

Тема МО: «Применение здоровьесберегающих технологий в образовательно-воспитательном процессе ДОУ»

Доклад учителя-логопеда Самусевой Юлии Ивановны
на тему: «Здоровьесберегающие технологии на логопедических занятиях.
Артикуляционная гимнастика. Гимнастика для глаз».

Артикуляционная гимнастика

Любой из нас пришёл на свет на этот
Творить добро, надеяться, любить,
Смеяться, плакать, но при всём при этом
Должны мы научиться ГОВОРИТЬ!

Люди правильно произносят различные звуки благодаря хорошей подвижности и дифференцированной работе органов артикуляционного аппарата: языка, нижней челюсти, мягкому небу, голосовым связкам, губам.

Хорошая речь – яркий показатель всестороннего развития ребёнка и подготовленности его к обучению в школе. Недостатки произношения отягощают эмоционально-психическое состояние ребёнка, мешают ему развиваться и общаться со сверстниками.

Чтобы эта проблема не возникла у ребёнка в дальнейшем, стоит начать заниматься артикуляционной гимнастикой, как можно раньше.

Артикуляционная гимнастика - подготовительные упражнения органов артикуляции к постановке звуков, а так же для формирования правильного звукопроизношения.

Основная цель артикуляционной гимнастики - выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем. Она включает упражнения для тренировки подвижности органов артикуляционного аппарата, отработки определённых положений губ, языка, мягкого неба, необходимых для правильного произношения как всех звуков, так и каждого звука той или иной группы.

Причины, по которым необходимо заниматься артикуляционной гимнастикой:

1. Благодаря своевременным занятиям артикуляционной гимнастикой и упражнениями по развитию речевого слуха некоторые дети сами могут научиться говорить чисто и правильно, без помощи специалиста.
2. Дети со сложными нарушениями звукопроизношения смогут быстрее преодолеть свои речевые дефекты, когда с ними начнёт заниматься логопед: речевой аппарат будет уже подготовлен.
3. Артикуляционная гимнастика очень полезна также детям с правильным, но вялым звукопроизношением, про которых говорят, что у них «каша во рту».

Надо помнить, что чёткое произношение звуков является основой при обучении письму на начальном этапе.

4. Занятия артикуляционной гимнастикой позволяет всем – и детям и взрослым – научиться

говорить правильно, чётко и красиво.

Артикуляционная гимнастика:

- способствует выработке движений речевых органов;
- поможет быстрее поставить правильное звукопроизношение;
- преодолеть уже сложившиеся нарушения;

Артикуляционная гимнастика проводится по схеме:

- упражнения на развитие подвижности нижней челюсти;
- упражнения для губ;
- упражнения для языка;
- упражнения на развитие дыхания.

Работа над каждым упражнением идёт в определенной последовательности:

- использование игрового приема (рассказа или стихотворения о предстоящем упражнении);
- показ упражнения взрослым;
- выполнение упражнения детьми перед зеркалом;
- проверка правильности выполнения, указание на ошибки.

Рекомендации к проведению упражнений артикуляционной гимнастики:

1. Проводить артикуляционную гимнастику нужно ежедневно, по 3-5 минут;
2. Каждое упражнение выполняется по 5-7 раз;
3. Статические упражнения выполняются по 10-15 секунд (удержание артикуляционной позы в одном положении);
4. Проводить упражнения лучше эмоционально, в игровой форме;
5. Артикуляционную гимнастику выполняют сидя;
6. Во время проведения артикуляционной гимнастики ребёнок должен хорошо видеть лицо взрослого, а также своё лицо, чтобы самостоятельно контролировать правильность выполнения упражнений (настенное зеркало).

В младшем дошкольном возрасте целесообразно использовать не артикуляционные упражнения для постановки отдельных звуков, а универсальный пропедевтический комплекс упражнений: «Лопаточка», «Чашечка», «Иголочка», «Горка», «Трубочка», «Качели», «Катушка», «Лошадка», «Маляр», «Вкусное варенье», «Автомат», «Фокус» (показ артикуляционных упражнений).

Существуют различные комплексы упражнений. Одни направлены на общее речевое развитие, другие помогают справиться с проблемами дикции. Правильно подобрать комплекс упражнений поможет логопед. В случае необходимости создаст индивидуальную программу занятий.

Если ребёнок выполняет упражнение неправильно, мы должны научить его делать правильно. При этом главное: спокойный тон, корректное поведение по отношению к ребёнку. Надо показать ребёнку его достижения, подбодрить. В противном случае мы увидим отказ ребёнка от выполнения задания или отказ от занятий вообще.

Только совместная работа (логопед + ребёнок + родители) даст положительный результат.

Гимнастика для глаз.

Зрение играет важную роль в жизни ребёнка. Именно с помощью зрительного анализатора он получает 90% информации об окружающем мире.

Нагрузка на глаза у детей ощущается уже в раннем возрасте. Современные дети много времени проводят за компьютером и телевизором, просматривая мультфильмы и, играя, в игры.

И при этом их зрение не имеет достаточного отдыха. Повышенная зрительная нагрузка приводит к ухудшению зрения ребёнка.

В работе с детьми дошкольного возраста важно использовать различные приёмы для развития не только речи, но и развития мелкой моторики, мышления, внимания, памяти. Поэтому важно учитывать то, что дети постоянно испытывают огромную нагрузку на глаза, и учителям-логопеду, и педагогам ДОУ необходимо осуществлять работу над профилактикой зрительных расстройств.

В этом помогают глазодвигательные упражнения.

Регулярное выполнение упражнений для глаз позволяет минимизировать вред и обеспечивает эффективную профилактику снижения остроты зрения, вызванного перенапряжением.

Для снижения риска возникновения проблем со здоровьем в дошкольных учреждениях можно проводить простые и увлекательные упражнения для глаз.

При выборе гимнастики для глаз многое зависит от возраста ребёнка.

Одни комплексы – очень простые, они подходят малышам. Педагог или родители должны объяснять ребёнку эти упражнения, показывать на собственном примере и следить, чтобы ребёнок выполнял упражнения правильно.

Другие комплексы – несколько сложнее, они рассчитаны на детей постарше, способных самостоятельно разобраться в том, как выполнять зарядку для глаз.

Цель гимнастики для глаз: снять глазное напряжение, укрепить мышцы глаз.

Зрительная гимнастика помогает:

- снять физическую и психоэмоциональную напряжённость;
- тренировать вестибулярный аппарат;
- развивать зрительную координацию;
- укреплять глазные мышцы;
- развить зоркость и внимательность;
- улучшить зрение.

В ДОУ зрительная гимнастика выполняется в следующих целях:

- общего оздоровления зрительного аппарата, предупреждение нарушений зрения;
- формирование у воспитанников в детском саду понятия «забота о своём здоровье, о зрении»;
- формирование у детей навыков ориентации в пространстве (закрепление таких понятий, как «право-лево», «верх-низ», «поворот»).

Во время гимнастики для глаз можно использовать игровые приёмы. Например, при зажмуривании можно предложить изобразить сову или кота. Кроме того, детям нравится выполнять действия под весёлые рифмы и музыку.

Важно! Зрительная гимнастика для детей влияет на развитие связной речи, обогащение словарного запаса, помогает закрепить знакомые представления об окружающей действительности.

Глазодвигательные упражнения, используемые на логопедических занятиях:

1. Слежение взглядом за ярким небольшим предметом на палочке.

На кончик указки прикрепить яркий предмет (бабочка, птичка, игрушка...) и предлагаем «догнать» предмет глазками. Предмет движется вправо-влево. Движение предмета медленное. Ребёнок прослеживает путь предмета, не поворачивая головы.

2. Упражнения с использованием зрительных траекторий.

С помощью стрелок на листе бумаги указаны основные траектории, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения заданий.

3. Упражнение «Воздушный шар».

Проследить за движением воздушного шара только глазами, держа голову прямо и не поворачивая.

4. Упражнение «Рисование носом».

Простое и эффективное упражнение, помогающее укрепить глазные мышцы. Дети представляют себе, что нос стал длинным и рисуют предложенный педагогом предмет, буквы и т.д.

5. Упражнение «Сон».

Закройте глаза и расслабьтесь, будто собираетесь спать. Подумайте о чём-нибудь очень приятном.

6. Упражнение «Частокол».

Частокол - забор высокий,
Из дощечек ладится.
Посмотреть так интересно,
Что за ним скрывается!
Сквозь расставленные пальцы
Смотрим мы внимательно.
Влево, вправо посмотрели,
Ах, как замечательно!
Мы вперёд - забор назад,
Мы назад – забор вперёд:
Едет всё наоборот!
Мы глаза закроем –
Частокол исчез,
Вновь их открываем –
Частокол весь здесь!

Глазодвигательные упражнения являются обязательным компонентом коррекционной работы с дошкольниками.

Игровые приёмы на развитие артикуляционной гимнастики и зрительных анализаторов положительно влияют на общее психоэмоциональное состояние ребёнка, повышают его работоспособность, снимают переутомление зрительного аппарата, способствуют развитию высших психических функций и развивают речь.