**Использование приёмов здоровьесберегающих технологий в коррекционной работе учителя-логопеда Глазовой Н.М.**

Использование здоровьесберегающих технологий в деятельности логопеда становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы для детей с нарушениями речи . Эти методы работы принадлежат к числу эффективных средств коррекции и помогают достичь максимальных успехов не только в речевых нарушениях , но и в общем оздоровлении детей. Кроме того используя эти методы и приёмы занятия становятся более интереснее и разнообразнее . Таким образом , возможности здоровьесберегающих технологий содействуют созданию условий для речевого высказывания и восприятия. На своих логопедических занятиях я использую как традиционные , так и нетрадиционные приёмы здоровьесберегающей технологии , среди которых: - организация рациональной двигательной активности : дыхательная , артикуляционная и пальчиковая гимнастика , гимнастика для глаз , массаж и самомассаж , физкультминутки и др. – применение психологических и психопрофилактических средств и методов , включающих в себя психогимнастику : игры и упражнения на умение слушать и слышать звуки природы , обучение детей приёмам мышечного расслабления.

 Недостатки речи детей тесно связаны с нарушением развития мелкой моторики , в частности мышц кисти руки . Именно поэтому упражнения на развитие мелкой моторики занимают значительное место на логопедических занятиях . Тренировка тонких , координированных движений пальцев и кисти руки является важнейшим стимулирующим для речевого развития ребёнка , способствующим улучшению артикуляционных движений , подготовки кисти руки к письму . Использование такого упражнения **«Перебери**» ( ребёнку предлагается тарелка в которой смешанны разные камушки и он должен их положить в разные сосуды ) . **Или рисование песком** .

 На своих логопедических занятиях использую некоторые виды массажа и самомассажа : языка , лица , кистей рук . Массаж оказывает положительное воздействие , повышает тонус , эластичность и сократительную способность мышц . Он стимулирует деятельность нервных центров . Под влиянием массажа на кожи и мышцах возникают импульсы , которые достигают коры головного мозга , оказывают тонизирующее воздействие на центральную нервную систему и в связи с эти повышается её регулирующая роль в отношении работы всех систем и органов . Для массажа языка использую специальный комплекс упражнений . Также на индивидуальных занятия использую самомассаж кистей и пальцев рук с помощью колючих **мячиков разного цвета** и размера ( Ёжик колит нам ладошки , поиграем с ним немножко , ёжик нам ладошки колет – ручки к школе нам готовит). Также использование колющих мячиков подходит и для массажа лица.

 Также на своих занятиях уделяю внимание правильному дыханию , длительному плавному выдоху . Ведь плавный длительный выдох , чёткая ненапряжённая артикуляция являются важным условием чёткой , правильной речи . У детей дошкольного возраста с речевыми нарушениями речевое дыхание как правило нарушены . Предложенные мной ниже упражнения способствуют выработке длительного выдоха **. Упражнение «Буль-буль»** ( Взять трубочку для сока и стакан с водой , посередине широкого языка кладётся трубочка , конец которой опускается в стакан с водой , ребёнок дует в трубочку , чтобы вода забурлила , но надо следить , чтобы щёки не надувались , а губы были неподвижны) . **Упражнение «Что** **нарисовано»** ( берётся сосуд с песком в котором спрятаны картинки и ребёнок дуя в трубочку узнаёт , что на ней нарисовано ).

Также на своих занятиях использую гимнастику для глаз, мимических и артикуляционных мышц. 1.Наморщить лоб , подняв брови на 5-10 сек. концентрируя внимание на ощущении напряжения в области лба. 2. Сильно нахмуриться на 5-10 сек. концентрируя внимание на ощущении напряжения между глазами. 3. Плотно сомкнуть веки на 5-10 сек. концентрируя внимание на ощущении напряжения в них. 4. На 5-10 сек. сжать зубы и обратить внимание на то , как напряжение распространяется от челюсти к вискам. 5.Широко улыбнуться и показать зубы в течении 5 сек. обратить внимание на напряжение в щеках.

 Также на занятиях использую физкультминутки игрового характера они вызывают положительные эмоции у детей и способствуют , тоже снятию усталости.

 Таким образом , в результате использования приёмов здоровьесберегающих технологий на логопедических занятиях : --повышается обучаемость ; - улучшается восприятие; -дети учатся видеть , слышать , рассуждать; - снимается эмоциональное напряжение и тревожность.