***Коррекция и профилактика речевых нарушений у дошкольников путем нетрадиционных методов и приемов****.*

Перспективы здоровьесберегающих образовательных технологий

в коррекционном процессе

В современных условиях сложилась новая педагогическая ситуация, связанная с качественным измене­нием психофизиологического состояния детей, что требует кардинально нового решения. Поэтому проблему коррекции и устранения нарушений необходимо рассматривать с пози­ции оздоровления и обогащения за счет правильно организо­ванной коррекционно-развивающей среды. Оздоровление должно рассматривается не только как совокупность лечебно-профилактических мер, но и как форма развития, расширения психофизических возможностей детей, для осу­ществления которого необходимы медицинские и психолого-педагогические методы в режиме саморазвития ребенка.

Передо мной, как перед учителем-логопедом, на современном этапе развития дошкольного образования актуальными задач являются повышение эффективности процесса коррекции  речевых нарушений у детей, сохранение и укрепление здоровья воспитанников с речевыми нарушениями.

Коррекционно-развивающее направлениедеятельности дошкольного учреждения по реализации коррекционной работы предполагает комплекс мер, воздействующих на личность в целом, нормализацию и совершенствование ве­дущего вида деятельности, коррекцию индивидуальных недостатков развития.

Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. По мнению специалистов-медиков, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. И педагог может сделать для здоровья воспитанника дошкольного учреждения не меньше, чем врач. Он должен обучаться психолого-педагогическим технологиям, позволяющим ему самому работать так, чтобы не наносить ущерба здоровью своих воспитанников, а способствовать его укреплению на коррекционно-развивающих занятиях, в том числе через применение здоровьесберегающих технологий.

Создаваемая педагогом коррекционно-образовательная среда должна быть здоровьесберегающей и здоровьеукрепляющей.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» интегрирует все направления работы дошкольного учреждения по сохранению**,** формированию и укреплению здоровья дошкольников.

Это технологии личностно-ориентированного воспитания и обучения дошкольников:

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья: динамические паузы, физминутки, дыхательная, пальчиковая, артикуляционная гимнастики, гимнастика для глаз, кинезиологические упражнения, биоэнергопластика и т.д.
2. Технологии обучения здоровому образу жизни: точечный массаж, самомассаж, физкультурные занятия, ролевые подражательные и имитационные игры.
3. Технологии музыкального воздействия: логоритмические занятия, музыкальные упражнения, направленные на коррекцию речевых нарушений.

Ведущий принцип таких технологий – учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его развития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения. Анализ литературы по  проблеме  речевых нарушений, опыт работы и результативность использования традиционных методов (пальчиковая гимнастика, манипуляции с различными предметами, дыхательная гимнастика, логоритмика и т.д.) выявил возможность и необходимость использования в коррекции речевой патологии у детей  способов вариативности традиционных и  нетрадиционных методов, таких как биоэнергопластика, кинезиология и Су Джок.

В своей практической деятельности применяю следующие здоровьесберегающие компоненты:

1. Комплексы упражнений, направленных на профилактику нарушения зрения.
2. Элементы Су Джок терапии.
3. Кинезиологические упражнения.
4. Биоэнергопластику.

**Комплексы упражнений, направленных на профилактику нарушений зрения** (приёмы из технологии В.Ф.Базарного, приёмы из развивающей кинезиологической программы А.Л.Сиротюк).

За основу мы берем упражнения для профилактики нарушений зрения и активизации работы мышц глаза из кинезиологической гимнастики, т.к. детям сложно фокусировать взгляд на движущихся предметах. Используем в работе яркие игрушки из пальчикового театра и др.

**Элементы Су Джок терапии:** регулярное и опосредованное воздействие на биоэнергетические  точки с целью активизации защитных функций организма, в частности, профилактики и коррекции речевых нарушений.

* стимулирование активных точек, расположенных на пальцах рук при помощи различных приспособлений: шарики, массажные мячики, грецкие орехи, колючие валики. Стимуляция высокоактивных точек соответствия всем органам и системам, расположенных на кистях рук и стопах. Воздействие на точки стоп осуществляется во время хождения по ребристым дорожкам, коврикам с пуговицами и т.д.
* эффективен и ручной самомассаж 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. Чаще всего эта работа осуществляется на занятиях перед выполнением заданий, связанных с рисованием и письмом, в течение 1 минуты.

В Японии массаж пальцев проводят во всех дошкольных учреждениях, начиная с 2 лет.

**Кинезиологические упражнения** направлены на совершенствование высших психических функций  мозга, развитие подвижности нервных процессов, и синхронизации работы двух полушарий коры головного мозга*.* У ребенка формируется быстрота нервных импульсов от рецепторов руки к центру речи головного мозга. В результате реализуется внутренняя потребность отражать свою речь в движении, т.е.  помогать выразить свою мысль в речи и дополнить эмоциональное состояние движением руки, тела, взглядом, кистью и т.п.

Известно, что уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

Кинезиология уделяет особое внимание таким упражнениям, в которых используются одновременные разнотипные движения рук. Регуляция таких движений осуществляется на уровне головного мозга, в отличие от симметричных содружественных движений, регуляция которых, в основном, происходят на уровне спинного мозга.

Применяя кинезиологические упражнения, соблюдаю следующие условия:

* систематичность выполнения;
* постепенное увеличение темпа и сложности;
* точность выполнения движений и приемов;
* чередование учебных действий с кинезиологическими упражнениями; но во время занятий продуктивной деятельностью упражнения следует проводить до начала работы, не прерывая ее.

Следует отметить, что значение кинезиологических упражнений особенно велико в дошкольном и младшем школьном возрасте, пока идет формирование речевой моторной области. Целесообразно включать в структуру занятия несколько кинезиологических упражнений, связывая их общей темой или сюжетом, обыгрывая и постепенно усложняя (увеличивая число повторений, темп).С этой целью в работе с детьми использую комплекс кинезеологических упражнений: "Колечко", "Кулак-ребро-ладонь", "Лезгинка", "Лягушка", "Ухо-нос", "Замок". А также упражнения, направленные на развитие точности движений пальцев и способности к переключению с одного движения на другое.

**Биоэнергопластика:** направлена на совместные движения руки и артикуляционного аппарата, что способствует активизация естественного распределения биоэнергии в организме. У ребенка формируются пластичность, ощущение свободы, раскрепощенности, что активизирует естественное состояние организма, улучшается кровообращение. Формирует положительные личностные качества – уверенность в том, что он может донести себя и свои мысли до окружающих.

Существует несколько этапов логопедического воздействия на детей с речевой патологией. Одним из этапов, способствующим формированию звукопроизношения, является артикуляционная гимнастика. Известно, что при правильном произнесении артикулем органы речевого аппарата принимают специальное положение или артикуляционный уклад, который свойственен определённому звуку. Неправильное расположение органов артикуляции приводит к дефектному произношению звуков речи.

Неотъемлемым компонентом коррекционного процесса является артикуляционная гимнастика, включающая 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 обращение к нестандартному выполнению артикуляционной гимнастики с использованием биоэнергопластики вполне закономерно.

Такая гимнастика помогает длительно удерживать интерес ребёнка, помогает повысить мотивационную готовность детей, поддерживает положительный эмоциональный настрой ученика и педагога на протяжении всего занятия.

Термин “биоэнергопластика” состоит из двух слов: биоэнергия и пластика. По мнению И. В. Курис, биоэнергия – это та энергия, которая находится внутри человека. Пластика – плавные, раскрепощённые движения тела, рук, которые являются основой биоэнергопластики. Для коррекционной работы учителей – логопедов наиболее значимым является соединение биоэнергопластики (движений кистей рук) с движениями органов артикуляционного аппарата. В момент выполнения артикуляционного упражнения рука показывает, где и в каком положении находится язык, нижняя челюсть или губы.

Рекомендации и методические разработки А.В. Ястребовой, О.И. Лазаренко, А. Л. Сиротюк помогли в подборе специальных движений кистей и пальцев рук на каждое артикуляционное упражнение. Немаловажную роль сыграли и герои перчаточного театра Тяпа и Тёпа, «оживляя» упражнения.

Примерное планирование занятий с использованием артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой применялось мною в течение двух лет в работе с детьми старшего дошкольного возраста.При проведении артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой учитывались индивидуальные особенности детей. Рука ребёнка подключалась только при полном освоении артикуляционного упражнения и выполнении его без ошибок. Планирование проведения артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой включает семь ступеней. Время перехода с одной ступени на другую варьировалось в зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка.

**На первой (диагностической) ступени** в начале учебного года проходит обследование строения и подвижности органов артикуляции общеизвестными методами и приёмами. После обследования производится подбор комплекса упражнений с учётом нарушенных звуков.

**На второй (подготовительной) ступени** проводятся индивидуальные занятия, на которых ребенок знакомится с органами артикуляции, учится упражнениям для губ, языка или челюсти по традиционным методикам, используя сказки о Язычке. Упражнения выполняются сидя перед зеркалом, с сопровождением гимнастики движениями ведущей руки. Таким образом, ребёнок привыкает к движениям руки и запоминает их. Рука ребёнка в упражнения не вовлекается.

**На третьей (подготовительной) ступени** артикуляционная гимнастика также выполняется по традиционной методике, ребёнок знакомится с персонажами перчаточного театра Тяпой и Тёпом. На данном этапе исполнение артикуляционной гимнастики движениями ведущей руки с перчаточным героем сопровождается только логопедом.

**На четвёртой (основной) ступени** наряду с упражнения для губ, челюсти и языка подключается ведущая рука ребёнка с перчаткой. Вместе с ребёнком выполняется упражнение, сопровождая показ движением кисти одной руки.

Такая артикуляционная гимнастика с биоэнергопластикой проводится в течение двух месяцев, за этот период ребёнок осваивает выполнение одновременно артикуляционных упражнений и движения кисти ведущей руки. Следит за тем, чтобы рука в кисти не напрягалась.

**На пятой (основной) ступени** к артикуляционным упражнениям подключается другая рука ребёнка с перчаткой. В этом случае так же сопровождается выполнения упражнений движениями руки.

**На шестой (основной) ступени** в помощь к артикуляционным упражнениям приходят обе руки в перчатках. Ребёнок выполняет артикуляционное упражнение и одновременно движением обеих рук, имитирует, повторяет движения органов речевого аппарата.

**На седьмой (заключительной) ступени**, когда ребёнок полностью осваивает упражнения, он самостоятельно выполнял их с движениями рук.

Пальцево - речевая гимнастика осуществляется весь учебный год. Роль учителя-логопеда заключается в наблюдении за ритмичным выполнением упражнений, применяя счёт, стихотворные строки. Занятия проводятся индивидуально или с подгруппой из двух детей.

Таким образом, применение артикуляционной гимнастики с биоэнергопластикой способствует:

* привлечению интереса детей к выполнению упражнений; поддержанию положительного эмоционального настроя воспитанника и педагога на протяжении всего занятия;
* развитию артикуляционной, пальчиковой моторики, совершенствованию координации движений, развитию памяти, внимания, мышления;
* достижению максимальной концентрации зрительного и слухового внимания, сформированной пространственной ориентировки, точных движений пальцами и кистями рук совместно с движениями языка или губ;
* значительному облегчению постановки и введения звуков в речь.  
   При планировании работы также предусматриваются не только индивидуальные и подгрупповые занятия, но и элементы самостоятельной деятельности детей (например, самомассажа).

Для создания успешной коррекционно-развивающей деятельности необходима тесная взаимосвязь с педагогами. Это заключается в логопедизации режимных моментов и занятий. Воспитатели в утреннее и вечернее время систематически организовывают работу, направленную на развитие у детей моторных функций кисти и артикуляционного аппарата, применяя также элементы кинезиологии, биоэнергопласти и Су Джок. Эта работа выполнятся в игровой форме с использованием наглядного материала. Вместе с педагогом-психологом проводится психогимнастика, с музыкальным руководителем - логоритмика, инструктором по физкультуре - дыхательные и общеукрепляющие упражнения.

  Вариативность использования  в логопедической практике разнообразных методов и приемов, выявила явные преимущества:

* сокращение сроков коррекционной работы;
* повышение качество работы;
* снижение энергетических затрат;
* выстраивание преемственности в работе всех заинтересованных участников образовательного пространства в коррекции речи детей.

Вывод:

эффективность использования данных видов деятельности состоит в том, что они:

- повышают работоспособность детей;

- активизируют познавательный интерес и обеспечивают успешность ребенка в процессе обучения;

- благотворно воздействуют на психику ребенка, на его состояние физического и психического здоровья.

Литература:

1. Бушлякова Р.Г. Использование метода биоэнергопластики при выполнении артикуляционной гимнастики с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. http//festival.1september.ru

2. Безруких М.В. Леворукий ребёнок в школе и дома. Екатеринбург, 1998.

3. Дудьев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушением речи // Дефектология,1999, №4.

4. Коноваленко С. В. Развитие познавательной деятельности у детей от 6 до 9 лет. М.,1998.

5. Лебедева А.Н. Развитие сенсомоторики детей старшего дошкольного возраста: Кор-рекционно-развивающая программа. – М.: Школьная Пресса, 2004

6. Новоторцева Н.В. Развитие речи детей. – Ярославль: 1999.

7. Савина Л.П. Пальчиковая гимнастика для развития речи дошкольников. – М.: АСТ, 1999.

8. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развитие школьников. – М.: Сфера, 2002.

9. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников . – М.: Сфера, 2001

10. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восста-новления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., 1999.

11. Ястребова А.В., Лазаренко О.И. Комплекс занятий по формированию у детей 5 лет речемыслительной деятельности и культуры устной речи. – М.: АРКТИ, 2001

Приложение №1

**ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ РЕЧЕВЫХ НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ**

Развивать общую и мелкую моторику у детей необходимо, учитывая возможности детей и характер нарушения речи. Пальчиковые игры и упражнения, упражнения на развитие общей моторики позволяют детям овладевать своими мышцами, управлять своими движениями. Выполнение упражнений для ног, рук, туловища способствует совершенствованию движений артикуляционных органов: губ, языка, челюстей. Двигательная активность ребёнка помогает лучше развивать его речь, с другой стороны формирование движений происходит при участии речи. Слово – основной элемент двигательно-пространственных упражнений.

Особенно необходимо отметить пользу игр на развитие мелкой моторики, пальчиковую гимнастику для детей с отклонениями в развитии, так как многими исследователями доказана тесная связь между развитием речи и состоянием моторики кистей рук.

Тексты игр, упражнений должны быть рифмованными подсказками к движениям, которые ребёнок быстро запомнит. Стихотворный ритм улучшает произношение, развивает дыхание, темп речи, речевой слух. Двигательные упражнения могут содержать элементы психогимнастики, учат детей использовать выразительные движения (мимику, жесты), распознавать эмоции (радость, огорчение, страх)

**Методика проведения игр, упражнений.**

1. Показ, объяснение как его выполнять – совместное выполнение упражнения с детьми.

2. Ритмическое, выразительное чтение текста вслух.

3. Дети слушают, запоминают, выполняют движения по тексту вместе с педагогом.

4. Предложить детям выполнить упражнение самостоятельно.

5. Выучить текст наизусть, соотнося с движениями.

Пальчиковые игры могут проводиться во время организованной образовательной деятельности, на логоритмических и музыкальных занятиях, на вечерах досуга, на прогулках и дома, во время зарядок и физкультминуток.

**Использование игр и упражнений на развитие мелкой моторики во время режимных моментов.**

*1.Ежедневно. 1 половина дня:*

- массаж кистей рук;

- пальчиковая гимнастика;

- застёжки, шнуровки, раскраски, обводки;

- различные виды мозаик, конструктора, пазлы;

- работа с трафаретами, печатками, шаблонами, штриховками, раскрасками;

- работа со счётными палочками;

- составление узоров из круп, природного материала, пуговиц.

*2. Утренняя гимнастика:*

- упражнения для кистей рук и пальцев;

- массаж рук.

*3. Культурно-гигиенические навыки:*

- закаливание кистей рук;

- заучивание стихов, потешек, считалок.

*4. Организованная образовательная деятельность:*

- перед занятием и во время физминутки самомассаж, пальчиковая гимнастика и игры;

- работа с ножницами, карандашом и ручкой в рабочих тетрадях и альбомах;

- выполнение различных заданий на развитие мелкой моторики.

*5. Прогулка:*

- застёгивание и расстегивание пуговиц, кнопок, молний;

- завязывание и развязывание шнурков;

- разучивание считалок;

- рисование на песке и асфальте;

- пальчиковая гимнастика;

- подвижные игры.

*6. 2 половина дня:*

- коррекционная работа по заданию учителя-логопеда;

- подвижные игры;

- развивающие игры;

- пальчиковые игры и упражнения; - рисование пальчиками на крупе.

Приложение №2

***Авторская сказка «Ежик на прогулке*»**

**Цель**: воздействовать на биологически активные точки по системе Су Джок, стимулировать речевые зоны коры головного мозга.

**Оборудование**: шарик- массажер

Жил - да был ежик в лесу, в своем домике- норке (*зажать шарик в ладошке).*

Выглянул ежик из своей норки (*раскрыть ладошки и показать шарик)* и увидел солнышко. Улыбнулся ежик солнышку *( улыбнуться, раскрыть одну ладошку веером)* и решил прогуляться по лесу. Покатился ежик по прямой дорожке *(прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик),* катился- катился и прибежал на красивую, круглую полянку *( ладошки соединить в форме круга).* Обрадовался ежик и стал бегать и прыгать по полянке (*зажимать шарик между ладошками*) Стал цветочки нюхать(*прикасаться колючками шарика к кончику пальца и делать глубокий вдох)*. Вдруг набежали тучки *(зажать шарик в одном кулачке, в другом, нахмуриться)*, и закапал дождик: кап-кап-кап *(кончиками пальцев в щепотке стучать по колючкам шарика)*. Спрятался ежик под большой грибок (*ладошкой левой руки сделать шляпку и спрятать шарик по ним*) и укрылся от дождя, а когда закончился дождь, то на полянке выросли разные грибы: подосиновики, подберезовики, опята, лисички и даже белый гриб (*показать пальчики*). Захотелось ежику обрадовать маму, собрать грибы и отнести их домой, а их так много…как понесет их ежик? Да, на своей спинке. Аккуратно насадил ежик грибочки на иголки (*каждый кончик пальчика* *потыкать шипиком шарика*) и довольный побежал домой *(прямыми движениями по ладошке раскатывать шарик).*

**Приложение 3.**

**ИГРЫ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ СУ-ДЖОК В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.**

Формы использования Су Джок-методов.

1. диагностика и стимуляция точек соответствия речевых зон головного мозга и органов артикуляционного аппарата;
2. профилактический ручной массаж кистей и стоп (Выбор приемов массажа по Су Джок производиться дифференцированно, в зависимости от состояния и тонуса речевой мускулатуры, массаж точек систем соответствия по Су Джоку предполагает нормализацию мышечного тонуса, способствует ослаблению гиперкинезов, нормализации речевого дыхания);
3. массаж и самомассаж кончиков пальцев, растирание ногтевых пластинок (массаж проводиться с ребенком до стойкого ощущения тепла и незначительного покраснения);

* использование Су Джок массажеров- шариков,пружинок, аппликаторов Кузнецова;
* терапия с помощью семян (закрепление с помощью пластыря на точки системы соответствия семян гречихи, яблочных косточек и т.д; массаж семенами гороха, гречки, фасоли и т.д.)
* жгутотерапия;
* цветотерапия;
* знакомство детей с элементами Су Джок. (Дети очень любят играть в «человечков»: рисуют личико на большом пальце, обыгрывают сюжеты, знакомятся с простейшим строением человеческого организма)

**Практический материал.**

1. ***«Пальчиковый бассейн»***

Материал:

«пальчиковый бассейн» - тазик или коробку с высокими бортиками, заполненную на 10 см фасолью, гречкой или горохом;

поднос для «пальчикового бассейна»

массажный шарик с шипами.

Игровые приемы:

предложить ребенку опустить руки в «пальчиковый бассейн» и потрогать фасолинки, горошек или гречку;

попросить ребенка переложить: фасоль, гречку или гречку горстью, щепоткой, указательным и большим пальцами;

провести пальчиковую гимнастику:

-«согреть фасолинки, горох или гречку» - потереть между ладонями;

-«сжимать и разжимать кулаки с фасолью, гречкой и горохом, держа руки в «бассейне»;

-прижать ладони ко дну «пальчикового бассейна» и, не отрывая их, поочередно поднимать и опускать пальцы;

-«закопать» руки на дно «пальчикового бассейна», перебирая пальцами его содержание;

-предложить ребенку закрыть глаза и достать на ощупь какой-либо определенный предмет или предметы заданной фактуры или формы;

-попросить ребенка опустить в «пальчиковый бассейн» резиновый мячик с шипами, достать его и предложить «помочь ежику почистить иголки» снять с него все фасолинки, горошек или гречку.

1. Игры с крупами (семянотерапия).
2. Материал:

Поднос;

Емкости с различными крупами и песком;

Емкость с отверстием в верхней части – «копилку»;

Крупные бусины двух цветов;

Два высоких пластиковых стакана для пересыпания круп.

Игровые приемы:

-предложить ребенку опустить руки в емкость с крупой и поперебирать ее;

-попросить ребенка закрыть глаза, опустить руку в емкость с крупой и определить ее на ощупь;

-насыпать на поднос тонким равномерным слоем крупу, а затем:

собрать крупу горкой;

ставить на крупе отпечатки ладоней;

* «походить» по крупе пальчиками, оставляя следы;

собрать крупу руками, пальцами с подноса в стакан;

* «покормить птичек» манкой или пшеном;

провести крупой или песочком дорожку от одного домика к другому;

сделать крупой или манкой аппликацию;

перемешать фасоль и горох (гречку и рис) и предложить ребенку разложить их на две кучки.

***3.«Кручу-Верчу»***

Материал:

Резиновые массажные мячики с шипами разного размера, Су Джок шарики, желуди, шишки, орехи, каштаны.

Игровые приемы:

-попросить ребенка сжать Су Джок шарик:

* между ладонями рук;
* в кулачках;
* сильно в кулаке и удержать его в таком положении при счете от 1 до 5, затем под счет от 6 до 10 расслабить руку, удерживая шарик. Повторить несколько раз;
* сильно в кулаке и удержать его в таком положении при счете 1, на счет 2 расслабить руку, удерживая шарик. Повторить несколько раз;

- предложить ребенку:

* разместить какой-либо предмет на тыльной стороне ладони и удерживать его в таком положении при счете от 1 до 10;
* удерживать каштан или желудь поочередно каждым пальцем ведущей руки;
* положить на ладонь Су Джок шарик и дотронуться до него поочередно всеми пальцами этой руки – «пальчики здороваются с шариком»;
* раскрутить желудь или шишку как волчок;

- предложить ребенку перекатывать массажный мячик:

* ладонью руки, расположенной ребром к поверхности стола;
* пальцем одной руки к ладони другой, расположенной ребром к поверхности стола – «футбол»;
* между ладонями рук
* по тыльной стороне кисти;
* с помощью вращательных движений сначала в одну , затем в другую сторону;
* по вертикали;(силу нажима и темп вращения следует постепенно увеличивать)

- показать ребенку как:

* катать горошинку между подушечками двух пальцев;
* взять шарик одной рукой и вращать ее в разных направлениях;
* вращать один шарик вокруг другого, удерживая их одной рукой

- предложить ребенку поднять мелкий предмет со стола:

* Большим и указательным пальцами, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем, не помогая себе другими пальцами;
* Указательными пальцами обеих рук, средними пальцами обеих рук и т.д.;

- насыпать горох на блюдце и попросить ребенка собрать горсть горошин большим и указательным пальцами сначала одной руки, а затем обеих рук, и удержать ее остальными пальцами – «сбор ягод»

Приложение 4

**Комплекс психомоторного развития для детей старшего дошкольного возраста.**

|  |
| --- |
| 1 комплекс |
| 1.Массаж ушных раковин  - помассировать мочки ушей |
| 2.Самомассаж кистей рук  - Подушечки четырех пальцев правой руки установить у оснований пальцев левой руки с тыльной стороны ладони. Пунктирными движениями кожа смещается на 1 см вперед – назад. Постепенно продвигаясь к лучезапястному суставу. Тоже- для левой руки.  - Кисть и предплечье левой руки расположить на столе. Ребром ладони правой руки имитировать «пиление» по всем направлениям тыльной стороны левой ладони («прямолинейное» движение). Тоже – для другой руки. |
| 3. Самомассаж пальцев рук  - массаж большого пальца. ногтевых пластинок всех остальных пальчиков |
| 4. Самомассаж головы  - пальцы рук слегка согнуть, поверхность ногтей и первые фаланги пальцев плотно соприкасаются с поверхностью головы непосредственно за ушами. Ребенок массирует голову обеими руками: навстречу друг другу, от ушей к макушке. |
| 5.Самомассаж лица  - 1 минуту массировать щеки круговыми движениями пальцев; двумя пальцами как бы рисовать круги на подбородке и лобной части лица. Считая при этом до 30.  - Массировать  Верхние и нижние веки, не закрывая глаз (1мин) |
| 6.Глазодвигательные упр  - Голова зафиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Движения глаз по 4 основным ( вверх, вниз, вправ, влево) и 4 вспомогательным направлениям (диагоналям); сведение глаз к центру. |
| 6.Дыхательные упражнения  - Вдох расслабить мышцы живота; начать вдох, «надувая» в животе шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять); пауза (задержка дыхания). Выдох: губы вытянуть трубочкой и с шумом «пить» воздух. |
| 7.Биоэнергоплатика - упражнения для губ  1. «Улыбка» - удерживание губ в улыбке. Зубы не видны. Кисть руки-ладошки перед собой «показали».Пальцы обеих рук раскрыты «веером».  2. «Трубочка» - вытягивание губ вперед длинной трубочкой. Кисть руки-руки перед грудью, пальцы «щепоткой» соединены вместе.  3.«Заборчик» - Верхние и нижние зубы обнажены. Губы растянуты в улыбке. Кисть руки-пальцы рук соединены скрещено между собой, ладони вовнутрь.  4. «Бублик» - зубы сомкнуты, губы округлены и чуть вытянуты вперед. Верхние и нижние резцы видны. Кисть руки-указательными и большими пальцами сделать «кружочек», соединив их вместе.  5. «Орешки» -рот закрыт, кончик языка с напряжением поочередно упирается в щеки, на щеках образуются твердые шарики-«орешки» кисть руки – сжать сильно кулачки  6 «Слоник пьет»- вытянуть вперед губы трубочкой, образовать «хобот слоника» «набирать водичку», слегка причмокивания. Кисть руки – пальчики «щепоткой», приоткрываем при «причмокивании» |
| 8.Кинезиология  «Кулак-ребро-ладонь»: три положении на плоскости стола, последовательно сменяющие друг друга: ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь. |

Приложение №5

**Практическое применение здоровьесберегающих технологий в работе логопеда**

(из опыта работы учителя – логопеда Новиковой И.А.)

**Мышечная релаксация.**

Расслабляющие упражнения проводятся в начале и в конце каждого развивающего познавательного занятия.

*Описание основных упражнений.*

Логопед: На наших занятиях мы будем учиться экономно расходовать свои силы. Силы нужны человеку, чтобы играть, думать, заниматься спортом, правильно говорить, писать, считать. Чтобы хорошо работать, нужно уметь и хорошо отдыхать.

Сядем ближе к краю стула, обопремся о спинку, руки свободно положим на колени, ноги слегка расставим. Это поза покоя, все занятии мы будем начинать с позы покоя.

*Упражнения для расслабления рук, ног, корпуса по контрасту с напряжением.*

«На пляже». Логопед (показывает и объясняет): представьте себе, что ваши руки и ноги загорают. Сидя на стуле, руки и ноги поднимаем, держим… Ноги и руки устали. Опускаем. Ноги и руки свободно отдыхают, расслабились. Слушайте и делайте как я:

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем,

Выше руки поднимаем.

Держим, держим, напрягаем…

Загорели! Опускаем! (Ноги резко опустить на пол, руки - на колени)

Ноги не напряжены,

Руки не напряжены и рассла-а-блены.

«Кораблик». Логопед (показывает и объясняет): представьте себе, что мы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, поставьте ноги на ширину плеч, стопы от пола не отрывайте. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу: сильнее прижмите к полу правую ногу, тело наклоните вправо, и левая нога расслабится. Качнуло в другую сторону: сильнее прижмите к полу левую ногу, тело наклоните влево, и правая нога расслабится. Слушайте и делайте как я:

Стало палубу качать – ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем, а другую – расслабляем

Сядьте и слушайте:

Снова руки на колени, а теперь немного лени…

Напряженье улетело, и расслабилось все тело…

Наши мышцы не устали и еще послушней стали.

«Шарик». Логопед (показывает и объясняет): представьте себе, что мы надуваем воздушный шар. Положите руку на живот. Надуваем живот так, будто это воздушный шар. Мышцы живота напрягаются. Плечи не поднимаются. Выдохнули воздух медленно – будто шарик сдулся. Живот расслабился. Слушайте и делайте как я:

Вот как шарик надуваем и рукою проверяем.

Шарик лопнул – выдыхаем, наши мышцы расслабляем.

Дышится легко, вольно, глубоко

«Любопытная Варвара».

Любопытная Варвара смотрит влево... Смотрит вправо...

А потом опять вперед - тут немного отдохнет.

Шея не напряжена и расслаблена.

А Варвара смотрит вверх! Выше всех, все дальше вверх!

Возвращается обратно - расслабление - приятно!

Шея не напряжена и расслабленна...

А теперь посмотрим вниз - мышцы шеи напряглись!

Возвращается обратно - расслабление приятно!

Шея не напряжена и расслабленна...

*Упражнения для расслабления мышц речевого аппарата – губ, челюстей, языка.*

Проводятся аналогично предыдущим. Образы и техника расслабления подсказываются рифмованным текстом.

«Лягушки»

Вот понравится лягушкам: тянем губы прямо к ушкам!

Потяну – и перестану, но нисколько не устану!

Губы не напряжены и расслаблены.

«Орешек»

Зубы крепче мы сожмем, а потом их разожмем,

Губы чуть приоткрываются, все приятно расслабляется.

«Горка»

Кончик языка внизу, язык горкой подниму.

Спинка языка тотчас станет горочкой у нас!

Я растаять ей велю – напряженья не люблю.

Язык на место возвращается и приятно расслабляется.

*Общее мышечное и эмоциональное расслабление*.

Логопед:

Все умеют танцевать, бегать. Прыгать и играть,

Но не все пока умеют расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая. Очень легкая, простая.

Замедляется движенье, исчезает напряженье.

И становится понятно: расслабление приятно.

Реснички опускаются, глазки закрываются…

Мы спокойно отдыхаем, сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Напряженье улетело и расслаблено все тело.

Будто мы лежим на травке…

На зеленой мягкой травке…

Греет солнышко сейчас, руки теплые у нас.

Жарче солнышко пригрело – и ногам тепло и телу.

Дышится легко, ровно, глубоко.

Губы теплые и вялые, но нисколько не усталые.

Губы чуть приоткрываются, все приятно расслабляется.

И послушный наш язык быть расслабленным привык.

Громче, быстрее, энергичнее:

Было славно отдыхать, а теперь пора вставать.

Крепко пальцы сжать в кулак,

И к груди прижать - вот так!

Потянуться, улыбнуться, глубоко вдохнуть, проснуться!

Распахнуть глаза пошире – раз, два, три, четыре!

Дети встают и хором с логопедом поизносят:

Веселы, бодры мы снова к занятиям готовы.

*Формулы правильной речи.*

Логопед:

Каждый день, всегда, везде, на занятиях, в игре

Ясно, четко говорим, потому что не спешим.

Паузы мы соблюдаем! Звук ударный выделяем!

И легко нам говорить, и не хочется спешить.

Так спокойно, так приятно. Говорим - и всем понятно.

Данные занятия помогают стать ребятам более спокойными и работоспособными. Благоприятствуют созданию радостной и свободной обстановки на занятиях.

Упражнение «Кулачки»: Руки на коленях, кулачки сжаты, / Крепко, с напряженьем, / Пальчики прижаты./ Пальчики сильней сжимаем/ Отпускаем, разжимаем./ Знайте, девочки и мальчики:/ Отдыхают ваши пальчики!

**Дыхательные методики и упражнения.**

*Игры и упражнения на развитие речевого дыхания без участия голоса.*

«Игрушки сели на качели»

Дети лежат на спине – на животе у них игрушки. Вдох через нос – живот надуть максимально, выдох через рот – максимально втянуть живот.

«Кошечка спит».

Дети лежат на спине в состоянии расслабленности и делают несколько спокойных вдохов и выдохов. Затем полностью выдыхают и начинают выполнять трёхфазное дыхание.

«Футбол».

Из кусочка ваты скатать шарик. Это мяч. Ворота - два кубика или карандаша. Ребенок дует на «мяч», пытаясь «забить гол». Вата должна оказаться между кубиками.

«Снегопад». Сделать снежинки из ваты. Предложите ребенку устроить снегопад. Положите снежинку на ладошку ребенку. Пусть сдует ее.

Снег, снег кружится, белая вся улица!

Собрались мы в кружок, завертелись, как снежок.

«Бабочка».

Вырежьте из бумаги несколько бабочек. К каждой бабочке привяжите нитку на уровне лица ребенка. Произнесите вместе с ним русскую народную поговорку:

Бабочка - коробочка, полети на облачко,

Там твои детки — на березовой ветке!

Затем подуть на бабочку длительным плавным выдохом, «чтобы она полетела».

«Шторм в стакане».

Для этой игры необходимы соломинка для коктейля и стакан с водой. Посередине широкого языка кладется соломинка, конец которой опускается в стакан с водой. Ребенок дует через соломинку, чтобы вода забурлила. Следите, чтобы щеки не надувались, а губы были неподвижны.

«Задуй свечу».

Предложите ребенку задуть горящую свечу. Во время выполнения им упражнения необходимо следить за плавностью выдоха и вместе с тем его достаточной интенсивностью.

*Дыхательно–голосовые упражнения и игры на материале гласных и согласных звуков.*

- «Гудок паровоза».

Через нос с шумом дети набирают воздух; задержав дыхание на 1-2 секунды, с шумом выдыхают воздух через губы, сложенные трубочкой, со звуком “у” (выдох удлинен). Упражнение учит дышать в темпе 3-6 раз. Вдох короче, задержка дыхания, выдох длинный.

«Полет самолета».

Дети-самолеты “летают” произнося звук “У”. При выполнении пилотажа взлет – звук направляется к голове, при посадке – звук направляется к туловищу. Упражнение регулирует кровяное давление ребенка, учит дыханию в заданном темпе по представлению.

«Царство ветров».

Дети, изображая ветры (северный – холодный, южный – тёплый, восточный – усиливающийся, западный – затихающий), пропевают звуки разные по высоте, силе, тембру, громкости, модуляции.

Звук У – холодный северный ветер. Звук завывающий (низко).

Звук И – южный тёплый ветер. Звук радостный (высоко, звонко, ровно).

Звук А – ветерок потеплее, восточный, оттуда, где солнышко просыпается. Звук усиливается.

Звук О – западный, оттуда, где солнышко ложится спать.

Звук затухающий от сильного к слабому.

«Жук»

Игрушка жука (или другого летающего насекомого) на длинной нитке (25см), лежащая в яйце (от киндер-сюрприза). дети открывают яйца, а мамы за нитку поднимают жуков. Жуки улетают, а дети пытаются дотянуться и поймать их двумя руками. Жуки летают со звуком «Ж»- мамы и ведущий демонстрируют звук, побуждая детей к подражанию.

*Дыхательно–голосовые упражнения и игры на материале слогов.*

«Умный молоток».

Дети произносят звукоподражание «тук-тук», имитируя забивание гвоздя, в темпе и ритме режима работы.

«Паровоз».

Дети друг за другом выстраиваются «паровозиком». Начинают движение со звукоподражанием «чух-чух-чух». По условному сигналу «паровозик» то ускоряет, то замедляет движение и соответственно речевое сопровождение.

«Дрова».

«На зиму дрова пилили –З-з-з»

И.п.: ноги на ширине плеч, туловище немного наклонено вперед, руки соединены, имитируют движения с пилой – вперед, назад.

«Мы дрова кололи вместе топором –Ух!»

И.п.: ноги на ширине плеч, туловище немного наклонено вперед, руки соединены, имитируют движения с топором - вверх (вдох), вниз (на выдохе «Ух»).

*Дыхательно–голосовые упражнения и игры на материале слов, предложений и фраз.*

«Далеко-высоко».

Логопед. Куда, птицы, летели?

Дети. Далеко-о-о-о!

Логопед. Как, птицы, летите?

Дети. Высоко-о-о-!

Перед словами «далеко» и «высоко» сделать глубокий вдох носом, слова произносить на максимально длинном выдохе.

«Обратный счет».

Сделав полный вдох, посчитать на выдохе. Для самоконтроля ладонь ребенка лежит на грудной клетке, ощущая ее подъем при вдохе:

- десять, девять;

- десять, девять, восемь;

- десять, девять, восемь, семь;

- десять, девять, восемь, семь, шесть.

«Считалочка».

Произносим считалку. Контроль над дыханием: вдох расходуется не в паузах, а только на очередное сочетание слов.

Как за нашим за двором (Вдох.)

Стоит чашка с творогом, (Вдох.)

Прилетели две тетери, (Вдох.)

Поклевали, улетели. (Вдох.)

Поклевали, улетели, (Вдох.)

На лугу зеленом сели. (Вдох.)

Наращивание слов в предложении.

Светит солнышко. (Вдох.)

Светит ясное солнышко. (Вдох.)

Ярко светит ясное солнышко. (Вдох.)

Очень ярко светит ясное солнышко. (Вдох.)

Приложение №6

**Тематика представленных пальчиковых игр**

**с использованием Су – Джок массажера**

(из опыта работы учителя – логопеда Новиковой И.А.)

***Тема « Овощи»***

У девчушки Зиночки овощи в корзиночке,

(Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик)

Вот пузатый кабачок положила на бочок,

Перец и морковку уложила ловко,

Помидор и огурец.

(Дети надевают колечко на пальцы, начиная с большого.)

Наша Зина – молодец!

(Показывают большой палец).

***Тема « Фрукты».***

Этот пальчик – апельсин, он, конечно, не один.

Этот пальчик – слива, вкусная, красивая.

Этот пальчик – абрикос, высоко на ветке рос.

Этот пальчик – груша, просит: « Ну – ка, скушай!»

Этот пальчик – ананас,

(Дети поочередно разгибают пальчики из кулачка, одевая колечко.)

Фрукт для вас и для нас.

(Дети катают шарик по ладошке.)

***Тема « Грибы»***

Я корзинку в лес беру, там грибы я соберу.

(Дети делают ладошку « корзиночкой» и катают шарик.)

Удивляется мой друг: « Сколько здесь грибов вокруг!»

(Показывают удивление, разводят руки в стороны)

Подосиновик, масленок, подберезовик, опенок,

Боровик, лисичка, груздь – не играют в прятки пусть!

Рыжики, волнушки найду я на опушке.

Возвращаюсь я домой, все грибы несу с собой.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

А мухомор не понесу, пусть останется в лесу!

(Большой палец левой руки оставляют, грозят ему.)

***Тема «Поздняя осень».***

Солнышко греет уже еле – еле, перелетные птицы на юг улетели,

Голы деревья, пустынны поля,

Первым снежком принакрылась земля.

Река покрывается льдом в ноябре –

Поздняя осень стоит на дворе.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Ягоды».***

Ягоды – крыжовник, клюква, черника, брусника,

Малина, клубника, шиповник, смородина и земляника

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

Запомнил ягоды я, наконец. Что это значит?

(Поднимают плечи, удивляются.)

Я – молодец!

(Большой палец вытягивают вперед.)

***Тема « Мебель».***

Мебель я начну считать. кресло, стол, диван, кровать,

Полка, тумбочка, буфет, шкаф, комод и табурет.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

Вот сколько мебели назвал.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Одежда».***

Постираю чисто, с толком.

(Дети делают движения кулачками, имитирующие стирку.)

Рубашку, кофту, платье, юбку, сарафан и майку,

А ещё футболку, джинсы, свитерок и брюки.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

Вот устали мои руки!

(Встряхивают обе руки.)

***Тема «Посуда».***

Девочка Иринка порядок наводила.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

Девочка Иринка кукле говорила:

«Салфетки должны быть в салфетнице,

Масло должно быть в масленке, хлебушек должен быть в хлебнице,

А соль, конечно, в солонке!»

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

***Тема « Дикие звери зимой»***

Медведь в берлоге крепко спит, всю зиму до весны проспит,

Спят зимою бурундук, колючий ёжик и барсук.

Только заиньке не спится – убегает от лисицы.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

Мелькает он среди кустов, запетлял и был таков.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Новый год»***

Праздник приближается, ёлка наряжается.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

Мы развешали игрушки, бусы, шарики, хлопушки.

А здесь фонарики висят, блеском радуют ребят.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

***Тема « Зимние забавы»***

Что зимой мы любим делать .

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

В снежки играть, на лыжах бегать,

На коньках по льду кататься, вниз с горы на санках мчаться.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

***Тема «Транспорт»***

Будем мы с тобой играть, будем транспорт называть

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

Автомобиль и вертолет, трамвай, метро и самолет,

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

Пять пальцев мы в кулак зажмем,

Пять видов транспорта мы назовем.

(Дети сжимают пальцы в кулачок.)

***Тема « Животные жарких стран».***

За мамой слонихой шагает слоненок,

За крокодилихой – крокодиленок,

За львицей шагает маленький львенок,

За верблюдицей бежит верблюжонок,

За зеброй спешит полосатый зебренок,

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

За кем же торопится каждый ребенок.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Животные Севера»***

Тепы – тяпы, тепы – тяпы,

Это ласты, а не лапы.

У тюленей ласты эти

Носят мамы, папы, дети.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Дикие животные весной»***

Это зайчонок, это бельчонок, это лисенок, это волчонок,

А это спешит, ковыляет спросонок бурый, мохнатый,

Смешной медвежонок.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

***Тема « Домашние птицы».***

Есть у курицы цыпленок, у гусыни есть гусенок,

У индюшки – индюшонок,

А у утки есть утенок.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

У каждой мамы малыши

Все красивы, хороши!

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Домашние животные».***

Довольна корова своими телятами,

Овечка довольна своими ягнятами,

Кошка довольна своими котятами,

Кем же довольна свинья, поросятами!

Довольна коза своими козлятами,

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

А я довольна своими ребятами!

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Перелетные птицы».***

Тили – тели, тили – тели,

С юга птицы прилетели!

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

Прилетел к нам скворушка – серенькое перышко.

Жаворонок, соловей, торопились, кто скорей.

Цапля, лебедь, утка, стриж, аист, ласточка и чиж –

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

Все вернулись, прилетели,

Песни звонкие запели !

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

***Тема « Подводный мир».***

Посмотри скорей вокруг!

Что ты видишь, милый друг.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

Здесь прозрачная вода, плывет морской конек сюда,

Вот медуза, вот кальмар, это рыба шар.

А вот расправив восемь ног,

Гостей встречает осьминог.

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)

***Тема « Насекомые».***

Дружно пальчики считаем – насекомых называем.

(Дети катают Су – Джок между ладонями.)

Бабочка, кузнечик, муха, это жук с зеленым брюхом.

Это кто же тут звенит, ой, сюда комар летит!

(Поочередно надевают колечко на пальчики, начиная с мизинца правой руки.)