

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №3
муниципального образования Тимашевский район

Что такое биоэнергопластика?

Подготовлено учителем-логопедом Балацкой Е.В.

Биоэнергопластика и кинезиологические упражнения в коррекционной работе с детьми в логогруппе

Благоприятный период для развития интеллектуальных, речевых, творческих возможностей человека – до 9 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована. Именно в этом возрасте необходимо развивать память, восприятие, мышление, и, особенно, речь.

Хорошая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребёнка речь, тем легче ему высказать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее отношения со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие. Развитие речи – её звуковой стороны, словарного состава, грамматического строя – одна из важнейших задач обучения детей в начальной школе. Вместе с тем, работа по развитию речи – это составная часть логопедической работы, которая направлена на коррекцию речи детей. В системе занятий реализуется основной принцип специального образования – принцип коррекционной направленности при соблюдении триединой задачи, а именно: коррекционное воспитание, коррекционное развитие, коррекционное обучение.

Многие авторы (М.М.Кольцова, Е.И.Исенина, Л.В.Антакова-Фомина и др.) отмечают взаимосвязь и взаимозависимость речевой и моторной деятельности, поэтому при наличии речевого дефекта у детей с ОВЗ особое внимание необходимо обратить на стимулирующую роль тренировки тонких движений пальцев. Уровень развития речи детей находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук. Ещё раз можно убедиться в уникальности и мудрости опыта наших предков. Задолго до открытия учёными взаимосвязи руки и речи они придумали и передавали из одного поколения в другое народные потешки: “Сорока-белобока”, “Ладушки-ладушки” и т.д.

Формирование словесной речи ребёнка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности. Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи. Чтобы достичь более быстрых результатов, когда работаю над постановкой звуков у школьников с ОВЗ, и, чтобы занятия становились всё более занимательными и увлекательными, применяю такой метод как *биоэнергопластика* – это содружественное взаимодействие руки и языка.

По данным Ястребовой А.В. и Лазаренко О.И. движения тела, совместные движения руки и артикуляционного аппарата, если они пластичны, раскрепощены и свободны, помогают активизировать естественное распределение биоэнергии в организме. Это оказывает чрезвычайно благотворное влияние на активизацию интеллектуальной деятельности детей с ОВЗ, развивает координацию движений и мелкую моторику.

Использование биоэнергопластики существенно ускоряет исправление неправильно произносимых звуков у детей с нарушенными кинестетическими ощущениями, потому что работающая ладонь во много раз усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка. [Я подбираю движение руки под любое артикуляционное упражнение. Важно не то, что будет делать ребенок, а то, как он это сделает. Объясняю каждому ребенку, что его язычок и ладонь при выполнении артикуляционных упражнений должны работать одновременно, ритмично. Этот метод дети воспринимают как игру. Всем известно, что в качестве самого эффективного метода на логопедических занятиях выступает игровой метод. Это связано с тем, что игровые методики, включая в себя практически все формы работы, предоставляют широкие возможности для творческой деятельности, интеллектуального развития ребёнка. Когда знакомя детей с новым артикуляционным упражнением, они сами могут предлагать движение руки. Заметила, что в этом случае, ребятам больше нравится выполнять упражнения. Такие игры дополнительно стимулируют ребёнка к выполнению задания.

Предлагаю примеры некоторых **артикуляционных упражнений** с использованием биоэнергопластики .

- Динамические упражнения нормализуют мышечный тонус, переключаемость движений, делают их точными, легкими, ритмичными.
- Статические упражнения способствуют развитию мышечной силы, динамической организации движения, помогают ребенку принять правильную артикуляционную и пальчиковую позу.
- “Птенчики”- четыре сомкнутых пальца ладонью вниз, большой палец прижат к указательному. Рот открывается, большой палец опускается вниз, четыре пальца поднимаются вверх
- “Часики” - сжатая и опущенная вниз ладонь, которая движется под счет влево - вправо.
- “Качели” - движение ладони с сомкнутыми пальцами вверх вниз
- “Улыбка” - пальчики расставлены в стороны, как лучики солнышка. Под счет 1 – пальчики расправляются и удерживаются одновременно с улыбкой 5 сек., на счет 2 –ладонь сворачивается в кулак.
- “Хоботок” - ладонь собрана в щепоть, большой палец прижат к среднему.
- “Иголочка”, “Змейка” - пальцы сжаты в кулак, указательный выдвинут вперед .
- “Лопаточка” - большой палец прижат к ладони сбоку, сомкнутая, ненапряженная ладонь опущена вниз.
- “Чашечка” - пальцы прижаты друг к другу, имитируя положение “чашечки”

- “Парус” - сомкнутая ладонь поднята вверх.
- “Горка” - согнутая ладонь опущена .

Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например ходьбе, покачивании ног, постукивании карандашом по столу и др. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно – развивающие и формирующие программы! Вот почему следует помнить, что неподвижный ребёнок не обучается!

Исследованиями учёных Института физиологии детей и подростков АПН была подтверждена связь интеллектуального развития и пальцевой моторики. Систематические упражнения по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи являются, по мнению М.М.Кольцовой, “мощным средством повышения работоспособности головного мозга”.

Предлагаю еще одну методику, которая позволяет выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга. **Кинезиология** – наука о развитии головного мозга через движение, наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. (Кинезиология существует уже 2000 лет, используется во всём мире. Кинезиологическими упражнениями пользовались Аристотель и Гиппократ. Своей молодостью и красотой Клеопатра также была обязана кинезиологии.

Для стимуляции интеллектуального развития возможно применение кинезиологических упражнений. Развивая моторику, мы создаём предпосылки для становления многих психических процессов. Работы В.М.Бехтерева, А.Н.Леонтьева, А.Р.Лурия, Н.С.Лейтеса, П.Н.Анохина, И.М.Сеченова доказали влияние манипуляций рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения; при более интенсивной нагрузке (в допустимых пределах), более значительные изменения.

Кинезиологические методы влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики. В частности, применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. В ходе систематических занятий по

кинезиологическим программам у ребёнка исчезают явления дислексии, развиваются межполушарные связи.

Кинезиология – это методика сохранения здоровья путём воздействия на мышцы тела, т.е. путём физической активности.

В связи с улучшением интегративной функции мозга у многих детей при этом наблюдается значительный прогресс в способностях к обучению, а также управлению своими эмоциями.

Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учении, и решить проблему неуспешности.

В случае, когда детям предстоит интенсивная умственная нагрузка, рекомендуется перед подобной работой применять кинезиологический комплекс упражнений.

Кинезиологические упражнения вызывают у детей положительные эмоции. С каким удовольствием и азартом дети рассказывают в школе о том, что дома их выполняли всей семьёй, устроив соревнования, в которых победителем становился, конечно же, сам ребёнок, имеющий уже достаточно большой опыт в их выполнении.

Таким образом, роль стимула развития центральной нервной системы, всех психических процессов, и в частности речи, играет формирование и совершенствование тонкой моторики кисти и пальцев рук.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо учитывать определённые условия:

- 1 занятия проводятся ежедневно, без пропусков;
- 2 занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- 3 от детей требуется точное выполнение движений и приёмов;
- 4 упражнения проводятся стоя или сидя за партой;
- 5 алгоритм проведения любого занятия должен включать набор упражнений, активизирующих работу разных полушарий и развивающих их взаимодействия.

Необходимо помнить о комплексном подходе и во время каждого занятия применять упражнения из следующих групп: упражнения на развитие тонкой моторики кистей рук, координации движений, графических навыков и пространственной ориентации; упражнения на развитие различных видов восприятия внимания и памяти; дыхательно – координационные упражнения; упражнения для профилактики нарушения зрения; упражнения, формирующие различные виды мыслительных операций .

Примеры кинезиологических упражнений:

- “Колечко”. Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнения выполнять, начиная с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. Выполнять нужно каждой рукой отдельно, затем обеими руками вместе.
- “Кулак – ребро – ладонь”. На столе, последовательно, сменяя, выполняются следующие положения рук: ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак и ладонь ребром на столе. Выполнить 8-10 повторений. Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.
- “Лезгинка” Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течение 6-8 раз
- “Зеркальное рисование”. Положите на стол чистый лист бумаги. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки (гриб под елью, квадраты, треугольники, горизонтальные линии), буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.
- “Ухо – нос”.левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук “с точностью до наоборот”.

“Змейка”. Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и чётко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы рук.

“Горизонтальная восьмерка”. Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев, хорошо выдвинутым изо рта языком.