**Применение кинезиологических упражнений в системе коррекции тяжелых нарушений речевого развития у детей.**

В настоящее время неуклонно растет число детей с тяжелыми нарушениями речевого развития. Практический опыт работы и анализ научной литературы по проблемам речевой патологии, ее этиологии и социальной адаптации детей-логопатов показывает, что, несмотря на многочисленные эффективные методики, проблема диагностики и коррекции речевых расстройств, чрезвычайно актуальна.

Обучение и воспитание детей дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи осуществляется по специальной системе в специализированных детских садах. Во многих «общеобразовательных» детских садах существуют логопедические группы, где детям оказывают помощь учитель-логопед и воспитатели со специальным образованием. Из тяжелых нарушений речи чаще всего встречаются алалия, афазия, ринолалия и различного типа дизартрии.

Наш детский сад является дошкольным учреждением комбинированного вида, где обучаются дети с нарушением опорно- двигательного аппарата и тяжелыми нарушениями речи. Я как учитель-логопед непосредственно занимаюсь коррекционной работой с детьми –алаликами.

Аланией принято называть полное или частичное отсутствие речи у детей при сохранном физическом слухе, обусловленное недоразвитием или поражением речевых областей в левом полушарии головного мозга, наступившем во внутриутробном или раннем периоде развития ребенка.

Дети, страдающие такими нарушениями, обладают скудным речевым запасом, некоторые совсем не говорят. Общение с окружающими в этом случае очень ограничено. Несмотря на то, что большинство таких детей способны понимать обращенную к ним речь, сами они лишены возможности в словесной форме общаться с окружающими. По степени тяжести речевые нарушения можно разделить на те, которые не являются препятствием к обучению в массовой школе, и тяжелые нарушения, требующие специального обучения.

Вследствие общего недоразвития речи, что выражается в неполноценности звуковой, лексической и грамматической ее сторон, у большинства детей с тяжелыми нарушениями речи наблюдается недоразвитие всех психических процессов. Поэтому, несмотря на достаточные возможности умственного развития, у таких детей возникает вторичное отставание психики, что затрудняет усвоение основ наук, в особенности, овладение грамотой.

На протяжении нескольких лет я работаю в режиме поиска технологий в работе с детьми с тяжемыми нарушениями речи на этапе обучения грамоте. Обучение грамоте - процесс не только длительный (навык письма формируется лишь к 9-10 годам), но и чрезвычайно многокомпонентный. На начальном этапе в добукварный период, необходимо учитывать трудности зрительно-пространственной ориентировки, недостаточной дифференциации отдельных пространственных признаков контура букв, недостаточное развитие моторных функций и зрительно-моторных координации, а также недостатки пространственного восприятия и зрительной памяти. При копировании печатных букв ребенок с трудом и только после многих попыток понимает, что он должен написать и как он должен это сделать. Он словно не видит строк, уводя букву за верхнюю и нижнюю строку. Дети могут путать не только правую и левую стороны буквы, но даже верх и низ.

На данном этапе необходима работа по ориентировке на тетрадном листе и закреплению понятий «лево – право». Для этого используются: пальчиковый сухой бассейн, «зашумленные картинки». При недостаточной дифференциации отдельных пространственных признаков контура букв, целесообразно копировать различные фигуры и воспроизводить их по памяти. Конструировать буквы из элементов с последующим комментированием действий.

Нередко дети делают попытку читать справа налево, теряют строки. Во избежание таких проявлений ребенку нужно напоминать или «маркировать» руку. Если эти способы не дают эффекта, можно попробовать закрыть текст и открывать только читаемый слог. Так нужно читать до автоматизации нужного направления в тексте.

Детям бывает сложно выделить точку начала движения и выбрать правильную траекторию. Некоторые исследователи даже считают, что в возрасте 3-7 лет зеркальное письмо у детей со слабостью зрительно-пространственной ориентации является закономерным этапом овладения навыком.\*\*

Все наши умения — это часть работы мышц, играющих важнейшую роль в раз­витии навыков человека. Исследо­вания доказывают: движение при­носит непосредственную пользу нервной системе. Развитию кисти руки принадлежит важная роль в формировании мозга и становлению речи, так как рука имеет самое большое представительство коре головного мозга. А формирование зрительно моторных координаций направлено на развитие межполушарного взаимодействия, которое в свою очередь является основой интеллекта.

Предложенная методика включает в себя упражнения, развивающую моторику рук детей разного возраста, дыхательные упражнения, упражнения, развивающие мышцы языка и глаз. Известно, что развитие интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений тела.

Обучая детей, мы нередко сажаем их за парту. А вот наши американские коллеги считают, что для учения необходимо движение, так как именно оно пробуждает и активизирует умственные способности.

Еще в середине прошлого века американским доктором Полом Деннисоном в Центре группового учения для неуспевающих «Долина» в Калифорнии была разработана программа «Гимнастика мозга» — система быстрых, простых, специфичных движений. Особенно эффективной программа оказалась для детей с диагнозом «неспособны к обучению».

В 1987 г. в США была основана Организация образовательной кинезиологии (наука о развитии головного мозга через движение). С этого времени гимнастика мозга начала распространяться по всему миру. В России она впервые появилась в 1988 году. Сейчас ее используют в своей работе учреждения психологической помощи во многих городах страны.Главная идея, которую пропагандируют кинезиологи, — развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Предлагаемые кинезиологические упражнения — комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарные взаимодействие, развивать комиссуры межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация работы полушарий.

Целью занятий является развитие межполушарной специализации и межполушарного взаимодействия (синхронизация полушарий головного мозга, развитие способностей, памяти, внимания, мышления,речи).

Предложенная методика включает в себя упражнения, развивающую моторику рук детей разного возраста, дыхательные упражнения, упражнения, развивающие мышцы языка и глаз.

- развитие межполушарной специализации;

- развитие межполушарного взаимодействия;

- синхронизация работы полушарий;

- развитие мелкой моторики;

- развитие способностей;

- развитие памяти, внимания, речи;

- развитие мышления.

Комплекс движений гимнастики мозга можно разделить на три блока: упражнения, увеличивающие тонус коры головного мозга (дыхательные, массаж биологически-активных точек); улучшающие возможности приема и переработки информации (движения конечностями перекрестно-латерального характера) и улучшающие контроль и регуляцию деятельности (движения и позы перекрестного характера).

В своей работе я использую адаптированный вариант разработок докторов Пола Деннисона и Гейл Деннисон «Гимнастика мозга», который включает инструкции к четырем типам упражнений.

Комплекс движений гимнастики мозга можно разделить на три блока: упражнения, увеличивающие тонус коры головного мозга (дыхательные, массаж биологически-активных точек); улучшающие возможности приема и переработки информации (движения конечностями перекрестно-латерального характера) и улучшающие контроль и регуляцию деятельности (движения и позы перекрестного характера).

В своей работе я использую адаптированный вариант разработок докторов Пола И. Деннисон и Гейл Деннисон «Гимнастика мозга», который включает инструкции к четырем типам упражнений.

Основным требованием к квали­фицированному использованию комплексов упражнений являет­ся точное выполнение движений и приемов. Проводить упражнения возможно как на предметных, так и на специальных занятиях ки­незиологии. Оптимально проводить занятия с небольшой подгруппой детей или индивидуально, в эмо­ционально комфортной, добро­желательной обстановке, под спокойную музыку. С каждым днем задания могут усложняться, объем заданий увеличиваться, а темп выполнения — наращивать­ся. Продолжительность занятий зависит от возраста и может со­ставлять от 10-15 до 20-35 минут в день. Заниматься необходимо ежедневно. Длительность занятий по одному комплексу упражнений — 45-60 дней. Желательно реали­зовать цикл по следующей схеме: комплекс упражнений для разви­тия межполушарных связей (6-8 недель); перерыв (2 недели); ком­плекс упражнений для развития правого полушария (6-8 недель); перерыв (2 недели); комплекс упражнений для развития левого полушария (6-8 недель).

**«Гимнастика мозга» (включает инструкции к четырем типам упражнений) .**

**1.Движения, пересекающие среднюю линию тела**

***(Эти упражнения помогают гармонично использовать оба полушария).***

**1.1.** **Упражнение**

**«Перекрестные шаги и прыжки»**

*(можно под музыку или пение)* Прыгайте так, чтобы в такт движения правой ноги двигалась левая рука. А теперь — левая нога и правая рука. Прыгайте вперед, в стороны, назад. Глазами двигайте во всех на­правлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, затем — правой рукой левого колена.

**1.2.** **Упражнение «Ленивые восьмерки»**

Возьмите в правую руку карандаш и начертите на бумаге восьмерку

(знак бесконечности), теперь—ле­вой рукой. А теперь правой и левой одновременно. Начертите восьмер­ки в воздухе поочередно каждой ру­кой и обеими одновременно.

**1.3.** **Упражнение** **«Двойной рисунок»**

Возьмите в каждую руку каран­даш или ручку. Изобразите на ли­сте бумаги все что угодно, двигая обеими руками одновременно:

• навстречу друг другу;

• вверх-вниз, т. е. левой рукой вверх, правой рукой вниз, и наоборот;

• разводя их в разные стороны.

**1.4.Упражнение** «Алфавит восьмерками»

Выпишите буквы в «ленивую вось­мерку», размещая их следующим образом:

• симметричные, т. е. одинаковые, справа и слева в центр восьмерки, например «х»; «ф»;

• асимметричные, с закруглением влево, в левую часть восьмерки, например «а», «э»;

• асимметричные, с закруглением вправо, в правую часть восьмерки, например: «р», «б».

**1.5.** **Упражнение** «Слон»

Согните колени, прижмите голову к плечу и вытяните руку вперед (ту, которой пишете). Рисуйте

«ленивую восьмерку» в возду­хе, одновременно вытягивайте верхнюю часть туловища вслед за рукой. Смотрите дальше своих пальцев. Повторите то же с дру­гой рукой.

**1.6. Упражнение** «Вращение шеей» Дышите глубоко, расслабьте плечи, опустите голову. Медлен­но вращайте головой из стороны в сторону, совершенно рас­слабляясь при выдохе. Делайте небольшие круговые движения подбородком. После этих движе­ний голос при чтении и говорении будет звучать сильнее.

**1.7.** **Упражнение** «Брюшное дыхание» *(желательно выполнять перед едой).* Положите руку на брюшную об­ласть. Выдохните весь воздух ко­роткими маленькими струйками, словно стремитесь удержать пу­шинку на лету. Сделайте медлен­ный глубокий вдох, нежно. Ваша рука мягко опускается при выдохе и поднимается при вдохе. Повто­рите выдох и при этом прогните спину, чтобы при вдохе воздух проник глубже в легкие.

1.8. **Упражнение** «Перекрестный шаг сидя» Сядьте на коврик. Представьте себе, что вы едете на велосипеде и касаетесь при этом локтями про­тивоположных колен. Поднимите правое колено, коснитесь левым локтем. Левое колено — правый локоть.

**1.9. Упражнение** «Энергизатор» *(помогает расслабиться)*

Сядьте за стол. Руки на стол, ла­донями вниз. Положите голову между руками. Выдох. Вдох спо­койный и глубокий. Легко подни­майте голову, затем шею, затем верхнюю часть тела; нижняя часть тела и шея расслаблены. Выдох, опустите подбородок на грудь. Опустите голову. Расслабьтесь и дышите глубоко.

**2. Упражнения растягивающие мышцы тела**

*Помогает не сутулится, освобождают от напряжения. которое возникает при длительном сидении*

**2.1. Упражнение** «Сова»

Схватите и плотно сожмите мышцы правого плеча левой рукой. Повер­ните голову и посмотрите назад че­рез плечо. Вдохните глубоко и раз-

верните плечи. Посмотрите через левое плечо и распрямите плечи. Опустите подбородок на грудь и глубоко вдохните, расслабляя мыш­цы. Повторите то же самое, схватив левое плечо правой рукой.

**2.2** **Упражнение** «Активизация руки»

Вытяните правую руку вверх, прикос­нувшись к уху. Легко выдохните воз­дух сквозь сомкнутые губы. Схватите вытянутую правую руку левой рукой и двигайте ее вперед, назад.

**2.3.** **Упражнение** «Сгибание стопы»

Сядьте на стул, положите левую ногу на правое колено. Массируй­те левую ногу в лодыжке, икрах, под коленом, оттягивайте и одно­временно сгибайте ступню к себе и от себя. Повторите: правую ногу на левое колено.

**2.4. Упражнение** «Помпа икр ног»

Взявшись за спинку стула, отойдите от него на расстояние вытянутых рук. Наклонитесь вперед, выдох, оттяни­те правую ногу назад и прижмите пятку к полу. Выпад на левое коле­но. Сделайте глубокий вдох и под­нимите пятку. Повторите трижды по

отношению к каждой ноге. Старай­тесь как можно дальше оттягивать ногу назад, делая глубокий выпад на противоположное колено.

**2.5. Упражнение** «Гравитационное скольжение» Сядьте в кресло. Скрестите ноги в лодыжках. Держите колени свободно. Наклонитесь вперед, руки плавно опускайте вниз — выдох; выпрямляйтесь, поднимайте руки — вдох. Повторите упражнение, наклоняясь вперед, влево, вправо. Повторите упражнение, изменив положение лодыжек (правую на левую, левую на правую).

**2.6. Упражнение** «Заземлитель»

Стойте прямо, ноги в стороны. Пра­вую ступню направьте вправо, а ле­вую прямо вперед. Выдох, согните правое колено; вдох — выпрямите правое колено. Во время упраж­нения плотно прижимайте руки к пояснице, это усиливает работу мышц пояса. Сделайте упражне­ние трижды, а потом повторите его по отношению к левой ноге.

**3. Упражнения активизирующие нервные клетки**

**3.1. Упражнение**

«Кнопки мозга» *(выполняется перед чтением)*

Сядьте удобно. Положите правую руку на пупок, левую — на ниж-

нюю часть ключицы по правую сторону от грудины. Массируйте левой рукой ключицу, держа дру­гую руку на пупке. Повторите то же, поменять руки.

**3.2. Упражнение** «Кнопки Земли» Сядьте удобно. Прикоснитесь дву­мя пальцами правой руки к точке под нижней губой, а левой — ко лбу. Держите руки на точках, де­лая глубокий вдох и выдох.

**3.3. Упражнение** «Кнопки баланса»

Сядьте удобно. Надавите пальца­ми правой руки за правым ухом в углубление у основания черепа, а левую руку положите на пупок. «Вдохните» энергию. Минутой позже повторите, поменяв руки.

3.4. **Упражнение** «Кнопки Космоса»

Прикоснитесь двумя пальцами пра­вой руки к точке над верхней губой, а левую руку положите на копчик. Постойте так в течение минуты, мысленно «проводя» энергию вверх по позвоночному столбу.

**3.5.** **Упражнение** «Энергетическая зевота»

Представьте себе, что вы зевае­те. Надавите кончиками пальцев на любые напряженные места на челюстях с обеих сторон. Сде­лайте глубокий, расслабляющий, зевающий звук, мягко удаляющий напряжение.

Гимнастика мозга дает возмож­ность задействовать те области мозга, которые раньше не уча­ствовали в процессе обучения, и решить проблему неуспешности.

Этот метод работы — целост­ный подход к человеку, объ­единяющий работу с телом, мозгом, эмоциями, чувствами и мыслями. Основной задачей является гармонизация младен­ческих рефлексов как основы мозговой деятельности, а также интеграция тела и мышления (тело делает то, что необходимо для мозга).