

*Шмырёва Валентина Александровна
студентка 2 курса магистратуры,
факультет психолого-педагогического и специального образования
Томский государственный педагогический университет,
Россия, г. Томск
e-mail: bayanova87@yandex.ru*

*Научный руководитель: Сергеева А.И., старший преподаватель,
кандидат педагогических наук
Томский государственный педагогический университет,
Россия, г. Томск*

КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ, КАК ТЕЛЕСНО ОРИЕНТИРОВАННЫЙ МЕТОД, В ПРЕОДОЛЕНИИ СТЁРТОЙ ДИЗАРТРИИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: В статье рассматривается кинезиология, как эффективный метод развития речевых процессов у дошкольников со стёртой формой дизартрии. Кинезиологические упражнения призваны влиять на развитие всей познавательной деятельности, играют значимую роль в коррекции и развитии речи путем создания баланса между интеллектом, чувствами и ощущениями. Автор статьи подробно проанализировал применение некоторых кинезиологических упражнений в коррекционной логопедической работе.

Ключевые слова: кинезиологические упражнения, стёртая форма дизартрии, гармонизация полушарий головного мозга, речевые процессы, телесно-ориентированные методы.

*Shmyreva Valentina Aleksandrovna
2nd year master student,
Faculty of Psychological, Pedagogical and Special Education,
Tomsk State Pedagogical University,
Russia, Tomsk*

*Scientific adviser: Sergeeva A. I.,
senior lecturer,
Candidate of Pedagogical Sciences, Tomsk State Pedagogical University,
Tomsk, Russia*

KINESIOLOGICAL EXERCISES, AS A BODY-ORIENTED METHOD, IN OVERCOMING ERASED DYSARTHRIA IN OLDER PRESCHOOL CHILDREN

Abstract: *The article considers kinesiology as an effective method for the development of speech processes in preschool children with an erased form of dysarthria. Kinesiological exercises are designed to influence the development of all cognitive activity, play a significant role in the correction and development of speech by creating a balance between intelligence, feelings and sensations. The author of the article analyzed in detail the use of some kinesiological exercises in correctional speech therapy work.*

Keywords: kinesiological exercises, erased form of dysarthria, harmonization of the cerebral hemispheres, speech processes, body-oriented methods.

На сегодняшний день отмечается широкое распространение речевых расстройств у детей дошкольного возраста, в частности, дизартрии, которая проявляется у детей в виде искажения, смещения, замены и пропусков звуков [1, с. 81].

Эта тенденция обуславливает необходимость поиска новых технологий, способствующих преодолению речевой патологии. Отсутствие коррекционной работы с детьми с минимальными дизартрическими расстройствами способствует появлению у них нарушений чтения и письма в дальнейшем.

По мнению Е.И. Меломед, активизация и включение в коррекционную работу двигательной сферы являются наиболее естественными и гармоничными для детей дошкольного возраста в развитии и обучении [2, с. 29]. Поэтому, применение телесно-ориентированных методов в коррекционно-развивающей работе с детьми дошкольного возраста со стёртой дизартрией будет наиболее эффективным.

Телесно-ориентированные методы – это методы коррекции и развития речи, в основе которых лежит принцип психофизического сопряжения, создающий баланс между мышлением, эмоциями и ощущениями [3, с. 193]. Этот принцип, как считает И.В. Ганичева, выражается в применении средств двигательной активности, позволяющей добиваться положительных изменений в физической сфере, а затем и в психической [3, с. 193].

Цель использования данных методов в логопедической практике заключается в коррекции и развитии речи путем создания баланса между интеллектом, чувствами и ощущениями.

Среди широкого спектра телесно-ориентированных методов рассмотрим такой метод, как кинезиология. Кинезиология («Kinesis» с греч. «движение») – это особая система, которая изучает вопросы взаимосвязи тела и ума. Кинезиология является учением о движении человеческого тела. Термин «кинезиология» употребил П. Лесгафт в начале 1910-х годов в своих исследовательских трудах. Впервые её стали изучать в России в рамках биомеханики человека [4, с. 399].

Основателями кинезиологии в современном виде являются американцы Джордж Гудхардт и Гейл Деннисон, которые развили древний метод индейцев и создали теорию, основанную на мышечном тесте, считающимся в науке о движениях точнейшим и эффективным инструментом. В рамках этого направления они создали программу «Гимнастика Мозга», направленную на активизацию природных механизмов работы мозга посредством естественных физических движений тела. Эта программа основана на двух принципиальных типах движений [4, с.399]:

– движения, пересекающие некую среднюю линию тела, образованную его левой и правой сторонами (при работе глаз – при чтении, письме, рисовании; органов слуха) активизируют действие естественных механизмов, и ускоряют передачу информации, максимально обеспечивают работу нервной системы.

– односторонние движения тела, которые активизируют механизм «разъединения мысли и движения», составляющий основу произвольных процессов, знаково-символического опосредования деятельности.

Оба типа движений необходимы, поскольку обеспечивают два вида механизмов, являющихся основой познавательной деятельности человеческого мозга. Познавательная деятельность в свою очередь включает в себя развитие всех психических процессов, в том числе и речевых. Это является ключевым

моментом в использовании кинезиологических упражнений в логопедической работе.

Сегодня кинезиологию с успехом применяют и в образовании во многих странах. Как отмечает Н.А. Киятова: «значение образовательной кинезиологии обусловлено её направленностью на установление связей и организацию взаимодействия между речемыслительной сферой и с психо – эмоциональным состоянием человека. Основу кинезиологической системы составляют естественные физические движения и физиологическая взаимозависимость двигательной и психофизиологической сфер» [5, с. 57].

К средствам образовательной кинезиологии можно отнести: педагогические средства (двигательные положения тела, методы и приёмы), интеллектуальные двигательные действия (кинезиологические упражнения, ролевые игры, этюдные упражнения, подвижные психотехнические игры и т.д.) [6, с. 113]. Применение средств кинезиологии способствует активизации и синхронизации работы полушарий, развитию речи, внимания, памяти, межполушарной связи, повышению интеллектуальных возможностей.

Н.В. Слесарева отмечает, что между эмоциями и движением, движением и речью, движением и реагированием на различные ситуации существует взаимосвязь. Процесс обучения обусловлен овладением навыков, которые в свою очередь, связаны с освоением движения мышц. Умения, которыми владеет человек, являются частью работы мышц, определяющих существенную роль в развитии навыков. Например, при произнесении звуков и слов - мышцы речевого аппарата, при чтении мышцы глаз, при письме мышцы рук [6, с. 113].

Под влиянием выполнения кинезиологических упражнений в организме происходят положительные структурные изменения. Кинезиологические упражнения гармонизируют работу головного мозга, активизируют психологические процессы, в том числе и речь.

Чтобы коррекционная логопедическая работа была результативной и успешной, следует соблюдать определённые условия при использовании кинезиологических упражнений [6, с.113]:

- кинезиологические упражнения выполняются в начале рабочего дня (утром), ежедневно, без пропусков;
- выполнять упражнения необходимо правильно, поэтому логопед должен при необходимости оказывать ребенку помощь;
- продолжительность выполнения может составлять от 5 до 10 минут в день для детей старшего дошкольного возраста.
- каждое упражнение выполняется по 1-2 минуты в различном порядке и сочетании.

Обратимся к упражнениям, предлагаемым Г.Е. Шаниной, способствующим развитию речемыслительных операций, в том числе и речевых функций [7, с. 6]:

Упражнение «Пальчики здороваются» нацелено на развитие мелкой моторики, развитие скоординированных движений правой и левой рук. Соединяем пальцы правой руки – с большим пальцем; пальцы левой руки – с большим пальцем. Движения чередуем и выполняем в быстром темпе, соединяя в кольцо с большим пальцем плавно и поочерёдно последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

Упражнение «Колечко». Следует соединить кончик большого пальца правой руки с кончиком указательного левой. То же самое с большим пальцем левой руки с указательным правой. Таким образом образуется «кольцо». Большие пальцы — ведущие. Нижние пальцы отсоедините друг от друга, делаем переворот вверх и снова их соединяем.

«Кнопки мозга» - упражнение, которое помогает активизировать деятельность мозга, улучшает навыки слушания и восприятия, активизирует речемыслительную деятельность. Выполняется стоя, одна рука массирует

углубления между первым и вторым рёбрами в зоне слева и справа под ключицами, ругая рука находится на пупке, что позволяет сосредоточить внимание на центре тяжести (см. рис 1).



Рис.1 Упражнение «Кнопки мозга»

«Крюки» - упражнение, которое помогает активизировать работу интеллект – тело, развивает устную речь за счёт снятия зажимов. Можно выполнять стоя, сидя, лежа, скрестив лодыжки ног. Руки вытянуты вперед, ладони скрещены друг к другу, пальцы сцеплены в замок. Далее руки выворачиваем внутрь на уровне груди так, чтобы локти были направлены вниз (см. рис 2).

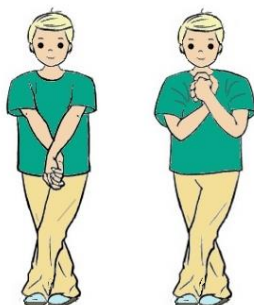


Рис.2 Упражнение «Крюки»

«Думающая шляпа», упражнение, которое способствует активизации устной и письменной речи. Выполняется сидя или стоя. Голова держится прямо, шея расслаблена. Руками берёмся за уши таким образом, чтобы большой палец оказался с тыльной стороны уха, а остальные пальцы – спереди. Массируем уши сверху вниз, слегка поворачивая их в сторону затылка, мочки ушей массируем мягко (см. рис.3).



Рис.3 Упражнение «Думающая шляпа»

«Сова», упражнение направлено на профилактику дисграфии и дислексии. При выполнении упражнения снимаются челюстные зажимы, что способствует развитию связной речи. Схватить и плотно сжать мышцы правого плеча левой рукой. Повернуть голову и посмотреть назад через плечо. Вдохнуть глубоко, развернуть плечи и выдохнуть «Ух!», расслабляя мышцы. Поменять руку и повторить упражнение (см. рис.4).



Рис.4 Упражнение «Сова»

«Ленивые восьмёрки», упражнение, нацеленное на формирование умений и навыков письменной речи, интегрирует правое и левое зрительное поле, улучшая тем самым понимающее чтение. Выполняется стоя или сидя. Вытянуть руку вперёд, согнуть в локте, поднять большой палец на уровень переносицы, описывать восьмёрки справа налево, слева направо, сверху вниз. Следить за пальцем только глазами (см. рис.5).

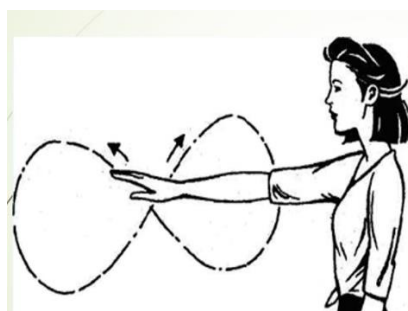


Рис.5 Упражнение «Ленивые восьмёрки»

Допустимо кинезиологические упражнения сочетать с другими телесно ориентированными методами, например, логоритмикой. Выполнение ходьбы по ортопедическим коврикам с проговариванием чистоговорок, меняя при этом положение пальцев правой и левой руки, что позволяет стимулировать речевые процессы.

Таким образом, кинезиологические упражнения гармонизируют работу головного мозга, активизируют все психические процессы, в том числе и речь.

Практическая значимость использования кинезиологических упражнений, как телесно-ориентированного метода, в логопедической практике очевидна и состоит в том, что способствует преодолению недостатков речи у старших дошкольников со стёртой дизартрией, и в дальнейшем, предупреждает нарушения чтения и письма.

Список литературы:

1. Приходько О.Г. Дизартрические нарушения речи у детей раннего и дошкольного возраста // Специальное образование. № 2. 2010. С. 68-81.
2. Меломед Е.И. Кинезиотерапия в коррекционной работе // Молодой ученый. 2017. № 8. С. 25-29.
3. Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми. М.: Книголюб, 2004. 193 с.
4. Энока Р.М. Основы кинезиологии. Киев: Олимп. Лит., 2012. 399 с.
5. Киятова Н.А. Значение образовательной кинезиологии в работе педагога-психолога с детьми с задержанным психоречевым и психомоторным развитием. / Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам XVI междунар. науч.-практ. конф. № 3(16). М.: «МЦНО», 2018. С. 52-57.
6. Слесарева Н.В. Возможности использования образовательной кинезиологии в обучении школьников // Молодой ученый. 2015. № 12. С. 101-113.

7. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М.: ВНИИФК, 2013. 6 с.