**Кинезиологические упражнения в логопедической работе с детьми старшего дошкольного возраста с ОНР**

Учитель-логопед Гонялова Анастасия Александровна

МДОУ №23 «Ромашка»,

Тутаевский муниципальный район, Ярославская область

Ни для кого не секрет, что в последнее время ухудшается психофизическое здоровье воспитанников: увеличивается количество детей с различными нарушениями в развитии, с затруднениями в обучении, трудностями в адаптации, памяти, внимания и мышления. Для них характерно нарушение общей и мелкой моторики, слабая нервно-мышечная регуляция процессов дыхания, голосоведения, артикуляции, нестабильность нервной системы (эмоциональная возбудимость, чрезмерная расторможенность либо заторможенность, неустойчивость и повышенная истощаемость нервных процессов, дефицит внимания, низкая работоспособность) на фоне остаточных проявлений органического поражения центральной нервной системы.

Современные дошкольники испытывают значительные умственные перегрузки. Дети испытывают вредное воздействие гиподинамии. По данным органов образования и здравоохранения России состояние психического и физического здоровья детей уже на стадии дошкольного возраста ухудшается по сравнению с предыдущими поколениями сверстников, поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья детей приобретает глобальный характер.

Школа предъявляет требования к произвольности детского внимания в плане умения действовать без отвлечений, следовать инструкциям и контролировать получаемый результат. Последнее время учителя отмечают, что первоклассники часто испытывают серьёзные трудности в овладении навыком письма: быстро устаёт рука, теряется рабочая строка, не получается правильное написание букв. Ребёнок не укладывается в общий темп работы. Кроме того, увеличивается количество детей дошкольного и младшего школьного возраста с ЗПР и с синдромом дефицита внимания, сочетающимся, как правило, с гиперактивностью. В связи с этим в последние годы в логопедии широко применяется здоровьесберегающая практика.

У детей, имеющих нарушения речи, как правило, наблюдаются и другие нарушения – в области психических функций, эмоционально-волевой сферы, двигательной и других сферах, что свидетельствует о той или иной степени нарушений со стороны центральной нервной системы в целом. Во многих случаях выявляется незрелость определенных функций головного мозга, дисгармония его созревания, нарушение межполушарного взаимодействия. Единство работы мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон. Развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта.

Для преодоления имеющихся у них нарушений, предупреждения развития патологических состояний, укрепления психического здоровья необходимо проведение комплексной психокоррекционной работы. Одним из составляющих элементов такой работы является кинезиологическая коррекция.

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определённые двигательные упражнения. Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики. Кинезиология рассматривает мозг человека как компьютер, в котором уже заложена информация обо всех функциональных связях в организме. Применение данного метода позволяет улучшить у ребёнка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Использование кинезиологических упражнений на логопедических занятиях способствует повышению работоспособности, активизации интеллектуальных и познавательных процессов.

Кинезиологические упражнения синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. В результате повышается уровень эмоционального благополучия, улучшается зрительно-моторная координация, формируется пространственная ориентировка.

Имеющийся опыт нашего образовательного учреждения свидетельствует, что комплексная, содержательная коррекционно-оздоровительная работа с применением здоровьесберегающих технологий эффективна и способствует:

- совершенствованию коммуникативных умений и навыков;

- повышению речевой активности;

-развитию мелодико-интонационной и просодической стороны речи;

-развитию психических процессов;

-повышению работоспособности и выносливости;

- совершенствованию общей и мелкой моторики, двигательных умений и навыков;

-активизации познавательных процессов.

Кинезиологические приёмы, которые я использую в логопедической практике:

• артикуляционные упражнения;

• дыхательные упражнения;

• сопряженная гимнастика (одновременная работа мелкой моторики пальцев рук и артикуляционных органов);

• упражнения, направленные на развитие общей и мелкой моторики.

Использование кинезиолгических упражнений в деятельности учителя- логопеда становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми. На фоне комплексной коррекционной помощи кинезиологические упражнения, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи и интеллектуальной деятельности и способствуют оздоровлению всего организма ребенка. Кроме того, альтернативные методы и приемы помогают организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

**Упражнения, используемые в работе:**

**«Ухо - нос»**

Левой рукой возьмемся за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «наоборот».

**«Кулак – ребро – ладонь»**

Показать три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола. Сначала павой рукой, потом – левой, затем двумя.

**«Велосипед»**

Упражнение выполняется в парах. Исходное положение: встать напротив друг друга, коснутся ладонями ладоней партнера. Совершать движения аналогичные тем, которые выполняют ноги при езде на велосипеде, с напряжением. 8 движений + пауза. Выполняется 3 раза.

**«Колечко»**

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. пробы выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе. За этапом произносительных умений следует этап автоматизации, превращения умений в прочные навыки, что достигается в результате кинезиологических упражнений и речевой практики. Выполняя движения кинезиологических упражнений, дети произносят поставленный звук изолированно, в слогах, словах, словосочетаниях, стихах и потешках.

Упражнение «Колечко» можно выполнять, произнося отработанный звук (слог, слово). Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец, одновременно проговаривая звук «Ш». На этапе автоматизации звука «Ш» в слогах произносим слог «ша» («шо», «шу»), далее слова, словосочетания, стихи и потешки.

**«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.

Использованные источники:

1. Аршавский В. В. Межполушарная асимметрия в системе поисковой активности. – Владивосток, 1988.

2. Брагина Н. Н., Доброхотова Т. А. Функциональные асимметрии человека. – М., 1981.

3. Гилевич И. М., Забара Е. А., Ипполитова М. В. и др. Дети с отклонениями в развитии. – М., 1997.

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

5. Шанина Г. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие. – М., 1999.