***Занимательная биоэнергопластика, аква – гимнастика, кинезиология.***

Оценив, какое положительное воздействие оказывают аква-гимнастика, биоэнергопластика, кинезиологические упражнения на развитие ребёнка, их стали применять и в логопедической практике, в качестве коррекции недостатков речевого развития у детей.

***Аква - гимнастика*** для пальчиков и рук – это занимательные игры в воде.

Вода – одно из первых веществ, с которым дети начинают играть и экспериментировать.

Ни для кого не секрет, что маленькие дети любят игры с водой. В аква-гимнастике соединили это увлечение со специальными пальчиковыми упражнениями. Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук способствуют освоению детьми элементов самомассажа, оказывают оздоровительное воздействие на организм ребенка, улучшают функции рецепторов проводящих путей. Время занятий, начиная от 5-7 минут, постепенно доводят до 20 минут. Ребёнок ощущает приятное массирующее воздействие тёплой воды, испытывает чувство психологического комфорта, расслабляет физически и психически. Важно, что такие игры увлекают ребенка, вызывают интерес, развивают мелкую моторику руки, аккуратность, усидчивость и умение концентрировать внимание, прекрасно укрепляют нервную систему, снимает напряжение, оказывают прекрасное тонизирующее и оздоравливающее действие, происходит постепенное закаливание ребёнка. В процессе таких игр ребенок получает массу положительных эмоций, что очень важно для его полноценного психического развития.

*«Пальчиковые игры и игры в воде»* - это инсценировка каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи пальцев. Игровые тренажеры и упражнения подбираются и используются на занятиях в соответствии с лексической темой. Многие игры требуют участия обеих рук, что дает возможность детям ориентироваться в понятиях *«вправо»*, *«влево»*, *«вверх»*,*«вниз»* и др. Дети старше 5 лет могут оформить игры разнообразным реквизитом - кубиками, мелкими предметами и т. д.

Пальчиковые упражнения в воде должны быть построены таким образом, чтобы сочетались сжатие, растяжение, расслабление кисти руки, а также использовались изолированные движения каждого из пальцев.

***Игра «Медуза»***

Исходное положение (И.П.) – кисти рук под водой, пальцы собраны вместе. Раскрываем кисть и опять закрываем в И.П.

 ***Игра «Морская звезда»***

И.П. – кисти лежат на дне ванны, пальцы разведены в стороны. В хаотичном порядке поднимаем пальцы вверх, не отрывая ладонь от поверхности ванны.

***Игра «Рыбка»***

И.П. – кисти рук лежат на поверхности воды. Бьём кистями по воде.

Рыбки-малютки

По морю плывут,

Скачут, резвятся и хвостиком бьют.

**Биоэнергопластика –**это соединение движений артикуляционного аппарата с движениями кисти руки.

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, развивает координацию движений и мелкую моторику.

На первом занятии дети знакомятся с упражнением для губ, языка или челюсти по стандартной методике, тренируются в правильном выполнении перед зеркалом. Рука ребенка в упражнение не вовлекается. При этом педагог, демонстрирующий упражнение, сопровождает показ движением кисти одной руки.

На третьем-четвертом занятии и у детей подключается к артикуляции движение сначала одной кисти ведущей руки. Дети с доминантной правой рукой работают правой кистью, леворукие дети – левой. Постепенно подключается вторая рука. Таким образом, ребенок выполняет артикуляционное упражнение или удерживает позу и одновременно движением обеих рук имитирует, повторяет движение артикуляционного аппарата. Такая пальцево-речевая гимнастика продолжается весь учебный год. Педагог следит за ритмичным выполнением упражнений. С этой целью применяются счет, музыка, стихотворные строки. При этом двумя руками логопед или воспитатель продолжают давать четкий образец движения.

Применение биоэнергопластики эффективно ускоряет исправление дефектных звуков у детей со сниженными и нарушенными кинестетическими ощущениями, так как работающая ладонь многократно усиливает импульсы, идущие к коре головного мозга от языка.

Биоэнергопластика оптимизирует психологическую базу речи, улучшает моторные возможности ребенка по всем параметрам, способствует коррекции звукопроизношения, фонематических процессов. Синхронизация работы над речевой и мелкой моторикой вдвое сокращает время занятий, не только не уменьшая, но даже усиливая их результативность. Она позволяет быстро убрать зрительную опору – зеркало и перейти к выполнению упражнений по ощущениям. Это особенно важно, так как в реальной жизни дети не видят свою артикуляцию.

Примеры упражнений по биоэнергопластике вы можете посмотреть на моей страничке.

Элементы биоэнергопластики можно найти и в системах развития интеллекта методами кинезиологии. Это еще один аргумент в пользу применения биоэнергоплатики, поскольку под влиянием кинезиологических тренировок отмечены положительные структурные изменения в организме: синхронизируется работа полушарий головного мозга, развиваются способности, улучшаются внимание, память, мышление, речь. Сила, равновесие, подвижность и пластичность нервных процессов осуществляются на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы.

Название “**кинезиология”** происходит от греческого слова “кинезис” (kinesis), что означает “движение”. Греческое же происхождение имеет и слово “логос” (logos), которое обычно переводят как “наука”. Таким образом, кинезиология— научная  и практическая дисциплина, изучающая мышечное движение во всех его проявлениях.

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие. Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности ребенка или корректировать проблемы в различных областях психики.   Поэтому коррекционная, развивающая и формирующая работа должна быть направлена «снизу вверх» от движения к мышлению, а не наоборот.

Кинезиология относится к здоровьесберегающей технологии. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребенка, расширить возможные границы головного мозга. Многие упражнения направлены на развитие физических и психофизиологических качеств, на сохранение здоровья и профилактику отклонений их развития.

Они развивают тело, повышают стрессоустойчивость организма, синхронизируют работу полушарий, улучшают зрительно-моторную координацию, формируют пространственную ориентировку, совершенствуют регулирующую и координирующую роль нервной системы. Упражнения дают немедленный и кумулятивный эффект.

Для результативности коррекционно-развивающей работы необходимо соблюдение следующих **условий:**

* Кинезиологическая гимнастика проводятся утром, длительностью 5-15 мин.;
* Упражнения выполняются в доброжелательной обстановке;
* Кинезиологическая гимнастика проводится систематично, без пропусков;
* От детей требуется точное выполнение движений и приемов;
* Упражнения проводятся по специальным комплексам, длительностью 2 недели.

Сейчас немного поподробнее хочу остановиться на кинезиологических упражнениях, способствующих развитию мелкой моторики. В результате чего улучшается межполушарное взаимодействие, стимулируется работа головного мозга, развивается речь, активизируется словарь, развивается воображение, мышление.

**Кинезиологическое упражнение «Лягушка»** (*Поочередно одна рука сжимается в кулак, а другая – ладонью на столе)*

Речевое сопровождение:

Лягушка хочет в пруд,

Лягушке скучно тут,

А пруд зарос травой,

Зеленой и густой.

**Кинезиологическое упражнение «Здравствуй» *(****Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками)*

Речевое сопровождение:

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок,

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю —

Всех я вас приветствую!

**Кинезиологическое упражнение «Ухо – нос»***(Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо.Одновременно отпустите ухо и нос, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот»)*

Речевое сопровождение:

Села на нос мне, на правое ухо –

Лезет назойливо черная муха.

Снова на нос, но на левое ухо-

## Кыш, улетай от меня, Цокотуха!

Подводя итог, следует отметить, что регулярное выполнение комплексов упражнений кинезиологической гимнастики, аква-гимнастики, биоэнергопластики способствует активизации межполушарного взаимодействия, синхронизации работы полушарий. Оказывают положительное влияние на коррекцию обучения, развитие интеллекта и улучшает состояние физического здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, а в свою очередь и способствует коррекции недостатков речевого развития дошкольников с общим недоразвитием речи.

О.В.Калабина