

Нейрологоритмика – это симбиоз нейропсихологии и логоритмики. Она помогает соединить речь с движением, способствует развитию чувства ритма, нормализации и регулированию темпа речи, развитию общей и мелкой моторики, пространственных представлений, межполушарных связей.

В современной действительности, специалисты все чаще сталкиваются со специфическими формами речевых нарушений у детей. С такими нарушениями, которые указывают на несформированность и (или) дефицитность тех мозговых структур, которые должны обеспечивать нейробиологическую базу речи. Простыми словами – дыхание, слюноотделение, тонус, статика, просодика речи и др. Все эти процессы обеспечиваются подкорковыми мозговыми структурами - первым (энергетическим) функциональным блоком мозга (А.Р. Лурия). Доказательством вышесказанного можно считать возросшее количество детей с нарушением тонуса мышц речевого аппарата, гиперсаливацией, нарушением моторики, проблемах в инициации речевой деятельности.

Отвлекаясь от речи, мы можем заметить значительное количество так называемых «моторно неловких» детей. Это те дети, которые не умеют прыгать на одной, а подчас, и на двух ногах, запинаясь на лестнице, не умеют качаться на качелях и т.д. Согласитесь, таких детей мы видим все чаще. И это могут быть те дети, которые не включены в так называемые нозологии, это обычные, нормотипичные наши воспитанники. Все это и привело нас к мысли, что без специальных нейрокоррекционных упражнений, направленных на оптимизацию работы подкорковых структур, нам не справиться. Вот почему Нейрологоритмика столь необходима маленьким воспитанникам детского сада.

Занятия проводятся во вторую половину дня 2 раза в неделю. Наполняемость 4-5 человек, в зависимости от возраста и уровня речевого развития ребенка.

Каждое занятие строится по определенной структуре. Опора на структуру важна, особенно тем детям у кого есть проблемы с саморегуляцией. Четкая структура позволяет плавно переходить от одного вида деятельности к другой. Детям нравится предугадывать, что с ним произойдет дальше. Вводятся маркеры начала и окончания занятия. Перед каждым занятием на левую руку ребенка одевается браслет.

Началом занятия у нас является песенка-приветствие. С ее помощью формируем саморегуляцию поведения, побуждаем ребенка к речевой деятельности (назвать свое имя) и настраиваем на дальнейшую работу.

Работа над дыханием.

В начале курса занятий необходимо уделить большое внимание выработке правильного дыхания, что оптимизирует газообмен и кровообращение, вентиляцию всех участков легких, массаж органов брюшной полости; способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. Оно успокаивает и способствует концентрации внимания.

Одной из важнейших целей организации правильного дыхания у детей является формирование у них базовых составляющих произвольной саморегуляции.

Ведь ритм дыхания — единственный из всех телесных ритмов, подвластный спонтанной, сознательной и активной регуляции со стороны человека. Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым и естественным, регулируемым произвольно.

Основным является полное дыхание, т.е. сочетание грудного и брюшного дыхания; выполнять его нужно сначала лежа, потом сидя и наконец, стоя. Пока ребенок не научится дышать правильно, рекомендуется положить одну его руку на грудь, другую на живот для контроля за полнотой дыхательных движений.

После освоения базового уровня, начинаем дифференцировать носовое и ротовое дыхание. Для этого, на вдохе, без давления зажимаем губы ребенка, используя перчатки или чистый платок. На выдохе – без давления зажимаем ноздри.

Таким образом, мы вырабатываем вдох через нос и выдох через рот.

Упражнение «Море». После освоения предыдущего этапа, повышаем эффективность выполнения упражнения, подключаем воображение.

Рассказываем детям историю:

-Давайте представим себе море. На море сегодня волны. Представьте, что волны в вашем животе (соответственно, он надувается и сдувается в ритме дыхания).

-Положите одну руку на живот. И вот, волна идет наверх. (Делаем вдох через нос, надувая живот).

А теперь волна идет вниз (делаем выдох через рот). Также, вместо руки на живот можно класть игрушки, изображающие морских жителей (пр. – морская звезда поднимается и опускается на волнах). Педагог командует: «Вдох-выдох»

Дыхательные упражнения всегда должны предшествовать самомассажу и другим заданиям.

Обучение **самомассажу** проводится в несколько этапов: Сначала взрослый массирует тело сам, затем – руками самого ребенка, наложив свои руки, только после этого ребенок сам выполняет самомассаж сам.

Упражнение «Теплые спинки»- массажными мячиками растираем, разминаем спину ребенка, рисуем геометрические фигуры. Способствует укреплению мышц спины.

Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела. Растяжки. Релаксация.

Любое отклонение от оптимального тонуса может являться как причиной, так и следствием возникших изменений в соматическом, эмоциональном, познавательном статусе ребенка.

Растяжки — система специальных упражнений на растягивание, основанных на естественном движении. При их выполнении в мышцах должно быть ощущение мягкого растяжения, но не напряжения. Выполнение растяжек способствует преодолению разного рода мышечных дистоний, зажимов и патологических ригидных телесных установок; оптимизации мышечного тонуса и повышению уровня психической активности.

«Корзиночка». Схватить руками согнутые в коленях ноги за голеностопные суставы. Качаться на животе вперед-назад, направо-налево. По команде ребенок замирает на каком-либо боку.

«Бревнышко». Поднять руки за голову, в кистях зажат мяч. Ноги вместе. Вытянуться всем телом и несколько раз перекатиться направо, затем налево, как «бревнышко».

«Пляж». «Представьте, что вы лежите на теплом песке и загораєте. Ласково светит солнышко и согревает нас. Веет легкий ветерок. Вы отдыхаете, слушаете шум прибоя, наблюдаете за игрой волн и танцами чаек над водой. Прислушайтесь к своему телу. Почувствуйте позу, в которой вы лежите. Удобно ли вам? Попробуйте изменить свою позу так, чтобы вам было максимально удобно, чтобы вы были максимально расслаблены. Попробуйте представить себя всего целиком и запомните возникший образ (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно садимся и не спеша встаем».

Базовые сенсомоторные взаимодействия

При отработке глазо двигательных упражнений для привлечения внимания ребенка рекомендуется использовать какие-либо яркие предметы, маленькие игрушки и т.д. Вначале он следит за предметом, перемещаемым педагогом, затем — за своей рукой, которую передвигает взрослый. Наконец, передвигает его самостоятельно, держа сначала в правой руке, затем в левой, а потом обеими руками вместе. В грубых случаях несформированности глазо двигательных функций необходимо выполнять описываемые упражнения с сопротивлением движению рук ребенка со стороны взрослого.

Упражнение «Совушка»

Дети лежат на спине. Голова фиксирована, лежит неподвижно. Даём инструкцию : «Только глазами следи, и головкой не крути»

Начальный этап: Возьмите маленькую игрушечную сову и плавно водите ей слева-направо и в обратном направлении, вверх – вниз и к носу. Ребенок должен следить глазами за предметом, не поворачивая голову. На несколько секунд задерживайте предмет в крайних точках (лево, право, верх, низ). *Усложнение 1:* После освоения базового уровня, упражнения выполняются так же, только рот ребенка открыт, язык высунут и лежит на нижней губе. *Усложнение 2:* Упражнение выполняется так же, как на предыдущем этапе, но язык двигается в ту же сторону, что и глаза.

Артикуляционные упражнения также выполняются под песенки, песенки-попевки.

Упражнения для ног.

«Две гусенички». Сидя или лежа на спине с согнутыми в коленях ногами, ребенок представляет, что его стопы — гусенички, которые ползут по земле. Сначала они ползут от него, затем — к нему. После этого одна ползет от ребенка, а другая — к нему, и наоборот. Не отрывать стопы от пола, стремясь сначала максимально выпрямить ноги, а затем максимально согнуть в коленях.

Мелкая моторика: выполняются сначала отдельно каждой рукой, затем двумя руками одновременно. При двуручном выполнении обе руки сначала двигаются в одну сторону (направо, налево, вперед, назад), а затем — в противоположные.

массаж и самомассаж кистей и пальцев рук, пальчиковая гимнастика («пальчики здороваются», «человечек», выполнение различных фигурок из пальцев и т.д.)

Комплекс этих упражнений обогащает и совершенствует его двигательный и сенсорный репертуар, представление о собственном теле и владение им; развивают внимание, произвольность, успокаивают и уравнивают эмоционально.

Логоритмические игры и упражнения :

Упражнение «Колечко» направлено на автоматизацию звукоподражаний, формирование новых сенсорных эталонов, межмодальный перенос (зрительный-слуховой-речедвигательный-тактильный), формирование чувства языка.

Упражнение «Машина» направлено на развитие чувства ритма, формирование пространственных представлений, развитие правильного соотношения речи и движений.

Оптимизация и коррекция межполушарных взаимодействий и специализации правого и левого полушарий мозга

Соматогностические, тактильные и кинестетические процессы

Базовой и наиболее естественной, онтогенетически более ранней и закреплённой всем опытом человека системой ориентации является схема тела.

Формирование у ребенка пространственных представлений — одно из важнейших условий его успехов. Первым шагом должна стать маркировка его левой руки с помощью цветной тряпочки, часов, браслета, резинки и т.п. Таким образом, мы даем ребенку опору для дальнейших манипуляций с внешним пространством — ведь представление о нем строится вначале от его собственного тела, а уже потом превращается в абстрактные пространственные представления. Теперь он знает, что «слева» — это «там, где красная тряпочка». На это знание можно нанизывать обширный репертуар сведений о внешнем мире.

Сначала учим ребенка ориентироваться в собственном теле, например, игра «Матрешки». Ребенок показывает (повторяет) позу, изображённую на карточке.

Игра «Едем на велосипеде»

Педагог читает стихотворение, закрывая своей ладонью (или ребенок сам своей ладошкой) соответствующие части тела. Постепенно ребенок запоминает, какому животному соответствует определенная часть тела и сам договаривает фразу, после того как взрослый назовет животное. Это вырабатывает чувство ритма и рифмы.

Мы едем, едем, едем на большом велосипеде.

Вдруг навстречу БЕГЕМОТ- закрывай скорее РОТ.

Мы едем, едем, едем на большом велосипеде.

Вдруг навстречу ПЕС - закрывай скорее НОС.

Мы едем, едем, едем на большом велосипеде.

Вдруг навстречу Кошки - закрывай скорей ЛАДОШКИ. И т.д.

«Выше — ниже». Стоя перед зеркалом, ребенок и взрослый вместе анализируют расположение отдельных частей тела по отношению друг к другу с точки зрения вертикальной оси, не забывая о маркерах. Находят, показывают и называют то, что «выше всего» (голова,); что «ниже всего» (ноги,).

Определение направлений в пространстве относительно своего тела

Игра «Собери мячи». Ребенку завязывают глаза. Педагог дотрагивается до правой руки-ребенок делает шаг вправо, до левой-шаг влево, до головы -шаг вперед. Если педагог дотрагивается до ладони-ребенок приседает и берет мяч.

Ориентации других объектов относительно друг друга и себя относительно других объектов.

Игра «Застенчивый кролик». Ребенку предлагается карточка с изображением предметов. Педагог предлагает посадить зайчика так, как показано на карточке.

Знакомство со схемой тела человека, стоящего напротив, всегда вызывает у детей значительные затруднения и нуждается в тщательной проработке

«Веселые картинки». Ребенок определяет на картинках, какой рукой действует герой; с какой стороны относительно других находится каждый персонаж, в какой руке и что он держит и т. п. Эту работу рекомендуется проводить длительное время одновременно с любой другой работой по картинкам.

Окончание занятия- настольно-дидактические игры на развитие психических процессов. («Мемо», «Дубль»«Танграмм», «Катамино», «Грузовички» и т.д).