**Нетрадиционные методики и здоровьесберегающие технологии на логопедических занятиях**

**Цель:** применение здоровьесбережения и нетрадиционных методик в коррекционном воспитательно – образовательном процессе.

**Задачи:**

- обучать детей приёмам сохранения здоровья

- восстановления сил

- развития переключаемости

- снятия напряжения

- стимуляции работоспособности и мышления

Ход занятия

Чтобы быстро расслабиться и восстановить работоспособность предлагаю ряд игровых упражнений, которые приведут в порядок наше физическое и психическое состояние, снимут мышечное напряжение и зарядят положительной энергией.

***1.Игра на понимание пространственных наречий «Команды»***

Встать со стула. Подними руки вверх. Отведи в стороны. Отпусти вниз. Повернись вправо, влево, кругом, укажи на соседа справа, слева, впереди, сзади.

Сели на стулья.

*2. «Путешествие по телу»*

Я буду рассказывать стихотворение, а вы на себе покажите всё, что названо .. К чему прикасаетесь – погладьте и помассируйте.

Есть на пальцах наших ногти,

На руках запястья, локти,

Темя, шея, плечи, грудь

И животик не забудь!

Бёдра, пятки, двое стоп,

Голень и голеностоп,

Есть колени и спина,

Но она всего одна!

Есть у нас на голове

Уха два и мочки две.

Брови, скулы и виски,

И глаза, что так близки.

Щёки, нос и две ноздри,

Губы, зубы – посмотри!

Подбородок под губой

Вот что знаем мы с тобой!

***3.Дыхательная гимнастика***

Упражнение «Очищающее дыхание» – музыка голубая лагуна – музыкотерапия.

Представим, что мы в мандариновом саду, где цветут прекрасные мандарины (зажегаю аромолампу с аромомаслами – мандарин и бергамот – снимает напряжение, тревогу и беспокойство, депрессивные состояния, повышает тонус, имеет противосполительный эффект.

«Сядьте, выпрямившись. На стул, спину держите прямо. Положите руки на колени так, чтобы ладони смотрели на потолок. Теперь мысленным взором посмотрите в центр своей груди. Когда вы выдыхаете, представьте себе, что ваш выдох в виде дыма, долетает до дверей комнаты. А когда вдыхаете, то представьте себе, что вдыхаете голубое небо ( показываю голубое облако цветотерапия – голубой цвет)

Можно выдыхать своё беспокойство, страх, напряжение. А вдыхать спокойствие, уверенность, лёгкость. Вдох – пауза – выдох пауза.

***4. Зрительная гимнастика (по кругу 2 -3 раза по часовой стрелке, 2-3 раза против часовой стрелке)***

Теперь из – за облаков выглянуло солнышко (показываю оранжевый цвет) – встали, с удовольствием на него посмотрели и потянулись к нему руками.

***5.Чтобы снять напряжение с шеи и мышц плечевого пояса сделаем релаксирующиее упражнение «Любобытная Варвара»***

«Поверните голову влево, вправо»

Любопытная Варвара

Смотрит – влево…

Смотрит вправо…

А потом опять вперёд –

Тут немного отдохнёт.

Шея не напряженна и рас – слаб – ле – на!

***6. А теперь приведём в порядок мышцы речевого аппарата. Губы и челюсти.***

***Руки и ноги не напряжены, расслаблены. Руки на коленях.***

«Хоботок» (картинка)

Подражаю я слону, губы хоботом тяну

А теперь их отпускаю, и на место возвращаю

Губы не напряжены и рас – слаб - ле – ны)

«Лягушка» (картинка)

Свои губы прямо к ушкам,

Растяну я , как лягушка

Потяну –перестану, и нисколько не устану

«Орешек» (картинка)

Зубы крепче мы сожмём,а потом их разожмём

Губы чуть приоткрываются…

Всё чудесно рас – слаб – ля – ет – ся…

«Сердитый язык» (картинка)

С языком случилось что то он толкает зубы!

Будто хочет он за что то вытолкнуть он зубы!

Он на место возвращается

И чудесно рас- слаб – ля – ет – ся!

***7.Игра «Маски» ( мимическая гимнастика – коммуникация, эмоциональное развитие)***

Под музыку мы должны изобразить мимику с картинки и передать соседу. Менялось ли ваше настроение?

***8. Игра на развитие сенсорных и кинестетических ощущений «Отыщи букву и определи крупу»***

В баночках разная крупа – там спрятаны буквы. На ощупь с закрытыми глазами ищем пальцами букву в крупе и определяем, какая это крупа.

***9.Кинезиологические упражнения, «гимнастика мозга», которые помогут вам стать внимательными, активными, снять напряжение, страх, раздражение.***

- «Кулак – ребро – ладонь»

- «Ухо - нос – хлопок» - левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши , поменяйте положение рук с « точностью наоборот»

- «Лягушки» - положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая на столе (ладошка). Одновременно менять положение рук, отрывая руки от стола. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

Две весёлые лягушки

Ни минутки не сидят

Ловко прыгают подружки

Только брызги вверх летят

- «Лезгинка» - левую руку в кулак, большой палец в сторону, кулак развёрнут пальцами к себе. Правой рукойпрямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторять 6 – 8 раз. Добиваться высокой скорости смены положений.

Кисти мы в кулачок сжимаем,

А другую разжимаем

А потом их поменяем

И лезгинку начинаем

- «Колечки»

Литература

1.Выготская И. Г. Устранение заикания у дошкольников в игровых ситуациях. Книга для логопедов. Просвещение 1993

2.Крупенчук О.И. Научите меня говорить правильно! Пособие по логопедии для детей и родителей. Издательский дом «Литера», 2001

3.Поваляева М.А. Нетрадиционные методики в коррекционной педагогике.

Ростов –на –Дону. Феникс 2006

4.Сиротюк А.С. Программа нейропсихологического развития и коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности.

5.Узорова О.В. Пальчиковая гимнастика. Астрель 2002

6.Оздоровительные и реабилитационные мероприятия в учреждениях системы образования на основе применения аромомасел. Методические рекомендации. Новокузнецк 2003

7.Интернет ресурсы