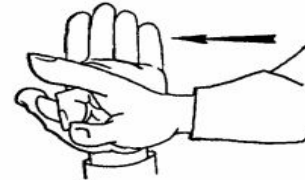
Тычет «рожекми» в ладонь левой руки.

Отвори скорей калитку,



Левая рука «открывает калитку».

Пропусти домой улитку.



Правая рука «проползает».



# Развитие общей моторики

Оздоровительные паузы – физминутки. Направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции.

## «ДВА МЕДВЕДЯ»

Сидели два медведя  
На тоненьком суку:



Руки согнуты в локтях  
(сжаты в кулаки),  
прижаты к туловищу.  
Ребёнок покачивается  
из стороны в сторону.

Один читал газету,



Разводим руки в стороны  
как при чтении газеты.

Другой молот муку.



Стучим одним кулаком  
по другому.

Раз ку-ку, два ку-ку —  
Оба шлёпнулись в муку.



Кулаки «падают»  
на колени.

Нос в муке,



Показываем пальцем  
на нос.

Хвост в муке,



Показываем рукой  
за спину.

Ухо в кислом молоке.



Берёмся пальцами за ухо

# Релаксация

(Произвольное или непроизвольное состояние покоя)

Комплекс упражнений на релаксацию используется для обучения детей управлению собственным мышечным тонусом, приёмам расслабления различных групп мышц.



## “Облака”

Представьте себе тёплый летний вечер. Вы лежите на траве и смотрите на проплывающие в небе облака – такие белые, большие, пушистые облака в голубом небе. Вокруг всё тихо и спокойно, вам тепло и уютно. С каждым вдохом и выдохом вы начинаете медленно и плавно подниматься в воздух, всё выше и выше, к самым облакам. Ваши ручки лёгкие, лёгкие, ваши ножки лёгкие. Всё ваше тело становится лёгким, как облачко. Вот вы подплываете к самому большому и пушистому, к самому красивому облаку на небе. Ближе и ближе. И вот вы уже лежите на этом облаке, чувствуете, как оно нежно гладит вас, это пушистое и нежное облако ... Вам хорошо и приятно. Вы расслаблены и спокойны. Но вот облачко опустило вас на полянку. Улыбнитесь своему облачку. Потянитесь и на счёт «три» откройте глаза. Вы хорошо отдохнули на облачке.

# **В результате использования приёмов здоровьесберегающих технологий в логопедии:**

- повышается обучаемость, улучшаются внимание, восприятие;  
дети учатся видеть, слышать, рассуждать;
- корректируется поведение и преодолеваются психологические трудности;
- пробуждается интерес к процессу обучения;
- снимается эмоциональное напряжение и тревожность.