

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
дополнительного образования
муниципального образования город Краснодар
«Детский морской центр имени адмирала Федора Федоровича Ушакова»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
на тему: «Кинезиология в коррекции детской речи. Движение и речь»

Номинация: «Мои методические находки»
(социально-гуманитарная направленность)

ПОДГОТОВИЛА:
Ядикарян Гаянэ Оганесовна,
педагог дополнительного образования

г. Краснодар, 2023

СОДЕРЖАНИЕ:

1. Пояснительная записка.....	3
2. Глава. 1. Роль кинезиологических упражнений в развитии ребенка ..	4
3. Глава 2. Комплекс кинезиологических упражнений	5
4. Список литературы.....	8

Пояснительная записка

Развитие мозга ребенка соответствует
двигательным навыкам.
Этому же закону подчиняется и речь,
а речь – средство развития интеллекта
О.И. Крупенчук

Актуальность. В последнее время число детей с нарушениями речи растет. Постоянно растущее число детей с нарушениями в физическом и психическом развитии ставит перед педагогом задачу поиска эффективных форм, методов и приемов профилактики и укрепления здоровья детей, развития речи в условиях образовательного учреждения. Формами такой работы могут стать комплексы кинезиологических упражнений.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие, синхронизируя работу полушарий, улучшая мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. Нам известно, что за деятельность правой руки отвечает левое полушарие и наоборот. Дошкольный возраст наиболее благоприятный период для развития мозговых структур, так как кора больших полушарий еще окончательно не сформирована. Используя в работе с детьми специально подобранные задания, выполняя которые ребенок задействует правую руку, левую руку или выполняет задания одновременно двумя руками, мы создаем условия для улучшения взаимодействия в работе правого и левого полушария.

Польза кинезиологических упражнений:

- Кинезиологические упражнения развивают двухполушарное мышление, повышают обучаемость и помогают избавиться от неуспешности.
- Развивают речь, а также крупную и мелкую моторику.
- Развивают интеллектуальные и творческие способности.
- Улучшают долговременную и кратковременную память.
- Формируют пространственные представления.
- Облегчают процесс чтения и письма.

Цель методической разработки – это поделиться с коллегами комплексом кинезиологических упражнений, которые направлены на развитие межполушарного взаимодействия, синхронизацию работы полушарий, на улучшения мыслительной деятельности, на улучшения запоминания, повышении устойчивости внимания, на облегчение процесса письма.

Задачи:

- изучить литературы по данной теме;
- представить комплекс кинезиологических упражнений.

Методическая разработка направлена на использование кинезиотерапии в коррекционно-педагогической работе с детьми, имеющими речевые нарушения и предназначена для использования учителями-логопедами, воспитателями, родителями.

Глава 1. Роль кинезиологических упражнений в развитии ребенка

Речь – это не прирожденный дар. Все начинается с детства. Хорошо развитая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Учеными и практиками было замечено, что речевые способности ребенка зависят не только от артикуляционного аппарата, но и от движения рук. Тренировка пальцев рук влияет на созревание речевой функции. К общепринятым артикуляционным и пальчиковым упражнениям добавляются нетрадиционные упражнения, которые носят игровой характер и вызывают положительные эмоции.

Благодаря двигательным упражнениям для пальцев происходит компенсация левого полушария и активизация межполушарного воздействия. В процессе выполнения сочетанных упражнений ребёнок учится произвольно управлять своим телом. Развитие и совершенствование движений идет с проксимодистальным законом: вначале ребёнок овладевает движениями частей тела ближних (проксимальных) по отношению к средней линии тела, а затем- дальних (дистальных). Движения ребёнка неразрывно связаны с развитием пространственных и временных представлений.

Кинезиологические упражнения проводятся в любые режимные моменты в качестве динамических пауз. Время проведения 3-5 минут, в общей сложности это может составлять до 25-30 минут в день.

Дыхательные упражнения снимают мышечное напряжение и эмоциональную зажатость. Способствуют развитию и укреплению голоса, умению управлять им. Но не рекомендуется детям с повышенной судорожной готовностью. Правильное дыхание гармонизирует психическое и физическое состояние человека.

Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, совершенствуются все функции внимания. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие, например, глаза вправо-язык влево.

Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения, а также оказывает поддержку развитию внимательности и укреплению памяти.

В комплекс входят упражнения на равновесие. Равновесие позволяет человеку делать целенаправленные движения и контролировать своё тело во всех видах деятельности. Процесс любого движения обусловлен сохранением чувства равновесия. Отсутствие равновесия может, к примеру, мешать сидеть ровно, вызывая ёрзанье. Навыки крупной моторики служат подоплёкой для

централизованного внимания. Физические навыки обеспечивают условия для постоянной поддержки пространственной ориентации, что приводит к фокусированию внимания на объектах. Учителя, воспитатели и родители по всему миру признают, что академическая успеваемость и физическая активность взаимосвязаны. Всего несколько минут упражнений помогают подготовиться к тому, чтобы спокойно сидеть, внимательно слушать и сосредоточиваться на новых знаниях.

Глава 2. Комплекс кинезиологических упражнений

Из всего многообразия комплексов, предложенных авторами практической кинезиологии, на занятиях мною использовались следующие кинезиологические упражнения, которые можно проводить на различных этапах занятия.

Глазодвигательные упражнения:

Движения по четырём направлениям и диагоналям. Упражнение совершается в медленном темпе (от 3 до 7 с) с фиксацией в крайних положениях.

Движения по четырём направлениям и диагоналям с дыханием. На фазе глубокого вдоха сделать движение глазами, затем, удерживая в крайнем положении на фазе задержки дыхания, возврат в исходное положение с пассивным выдохом. Упражнение выполняется с легко прикушенным языком.

Движения глазами по четырём направлениям с привлечением движения языка (глаза и язык вправо - вдох, пауза, в исходное положение - выдох и т. д.).

Упражнение «Восьмёрка». Упражнение для оптимизации навыков письма. Закрывать глаза. Пальцами одной руки проведите перед глазами горизонтальную восьмёрку. Следуйте закрытыми глазами за движениями пальцев. Продолжайте рисовать, увеличивая размеры восьмёрки. Отдохните и откройте глаза.

Двигательные упражнения:

Кулак - ребро - ладонь. Три положения руки последовательно сменяют друг друга. Ребёнок повторяет 8–10 раз. Выполнение руками сначала поочерёдно, затем совместно.

Колечко. Поочерёдно и как можно быстрее ребёнок перебирает пальцы рук, соединяя кольцо с большим пальцем все остальные по очереди в прямом и обратном направлении. Выполнение сначала руками поочерёдно, затем совместно. 8–10 повторений.

Лягушка. Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на столе ладонью вниз. По очереди менять положение рук. Совмещать с движением языка влево, вправо. 8–10 повторений.

Лезгинка. Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развёрнут пальцами к себе так, что большой палец указывает налево. Правая рука вытянутыми пальцами прикасается к мизинцу левой

руки, ладонь смотрит вниз. После этого одновременно меняется положение правой и левой рук в течение 6–8 смен позиций с ускоряющимся темпом.

Упражнения на дыхание:

Нырятьщик. Исходное положение - стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть - открыть нос и сделать выдох.

Кулачки. Сжать пальцы в кулак с загнутыми внутрь большими пальцами. Сделать выдох, не торопясь, сжать кулак с усилием. Затем, ослабляя усилие, сделать вдох. Повторить 5 раз с закрытыми глазами.

Свеча. Исходное положение - сидя за партой. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечки маленькими порциями воздуха.

Перекрёстные движения:

Ухо - нос. Лево́й рукой взяться за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо, нос и хлопнуть в ладоши. Поменять положение рук.

Мельница. Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперёд, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1–2 минуты. Дыхание произвольное.

Перекрёстное марширование. Медленно шагать попеременно касаясь то правой, то левой рукой до противоположного колена, чередовать с односторонними касаниями.

Упражнения на релаксацию (телесная):

Огонь и лёд. По команде «огонь» - интенсивные движения телом, по команде «лёд» - замереть, сильно напрягая мышцы. Выполнить 6–8 раз.

Сорви яблоко. Исходное положение - стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растёт яблоня с чудесными яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда их не удаётся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. То же самое провести для левой руки.

Тряпичная кукла и солдат. Исходное положение - стоя. Ребята, полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку, как солдат. Застыньте в этой позе и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперёд и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и негнущегося. Повторить 5–8 раз.

Упражнения на равновесие:

Упражнения на равновесие усложняются постепенно, придерживаясь принципа от простого к сложному.

Например, дети сначала учатся выполнять ходьбу между линиями на полу, потом по массажной дорожке, по доске, положенной на пол, по низкому мостику, перешагивать через предметы на дорожках, приседать, ходить не только вперед, но и боком.

Упражнение с большим мячом - фитболом - очень хорошо развивают баланс и равновесие.

Прыжки на батуте – великолепное упражнение для продвинутой тренировки координации и вестибулярного аппарата как для детей, так и для подростков.

Качели и горки – ключевой, важнейший и древнейший способ тренировки детской координации.

Исходя из работ исследователей в области кинезиологии и практической работы с детьми, в том числе и моих наблюдений, можно утверждать, что использование кинезиологических упражнений плодотворно и благоприятно влияет на развитие психических процессов и речи у детей.

Таким образом, использование кинезиологического метода в работе с дошкольниками положительно влияет на формирование словесной речи ребенка, на его эмоциональное здоровье, у детей повышается речевая активность. Они быстро овладевают речью как полноценным средством общения и познания окружающей действительности. Применяя в работе данную методику, будем достигать наилучших результатов в развитии детей.

Список литературы:

1. Деннисон П. и Г. «Гимнастика мозга». Книга для учителей и родителей. – СПб.: ИГ «Весь», 2019. – 320 с.
2. Крупенчук О.И., Витязева О.В. Движение и речь: Кинезиология в коррекции детской речи. – СПб.: Издательский дом «Литера», 2019. – 48 с.
3. Коноваленко С.В., Кременецкая М.И. Развитие психофизиологической базы речи у детей дошкольного возраста с нарушениями развития. – 2-е изд., перераб. и дополн. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2018. – 128 с.
4. Павлова Л.Н. Раннее детство: Развитие речи и мышления: Методическое пособие. -М: Мозаика-синтез, 200-163 с.
5. Шанина Г. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., ВНИИФК, [Электронный ресурс] - <https://infourok.ru/ispolzovanie-kineziologicheskikh-uprazhneniy-dlya-razvitiya-detey-doshkolnogo-vozrasta-976675.html>