

«Роль  
здоровьесберегающего  
фактора в коррекции  
речевых нарушений  
у старших  
дошкольников





**Здоровье – это главное жизненное благо.  
Только здоровый человек может быть  
свободным, радостным, счастливым.**

**Здоровье человека – проблема актуальная для всех времен и народов, а в настоящее время она становится первостепенной.**

**Тенденция к ухудшению речи детей дошкольного возраста, снижение уровня коммуникативных умений и навыков – всё это определяет необходимость повышения знаний о важности коррекционно-развивающей работы и развития речи детей.**

**Логопедическая работа в группах для детей с ОВЗ предполагает коррекцию не только речевых расстройств, но и личности детей в целом. 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 использования здоровьесберегающих технологий.**





Вот некоторые современные здоровьесберегающие технологии, которые Вы, родители, можете использовать дома в преодолении речевого нарушения своего ребёнка.

## 1. АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА.

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. Упражнения должны быть целенаправленными: важны не их количество, а упражнения подбирают исходя из правильной артикуляции звука с учётом конкретного его нарушения у ребёнка.

Регулярное выполнение АГ помогает:

- улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- улучшить подвижность артикуляционных органов;
- укрепить мышечную систему языка, губ, щёк;
- уменьшить спастичность (напряжённость) артикуляционных органов.





## 2. ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА.

Упражнения дыхательной гимнастики направлены на закрепление навыков диафрагмально – речевого дыхания (оно считается наиболее правильным типом дыхания). Ведётся работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работой над коррекцией звукопроизношения.



## 3. ЗРИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА.

Зрительная гимнастика используется:

- для улучшения циркуляции крови и внутриглазной жидкости глаз;
- для укрепления мышц глаз;
- для улучшения аккомодации (это способность глаза человека к хорошему качеству зрения на разных расстояниях).

Зрительную гимнастику необходимо проводить регулярно 2-3 раза в день по 3-5 минут. Для гимнастики можно использовать мелкие предметы, различные тренажеры.

Гимнастику можно проводить по словесным указаниям, с использованием стихов, потешек.





#### 4. РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ МОТОРИКИ.

Оздоровительные паузы – физминутки, проводятся в игровой форме. Они направлены на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, запоминание серии двигательных актов. Сочетание речи с определёнными движениями даёт ряд преимуществ для детей, посещающих логопедические занятия.



#### 5. РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ.

Развитие руки находится в тесной связи с развитием речи ребёнка и его мышления. Проведенные исследования и наблюдения показали, что степень развития движений пальцев соответствует развитию речи ребенка.

У детей при ряде нарушений речи отмечается общая моторная недостаточность, а также отклонения в развитии движений пальцев, выраженные в различной степени, так как движения пальцев рук тесно связаны с речевой функцией.





## 6. СУ-ДЖОК ТЕРАПИЯ.

**Су-ДЖОК терапия** – (в переводе с корейского языка Су – кисть, ДЖОК – стопа).

Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д. Происходит стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений (шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики). Эффективен и ручной массаж пальцев. Особенно важно воздействовать на большой палец, отвечающий за голову человека. Кончики пальцев и ногтевые пластины отвечают за головной мозг. Массаж проводится до появления тепла.



## 7. МАССАЖ И САМОМАССАЖ.

Массаж показан детям с расстройствами речи. Поэтому если вашему ребёнку ставят один из диагнозов: задержка речевого развития, дизартрия, задержка психического развития, то в данных случаях можно воспользоваться данным методом коррекции. При системном проведении массажа улучшается функция рецепторов проводящих путей, усиливаются рефлекторные связи коры головного мозга с мышцами и сосудами. Виды развивающего массажа, используемые в логопедической практике:

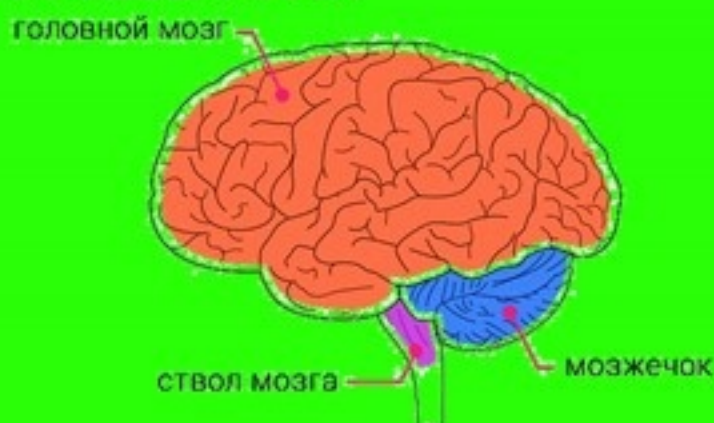
- массаж и самомассаж лицевых мышц;
- массаж и самомассаж кистей и пальцев рук;
- плантарный массаж (массаж стоп);
- массаж язычной мускулатуры.





## 8. НЕЙРОСКАКАЛКА.

Нейроскакалка - отличный кардиотренажер, который одновременно тренирует мозжечок, межполушарное взаимодействие, концентрацию, внимательность.



### Уважаемые родители!!!

Регулярное применение вышеперечисленных здоровьесберегающих технологий при проведении коррекционно-логопедической работы, а также создание Вами наиболее разнообразной, интересной для ребёнка речевой среды дома способствует решению задач гармоничного речевого развития вашего ребёнка, более результативно и в короткие сроки, активизирует психические процессы и формирует его личность в целом.

