

ГИМНАСТИКА МОЗГА. НЕЙРОГИМНАСТИКА И ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ КИНЕЗИОЛОГИЯ

Л. А. Зайчикова

учитель-логопед МДОУ «Детский сад комбинированного вида № 65»

г. Саратов, Россия

lora71az@gmail.com

Н. В. Смолина

музыкальный руководитель МДОУ «Детский сад комбинированного вида №

65» г. Саратов, Россия

smolina.natalya.1963@yandex.ru

Аннотация. В статье обсуждаются проблемы развития мышечного тонуса речевого аппарата детей, обучающихся в логопедической группе. Говорится о роли нейрогимнастики при постановке нарушенных звуков речи. Отмечается необходимость использования музыки для развития межполушарных связей для более качественного осуществления коррекционного процесса. Приводятся примеры игровых упражнений на логопедических занятиях с использованием музыки.

Ключевые слова: дети с нарушением речи, нейрогимнастика, кинезиология, игровые методы коррекции звукопроизношения.

BRAIN GYMNASTICS. NEUROHYMNASTICS AND EDUCATIONAL KINESIOLOGY

L. A Zaichikova

teacher-speech therapist MDOU "Kindergarten of combined type No. 65"

Saratov, Russia

lora71az@gmail.com

N. V. Smolina

music director of MDOU "Kindergarten of combined type No. 65", Saratov, Russia

smolina.natalya.1963@yandex.ru

Abstract. The article discusses the problems of the development of the muscle tone of the speech apparatus of children studying in the speech therapy group. It talks about the role of neurohymnastics in the production of disturbed speech sounds. The necessity of using music for the development of interhemispheric connections for a better implementation of the correctional process is noted. Examples of game exercises in speech therapy classes using music are given.

Keywords: children with speech disorders, neurohymnastics, kinesiology, game methods of correction of sound reproduction.

Проблема развития, обучения и воспитания детей дошкольного возраста становится особенно значимой в условиях, когда общество переживает демографическую катастрофу. В настоящее время возросла доля детей с различными видами патологии. Особую категорию составляют аномалии развития, сопровождающиеся расстройствами речи. Проблемой этих детей, как правило, бывает некоторое отставание в развитии, которое желательно преодолеть к началу их обучения в школе.

Формами такой работы могут стать комплексы нейрогимнастики, кинезиологической и дыхательной гимнастик, точечного массажа, растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию и массаж. Они помогут предупредить возникновение простудных заболеваний, повысить общий жизненный тонус, укрепить психофизиологическое здоровье детей 4—7 лет и, в целом, обеспечить полноценное и гармоничное развитие дошкольников.

Нейрогимнастика, кинезиология – это популярное название двигательной нейропсихологической коррекции (или сенсомоторной коррекции). Это немедикаментозный вид помощи детям, имеющим различные неврологические заболевания и синдромы, такие как: ЗПР, СДВГ, РАС, алалия, дизартрия и другие. Представляет совокупность медицины,

педагогики, психологии, коррекционной и специальной педагогики, логопедии, музыки и многих других. [1, с. 150]

Музыка в коррекционном процессе логопедических групп детского сада занимает особое место. Прежде всего, это объясняется тем, что восприятие и речи, и музыки осуществляется единой анализаторной системой, поэтому есть предположение о том, что недостатки одной системы восприятия (речевой) можно компенсировать с помощью элементов другой (музыкальной). [4]

Использование музыки в качестве коррекционного средства для детей с речевыми нарушениями осуществляется с помощью различных методик, одной из которых, с мой популярной, является логопедическая ритмика. Речевое развитие дошкольников логопедических групп детского сада с любым речевым диагнозом характеризуется рядом особенностей: более поздние сроки появления речи и медленное накопление активного словаря, речь лишена эмоциональности, лицо амимично, голос детей слабый и вялый или, наоборот, громкий и крикливый.

Систематические упражнения, тренирующие движения пальцев рук, наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи, являются мощным средством повышения работоспособности коры головного мозга. Почти у всех детей, находящихся в логопедическом детском саду, можно наблюдать различные двигательные расстройства функций артикуляторного аппарата, мимической, ручной и общей моторики, которые выражаются в неточности, слабости движений и быстрой утомляемости. [3]

Артикуляционная моторика характеризуется нарушением статики и динамики артикуляторных движений. Среди движений, отражающих состояние статической координации, наиболее сложными для выполнения являются произвольные движения языка, динамической – воспроизведение одновременных движений. Отмечаются добавочные движения, повторения движений, перестановки, нарушения оптико-пространственных координаций.

Имеются наблюдения, свидетельствующие о том, что для детей в логопедическом саду характерны нарушения целого ряда психических

процессов. У них снижен уровень устойчивости и переключаемости внимания, они не могут длительно концентрировать внимание, правильно распределять и удерживать его на определенном объекте. Слабость процессов запоминания слов связана не только с затруднением выработки условных рефлексов, ослаблением внимания, но и, возможно, с нарушением фонематического слуха, возникающего вследствие недоразвития звукопроизношения.

Интонация в музыке – это способность фонационного аппарата реагировать на высоту звука. Интонация в речи – это более широкое понятие, которое не ограничивается только изменением высоты звука. Под интонацией подразумевается совокупность произносительных средств языка, организующих звуковую речь, в основе которой лежат ритмико – мелодические единицы, главные из которых – изменение скорости и темпа произнесения (сила и длительность), модуляция высоты голоса (тембр) и распределение пауз, мелодика (изменение частоты голоса). [2, с. 276]

За норму звучания принимается голос средней громкости, среднего регистра, звонкий, сильный, мелодичный, естественный, передающий все оттенки мыслей и чувств, все интонационное богатство языка.

Такие игровые методы как выполнение артикуляционных упражнений с использованием элементов нейрогимнастики являются основой развития интеллекта и служат для передачи информации из одного полушария в другое, что позволяет ускорить коррекционный процесс. Чем сложнее движение, тем лучше развивается мозг ребенка. А это – память, внимание, мышление, речь и что не маловажно в дальнейшей работе по постановке звука выработку самоконтроля [4]

Применение данного метода способствует: формированию правильного звукопроизношения; улучшению мелкой и крупной моторики; развитию памяти, внимания, речи, пространственных представлений; снижению утомляемости; повышению способности к произвольному контролю; профилактике соматических заболеваний; адаптации леворукого ребенка в

праворуком мире; развитию межполушарной специализации, межполушарного взаимодействия, синхронизации работы полушарий.

Правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие.

Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей. Построенные кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

Существуют различные комплексы артикуляционной гимнастики. И один из них — это общий комплекс артикуляционной гимнастики. Направлена на тренировку, выработку подвижности, укрепление мышц всего речевого аппарата. Он проводится на первоначальном этапе. Далее подключаем упражнения, необходимые для постановки нарушенных звуков (свистящие, соноры, шипящие). [1, с. 230]

Соединение кинезиологических упражнений с музыкой усиливает эффект и дает потрясающий результат. Упражнения необходимо проводить ежедневно. С начала детям с раннего возраста учить выполнять пальчиковые игры от простого к сложному.

Особенности проведения занятий:

1. занятия проводятся утром;
2. занятия проводятся ежедневно, без пропусков;
3. занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
4. от детей требуется точное выполнение движений и приемов;

Двигательная нейропсихологическая коррекция включает в себя следующие комплексы упражнений: дыхательные упражнения: насыщают мозг кислородом; растяжки: работа с мышечными дистониями и гипертонусом.

Напряженные мышцы при гипертонусе, например, сообщают мозгу о том, что организм находится в стрессе и к обучению (получению новых

знаний) не готов. Как только мышцы во время растяжки расслабились – наш мозг готов к обучению и лимбическая система воспринимает их как приключенческий и познавательный опыт и сигналы беспрепятственно поднимаются к коре мозга.

Упражнения на развитие межполушарных связей: для согласованной работы обеих полушарий, для развития аналитико-синтетической деятельности мозга, для развития произносительной и понимающей части речи, для улучшения скорости переработки информации. [3]

Упражнения на развитие мелкой моторики и зрительно-моторной координации развивают глазодвигательные функции у детей, совершенствуют точность движений, моторную ловкость, расширяют зрительное поле, делают взгляд живым, позволяют тренировать быстрый приём информации через зрительный анализатор, подготавливают руку к письму, корректируют почерк.

Упражнения на развитие ловкости и координации движений; пространственной ориентации и формирование схемы тела: на занятиях, выполняя различные упражнения, улучшаются функции сенсорной интеграции, ребенок лучше чувствует свое тело, тем самым развивается плавность движений, ловкость.

По мере овладения упражнениями, ребенок становится более уверенным в себе, и таким естественным образом улучшается эмоциональное состояние ребёнка. Эмоции, за которые отвечает лимбическая система в головном мозге, определяют разрядку нейропередатчиков, которые усиливают или ослабляют наш иммунитет. Радость, горе, удивление – все это влияет на нашу иммунную систему. [2, с. 279]

Грамотное использование музыки помогает улучшить функционирование высших нервных процессов. Важно окружить ребенка музыкой погрузить в мир сказки, фантазии, творчества. Занятие можно начинать с музыкальных упражнений: **«Музыкальная горячая картошка»**. Участникам предлагается играть на музыкальном инструменте по очереди.

Как только один из участников прекращает игру - другой участник должен продолжить играть. Если одновременно начали играть два и более участника - упражнение останавливается и начинается с начала.

«Парная импровизация». Участников просят разбиться на пары и поиграть вместе друг с другом, при чем один из участников играет "ведущую" роль, задает общий темп и настроение импровизации, второй - подстраивается. По сигналу ведущего роли меняются.

«Свободная импровизация». Это упражнение рекомендуется давать "подготовленной" и "разогретой" группе, так оно требует определенных навыков и высокого уровня спонтанности. Участникам предлагается исполнить импровизационную композицию без привязки к определенной теме. Каждый из участников по очереди становится "инициатором" импровизации, то есть начинает и заканчивает импровизацию, задает характер и настроение музыки.

«Городской оркестр». Участникам предлагается представить большой город, со всеми его звуками. Затем, с помощью музыкальных инструментов, сыграть те или иные звуки, характерные для города. Например - шум машин, людские голоса, звуки ветра. Постепенно усложняя задание, добавляем речевое сопровождение, фоновую музыку. *«Лягушка хочет в пруд, Лягушке скучно тут, А пруд зарос травой, Зеленой и густой».*

«Ухо – нос».левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот». Речевое сопровождение: *«Села на нос мне, на правое ухо – Лезет назойливо черная муха. Снова на нос, но на левое ухо- Кыш, улетай от меня, Цокотуха!»*

«Бабочка». Скрестить запястья обеих рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы прямые. «Бабочка сидит». Ладони прямые и напряжены. Пальцы не сгибать. Легким, но резким движением рук в запястьях имитировать полет бабочки. Речевое сопровождение: *«Бабочка-коробочка, улетай под облачко. Там твои детки на березовой ветке»*

«Зеркальное рисование». *«Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально- симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки.»*

«Дирижер». *«Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка). Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями, и всей рукой целиком»*

Таким образом, можно сделать вывод о том, что с помощью особых приемом и «технологий» на музыкальных занятиях можно воспитывать не только эстетическое чувство и приобщать ребенка к культуре и искусству, но, и возможно развивать голос, чувство ритма, интонацию и выразительность речи, что является специфичным для детей с нарушениями речевого развития.

Список использованных источников:

1. Деннисон П. Гимнастика мозга // Книга для учителей и родителей. СПб: Весь, 2020. - 320 с.
2. Касымова Д.А. Гимнастика для мозга - ключ к развитию способностей ребенка // Сборн. Педагогическая наука и педагогическое образование в классическом университете. Уфа, 2020, С. 275-280.
3. Педяш Н. Т. Что такое нейрогимнастика и зачем она нужна. <https://www.b17.ru/article/117813/> (дата обращения: 17.04.2022)
4. Тевелев В. М. Расстройство когнитивных функций у детей и отставание в развитии <https://matzpen.ru/articles/diagnostika/rasstroystva-kognitivnykh-funktsiy-i-otstavanie-v-razvitiu-u-detey/> (дата обращения: 17.04.2022)