**Криотерапия как одно из эффективных средств развития мелкой моторики детей старшего дошкольного возраста с нарушениями речи**

Своевременное и полноценное речевое развитие дошкольников оказывает огромное влияние на формирование всех психических процессов и в частности на общее развитие личности ребенка в целом. Особенности речевой деятельности отражаются на становлении сенсорной, интеллектуальной и [аффективно-волевой](https://pandia.ru/text/category/affekt/) сфер.

Как известно, у детей с нарушениями речи помимо специфических нарушений речевой деятельности выявляется недостаточная устойчивость внимания, особенности его распределения и переключения с одного [вида деятельности](https://pandia.ru/text/category/vidi_deyatelmznosti/) на другой; при относительно сохранном слухо-речевом восприятии снижена вербальная память, объем и продуктивность запоминания, что в свою очередь сказывается на мнестической активности: у детей данной категории отмечается отставание в развитии наглядно-образного и наглядно-действенного мышления, на этапе школьного обучения - словесно-логического. Дошкольники с нарушениями речи с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением. Так же у детей с различными речевыми расстройствами отмечаются отклонения в эмоционально-волевой сфере: трудности формирования саморегуляции и самоконтроля, неустойчивость и пониженная способность к наблюдательности, снижение мотивации к речевому общению и продуктивной деятельности, негативизм, повышенная раздражительность, иногда [агрессивность](https://pandia.ru/text/category/agressivnostmz/) и обидчивость, трудности в общении с окружающими и сверстниками.

В настоящее время проблема своевременного преодоления выше перечисленных особенностей развития дошкольников с нарушениями речи является достаточно актуальной, т. к. своеобразие сочетания первичных и вторичных нарушений в общей структуре речевого дефекта детей определяет необходимость отбора более оптимальных и эффективных методов и приемов [коррекционной](https://pandia.ru/text/category/logopediya/) работы. В связи с этим возникает необходимость использования нетрадиционных приемов по развитию тонкой моторики рук детей с нарушениями речи, что в свою очередь, будет способствовать совершенствованию тонкой моторики и их речевому развитию.

На сегодняшний день криотерапия - одна из наиболее современных нетрадиционных­ технологий коррекционной педагогики, при которой используют воздействие холодом («крио» − холод). В логопедических методиках для проведения терапии применяют лед. При воздействии холодом в области контакта с кожей (рук, ног) начинает активироваться рецепторный аппарат. На начальном этапе воздействия в коже и тканях сужаются сосуды. По прошествии времени стенки сосудистого русла расширяются, что повышает местный кровоток. Увеличение кровотока способствует стимуляции мелкой моторики (если контакт льда был с руками пациента). Развивающаяся мелкая моторная деятельность кистей ребенка способствует активации областей мозга, отвечающих за речевые функции. В речевом центре начинают образовываться новые нейронные связи, а также усиливается скорость проведения нервных импульсов по аксонам. Такие процессы приводят к улучшению речи, повышению качества произношения. У ребенка помимо речевой функции повышается память, внимание, мышление, улучшается моторика рук. Методика помогает улучшить запоминание новой информации.

Криотерапия в коррекционной работе не требует специальных аппаратов. Для своих занятий мы используем ледовые фигурки, кубики. Чтобы приготовить различные форменные ледовые фигуры, используем специальные формы для замораживания. В качестве формочек применяем стандартные квадратные отсеки, формы из-под конфет, формочки для выпечки (зайчики, мишки, круги, цветочки, полумесяцы и другие). Для приготовления льда - наливаем воду в формы. Перед замораживанием можно налить немного краски, положить цветную бумажку или маленькую фигурку. Это повысит интерес детей к занятиям.

Криотерапия проводится в три этапа.

1. Лёд высыпают в большую миску. Дети стоят вокруг стола и перебирают руками лёд (начинают с 10–15 секунд). Затем разогревают руки на горячей грелке (в тазу с тёплой водой или держа пластиковые бутылки с горячей водой). Снова опускают руки в лёд. Криоконтраст проводится три раза. Затем насухо вытирают руки полотенцем.

2. После криоконтраста проводятся растяжки с каждым пальцем правой и левой руки. Затем проводится любая пальчиковая гимнастика.

3. Развитие тактильной чувствительности: растирание в руках шишек, шариков, пробок от пластиковых бутылок, собирание шишек в одну посуду, а шариков в другую и т. д.

По разработанной нами методике осуществлялся криомассаж подошвенных областей стоп ребенка. Движения осуществляются по кругу, по часовой стрелке. Процедуру рекомендуется проводить через день, длительность каждой от 7 до 20 секунд. Курс включает в себя 10-12 процедур в течение осени, зимы и весны. Криомассаж нормализует нервную систему ребенка, улучшает аппетит, сон, настроение и общее состояние. Организм ребенка становится более устойчив к заболеваниям.

Криотерапия проводится как во время групповых и индивидуальных занятий, так и в свободное время.

Детям предлагаются разные виды игр: «Тает льдинка», «Ледяные фигурки», выкладывание ледовых фигурок в трафареты, подходящие по форме. С цветными льдинками дети могут выкладывать различные фигурки или выстраивать цепочки по цветам.

Также ведется большая работа по обучению родителей. Специалисты нашего детского сада (учителя-логопеды, педагог-психолог) проводят родительские дни, собрания, осуществляют мастер-классы, рассказывают, как правильно проводить лечение, какие игры можно предложить детям. Это позволяет родителям делать криотерапию самостоятельно, не приводя к осложнениям.

При использовании приемов криотерапии необходимо помнить и о противопоказаниях. Нельзя проводить криотерапию с детьми, имеющими эписиндром, с миопатией; необходимо с осторожностью применять криотерапию с длительно и часто болеющими, а также гипервозбудимыми детьми. Криотерапия противопоказана при повышенной индивидуальной чувствительности к процедуре (непереносимость холода), если присутствует лихорадочное состояние (жар, повышенная температура тела), при обострении респираторных заболеваний, в том числе [вирусных](https://pandia.ru/text/category/virus/) (ОРВИ, ОРЗ и др).

Криотерапия в коррекционной работе имеет очень высокую эффективность. Она не требует специальных приспособлений, на фоне криотерапии у детей улучшается четкость речи, увеличивается словарный запас. После подобных занятий дети лучше выражают свои мысли, быстрее запоминают новую информацию. Применение приемов и методов криотерапии благотворно влияет на развитие моторных центров коры головного мозга. В связи с этим улучшается и артикуляционная моторика, и произносительные навыки детей, и в целом состояние их самостоятельного высказывания.