5. Су-джок терапия.

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.

6. Массаж и самомассаж.

Массаж показан детям с расстройствами речи. Тем же, которые с наибольшими трудностями поддаются коррекции педагогическими методами, эта процедура особенно необходима.
Поэтому если вашему ребенку ставят один из диагнозов: задержка речевого развития, дислалия, 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 рук;
- Массаж язычной мускулатуры.

Регулярно применение данных методов и приёмов по здоровьесбережению способствуют личностному, интеллектуальному, физическому и речевому развитию ребенка.

2021г.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад компенсирующего вида №49» муниципального образования города Братска

Учитель-логопед рекомендует

«Здоровьесберегающие технологии в качестве метода профилактики и коррекции речевых нарушений»

Составила:
Голикова Елена Владимировна, учитель-логопед высшей кв.категории

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

Сохранение и укрепление здоровья в свободное время особенно важны для детей с нарушениями речи. Решению этих задач поможет использование здоровьесберегающих технологий. Вот некоторые современные здоровьесберегающих технологии, которые я использую в своей работе и рекомендую Вам!

- **1.Артикуляционная гимнастика.**

Регулярное выполнение поможет:

- Улучшить кровоснабжение артикуляционных органов и их иннервацию (нервную проводимость);
- Улучшить подвижность артикуляционных органов;
- Укрепить мышечную систему языка, губ, щек;
- Уменьшить спастичность (напряженность) артикуляционных органов;

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.

- **2. Дыхательная гимнастика.**

Ведется работа над развитием силы, плавности, длительности выдоха. Кроме оздоровительного значения, выработка правильного дыхания необходима для дальнейшей работы над коррекцией звукопроизношения.

- **3. Развитие общей моторики.**

Оздоровительные паузы – физминутки, проводятся в игровой форме. Сочетание речи с определенными движениями дает ряд преимуществ для детей, посещающих логопедические занятия.

- **4. Развитие мелкой моторики.**

.

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