

Биоэнергопластика и нейродинамическая гимнастика в работе учителя-логопеда



По данным образования и здравоохранения России состояние психического и физического здоровья детей уже на стадии дошкольного возраста ухудшается по сравнению с предыдущими поколениями сверстников, поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья детей приобретает глобальный характер.

Школа предъявляет требования к произвольности детского внимания в плане умения действовать без отвлечений, следовать инструкциям и контролировать получаемый результат. Последнее время учителя отмечают, что первоклассники часто испытывают серьёзные трудности в овладении навыком письма: быстро устаёт рука, теряется рабочая строка, не получается правильное написание букв. Ребёнок не укладывается в общий темп работы. Кроме того, увеличивается количество детей дошкольного и младшего школьного возраста с ЗПР и с синдромом дефицита внимания, сочетающимся, как правило, с гиперактивностью. В связи с этим в последние годы в логопедии широко применяется здоровьесберегающая практика.

Для преодоления имеющихся у детей нарушений, предупреждения развития патологических состояний, укрепления психического здоровья логопеды используют в своей работе комплексную психокоррекционную работу. Одной из составляющих такой работы является кинезиологическая коррекция и как один из её элементов – биоэнергопластика.

Учителя-логопеды в своей работе с успехом применяют артикуляционную гимнастику, включающую совокупность специфических упражнений, направленных на развитие основных движений органов артикуляции. Но ежедневные занятия гимнастикой, к сожалению, снижают интерес детей к этому процессу, что в свою очередь приводит к уменьшению эффективности выполнения артикуляционных упражнений. Поэтому я обратилась к нетрадиционному методу выполнения артикуляционной гимнастики с использованием биоэнергопластики.

Биоэнергопластика («био» — человек как биологический объект; «энергия» — сила, необходимая для выполнения определенных действий;

«пластика» — плавные движения тела, рук, которые характеризуется непрерывностью, энергетической наполненностью, эмоциональной выразительностью) — это соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти рук.

Принцип биоэнергопластики — сопряженная работа пальцев и кистей рук и артикуляционного аппарата. Движения рук имитируют движения речевого аппарата.

Комплекс упражнений с использованием биоэнергопластики способствует развитию координации движений, и мелкой моторики пальцев рук; - активизации интеллектуальной деятельности ребенка; - развитию памяти, произвольного внимания, межполушарной взаимосвязи; - формированию умения действовать по словесным инструкциям. Такая гимнастика помогает мне длительно удерживать интерес ребенка, повышать мотивационную готовность, поддерживает положительный эмоциональный настрой воспитанника на протяжении всего занятия.

В устной речи любого народа можно встретить короткие стихотворения, которые сопровождаются движениями пальцев. Хорошо знакомые нам «Сорока-ворона», «Ладушки» и тому подобные народные игры, не что иное, как оздоравливающий и тонизирующий массаж. Такие простые манипуляции с пальчиками, а сколько пользы: положительное воздействие на внутренние органы, тонизирующий эффект, стимуляция мыслительных функций и речи, веселое общение малыша и мамы, заряд положительных эмоций!

Использование биоэнергопластики существенно ускоряет коррекцию неправильно произносимых звуков у детей с нарушенными кинестетическими ощущениями, поскольку работающая ладонь во много раз усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.

На начальном этапе знакоблю воспитанника с органами артикуляции, вместе выполняем упражнения для губ, языка (всем знакомая артикуляционная гимнастика).

На следующем этапе выполняем артикуляционные упражнения с подключением рук ребенка, сопровождая показ движением кисти одной руки.

Воспитанник учится выполнять одновременно артикуляционные упражнения и движения кистью ведущей руки.

Постепенно подключается вторая рука. Таким образом, ребенок выполняет артикуляционное упражнение или удерживает позу и одновременно движением обеих рук имитирует, повторяет движение артикуляционного аппарата. Во время гимнастики строго слежу за ритмичным выполнением упражнений. С этой целью применяю счет, музыку, стихотворения. При этом двумя руками продолжаю давать четкий образец движения.

Последний этап — заключительный. Когда мой воспитанник полностью осваивает упражнения сопряженной гимнастики, мы совместно рассказываем сказку, стихотворение.

Упражнения объединены простеньким сюжетом, что и позволяет назвать их театром пальчиков и языка. Например:

Кошка и горшок с молоком.

Стихи	Движения артикуляторных органов	Движения рук
В кухне нашей под столом	«Блинчик».	<i>Выставляют перед собой выпрямленные ладони.</i>
Стоит крынка с молоком.	«Чашечка» вне ротовой полости.	<i>«Корзиночка».</i>
К крынке кошка подошла	«Кошка сердится».	<i>Согнутые пальцы правой руки опираются на выпрямленную ладонь левой руки.</i>
Сверху сливки попила	Причмокивание губами, Как будто подзываем щенка.	<i>Правая рука скользит по левой ладони.</i>
Глубже сунулась в горшок:	«Чашечка» за верхними зубами.	<i>«Корзиночка».</i>
-Молочка напьюсь я впрок!	Лакание с верхней губы широким язычком.	<i>Манящие движения ладонями обеих рук.</i>
Что случилось? Ой-ой-ой!	«Маятник»	<i>Левая ладонь под локтем правой руки. Правая рука раскачивается влево-вправо.</i>
Кошка крутит головой,	Круговые движения языком сначала по верхней, затем по нижней губе	<i>Указательным пальцем правой руки «рисует» круги на левой ладошке.</i>
Налакалась молочка –	Широким языком слизывать с верхней губы и убирать язык за верхние зубы.	<i>Манящие движения ладонями обеих рук.</i>
Не уйти ей из горшка!	«Маятник».	<i>Левая ладонь под локтем правой руки. Правая рука раскачивается влево-вправо.</i>
С головы горшок не слез.	«Чашечка» вне ротовой полости.	<i>Ладонь правой руки мягко обхватывает выпрямленные пальцы левой руки и прячется под ладонью.</i>
С ним и убежала в лес!	«Цоканье».	<i>«Бегут» пальчиками рук по столу.</i>

Сопряжённая гимнастика способствует не только развитию мелкой моторики, но и лучшей координации движений, повышающей общую работоспособность ребёнка на занятиях. Проводимая в хорошем темпе, с весёлым настроением, со сменой поз (сидя – на коврике или за общим столом, стоя – в кругу или шеренге) сопряжённая гимнастика может применяться и как физминутка.

Кинезиологические упражнения использую в своей работе как на самих коррекционно-развивающих занятиях (индивидуальных, фронтальных), так и в качестве динамических пауз, как мотивацию перед занятиями.

Кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта; улучшают внимание и память, формируют пространственные представления. Помимо этого они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей и коррекции проблем в различных областях психики. При этом, чем более интенсивна нагрузка, тем значительнее эти изменения.

Я использую упражнения с одновременными разнотипными движениями рук. В отличие от симметричных и содружественных движений, регуляция которых в основном происходит на уровне спинного мозга, разнотипные движения требуют более высокого уровня регуляции. Осуществление и автоматизация движений такого типа требует создания принципиально новых нейросенсорных сетей. Расширяются резервные возможности функционирования головного мозга ребенка.

Данные упражнения я стараюсь подбирать таким образом, чтобы каждое можно было выполнять одной рукой, двумя руками одновременно и перекрестно, т.е. когда в одно время каждая рука выполняет свое действие.

При планировании я подбирала упражнения, пользуясь принципом «от простого к сложному». Гимнастику начинала с самых простых упражнений «Сжатие пальцев в кулак и разжимание», «Вращение кистями рук», «Выгибание и прогибание кистей рук». Но даже такие, казалось бы, легкие упражнения на первых порах даются детям очень тяжело. Перекрестные движения они усваивают еще с большим трудом. Но у ребят, которые посещают нашу группу не первый год, есть заметные сдвиги в лучшую сторону.

Помимо пальчиковых игр часто использую игры и упражнения с различными предметами: карандашами, платочками, счётными палочками, камушками и т.д.

Часто пользуюсь пособиями «Проведи линию. Развитие межполушарных связей» В. Сеницыной,

«Тренажёр по развитию речи, межполушарного взаимодействия и графомоторных навыков» О. Давыдовой и пособиями Татьяны Трясоруковой «Развитие межполушарного взаимодействия у детей» (Нейродинамическая гимнастика; психомоторные игры; сенсомоторные игры).

Обучение данным упражнениям считаю необходимым, так как их выполнение требует от ребенка внимания, сосредоточенности, умения координировать свои движения, а так же умения правильно распределять мышечную нагрузку.