



Здоровьесберегающие технологии

В работе с детьми учитель-логопед использует здоровьесберегающие технологии:

- обучение диафрагмальному дыханию осуществляется с помощью технологии функционального биоуправления (ФБУ), основанного на принципе биологической обратной связи (БОС).

Функциональное биоуправление (ФБУ) - произвольное управление физиологическими процессами организма в нужном для оздоровительных и тренировочных целей направлении с помощью специализированных технических средств.

Суть принципа БОС как раз и заключается в возможности мониторинга тех или иных психофизиологических параметров, а **технология ФБУ** позволяет человеку в режиме реального времени на основе наблюдения за динамикой показателей, преобразованных в понятный для обучающегося вид - сигналы обратной связи, тренировать полезные с точки зрения физиологии навыки, обеспечивающие оптимальную работу организма.

Для работы используется программное обеспечение «ЛОГО» научно-производственной фирмы «Амалтея» г. Санкт-Петербург.

Программа КОМФОРТ «ЛОГО»

- универсальная полифункциональная методика коррекции и развития адаптационных возможностей человека на основе обучения навыкам саморегуляции по комплексу параметров.

Время проведения	Курс: 8-15 занятий по 10-15 мин. 1 раз в неделю
Форма проведения	индивидуальная
Возраст	с 5 лет

Содержание программы:

- **Диагностика**

- первичная диагностика для оценки психофизиологического и психоэмоционального состояния обучающегося, его индивидуально-психологических особенностей (по цветовому тесту М. Люшера и методики сенсорных предпочтений), определения зоны риска и ресурсов, выбора индивидуальной тактики работы образовательно-профилактического или коррекционно-развивающего характера;
- диагностика фонового состояния для отслеживания эффективности каждого сеанса;
- заключительная диагностика для оценки изменения психофизиологического состояния в результате курса.

Психофизиологический тренинг

Во время сеанса по программе «ЛОГО» регистрирует с помощью специальных датчиков, фиксируемых определенным образом, несколько параметров: периферическую температуру; кардиосигнал (R - зубцы); кривую дыхания; миограмму (ЭМГ- графическое изображение биоэлектрической активности мышц).

Программа КОМФОРТ «ЛОГО» реализует разнообразие режимов обучения:

- **Режим «Кардио-ФБУ»**

Тренируется устойчивый навык диафрагмального дыхания.

- **Режим «Температурное биоуправление»**

Формируется навык произвольного повышения периферической температуры.

- **Режим «Лого»**

Отрабатывается постановка речевого дыхания; тренируется звукопроизношение при оптимизации дыхательной функции; оптимизируется темп, ритм и мелодичность речи; достигается снижение физиологической цены речи.

- **Режим «ЭМГ-ФБУ»**

Вырабатывается навык общей мышечной и психоэмоциональной релаксации; развивается или восстанавливается мышечное чувство; тренируется навык координированного управления мышечным напряжением.

- **Режим «ЭМГ- «Джекобсон»**

Осваивается метод прогрессивной мышечной релаксации (попеременное напряжение-расслабление одной и той же мышцы или групп мышц в соответствии с сигналом обратной связи).

Что дает программа КОМФОРТ «ЛОГО»?

- для детей дошкольного возраста обеспечивает благоприятные условия для развития ребенка и успешной адаптации к школе, осуществляет коррекцию логопедических нарушений.