## Кинезиология в логопедии.

Кинезиология как наука о развитии головного мозга и физического здоровья через определенные двигательные упражнения существует уже 2000 лет. Истоки кинезиологии можно найти почти во всех известных философских системах древности и прогрессивных течениях современности.

Кинезиология сегодня - это одно из быстро развивающихся и интересных направлений. Она использует мышечное тестирование в качестве диагностического средства, а так же множество комбинаций разнообразных техник с целью помощи здоровью, начиная от остеопатии и спортивной медицины до психотерапии и логопедии.

Учитывая широкую сферу воздействия от физического тела до эмоциональных и духовных областей, кинезиология в 90-ые годы во многих странах стала частью здравоохранения как на правах отдельного направления, так и в качестве вспомогательного метода традиционной медицины, педагогики и психологии.

Современные кинезиологические методики в психотерапии направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики. Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело, межполушарные связи). Единство мозга определяется сочетанием двух фундаментальных свойств:

1. межполушарной специализацией – это свойство мозга, отражающее различие в распределении нервно-психических функций между его левым и правым полушариями, формирование которого происходит в раннем возрасте под влиянием комплекса биологических и социокультурных факторов;

2. межполушарным взаимодействием, которое обусловлено стабильностью переноса информации из одного полушария в другое и динамическим межполушарным интерференционным торможением.

Развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта и от своевременности его развития зависит успешность обучения.

Нарушение межполушарной передачи информации искажает познавательную деятельность детей. Для развития межполушарного взаимодействия, стимуляции интеллектуального развития возможно применение кинезиологических упражнений.

Развивая моторику, мы создаем предпосылки для становления многих психических процессов. Работы В.М. Бехтерева, А.А. Леонтьева, А.Р.Лурия, Н.С. Лейтеса, П.К. Анохина, И.М. Сеченова доказали влияние манипуляции рук на функции высшей нервной деятельности, развития речи. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (в допустимых пределах), тем значительней эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне.

Кинезиологические упражнения позволяют выявить скрытые способности человека и расширить границы возможностей его мозга. Занятия устраняют дезадаптацию в процессе обучения, гармонизируют работу головного мозга.

Особенно велико значение метода кинезиологии при коррекции речевого развития у дошкольников. Исследованиями ученых Института физиологии детей и подростков АПН (М.М. Кольцова, Е.И. Шенина, Л.В. Антакова-Фомина) была подтверждена связь речевой и пальцевой моторики. Уровень развития интеллекта и речи детей находятся в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений рук.

В литературе последних лет описаны приемы работы по развитию мелкой моторики у детей с общим недоразвитием речи (Н.С. Жукова, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева), с моторной алалией (Н.И. Кузьмина, В.И. Рождественская), с заиканием (Л.И. Белякова, Н.А. Рычкова). Все авторы подтверждают факт, что тренировка тонких движений пальцев рук является стимулирующей для общего развития ребенка, особенно для развития речи.

М.М. Кольцова пришла к заключению, что «морфологическое и функциональное формирование речевых областей совершенствуются под влиянием кинестетических импульсов от рук». Она особо подчеркивает, что «влияние проприоцептивной импульсации с мышц руки так значительно только в детском возрасте, пока идет формирование речевой моторной области». Особое значение необходимо придавать этому факту в случаях, когда речевое развитие нарушено.

Систематические упражнения по тренировке движений пальцев наряду со стимулирующим влиянием на развитие речи является, по мнению М.М. Кольцовой «мощным средством повышения работоспособности головного мозга». Формирование словесной речи ребенка начинается, когда движения пальцев рук достигают достаточной точности.

Развитие пальцевой моторики подготавливает почву для последующего формирования речи, особенно при наличии речевого дефекта у ребенка. Результаты исследования Л.В. Антаковой-Фоминой показывают, что уровень развития речи у детей всегда находится в прямой зависимости от степени развития тонких движений пальцев рук, но с уровнем развития общей моторики совпадает не всегда. Несовершенство тонкой двигательной координации кистей и пальцев рук затрудняет и овладение письмом, и рядом других учебных и трудовых навыков.

Для преодоления имеющихся у детей нарушений в развитии, предупреждения развития патологических состояний, укрепления физического здоровья необходимо проведение комплексной коррекционной работы. Одним из составляющих элементов такой работы является кинезиологическая коррекция.

Традиционные методы воздействия на ребенка не приносят устойчивого положительного результата, так как они не устраняют первопричину нарушений. В отличие от них, метод кинезиологической коррекции направлен на механизм возникновения отклонений в развитии, что позволяет не только снять отдельный симптом, но и улучшить функционирование, повысить продуктивность протекания психических процессов. Этот наиболее эффективный метод коррекционного обучения, он более продуктивен, чем поиск совершенных методов, так как ни один метод не подходит сразу для всех детей.

Итак, метод кинезиологии направлен на источник успеха – резервные возможности головного мозга и расширение границ этих возможностей. Применение данного метода в коррекционной работе с детьми позволяет улучшить речь и положительно воздействовать на память, внимание, пространственные представления, мелкую, крупную артикуляционную моторику, снизить утомляемость, повысить способность к произвольному контролю, повысить работоспособность, активизировать интеллектуальные и познавательные процессы. Упражнения будут способствовать межполушарной специализации, межполушарного взаимодействия, устранению дислексий и дисграфий.

**Кинезиологические упражнения для развития мелкой моторики рук.**

**«Колечко».** Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом и обратном (от мизинца к указатель¬ному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.

**«Кулак—ребро—ладонь».** Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе по 8- 10 раз. Можно давать себе команды (кулак — ребро — ладонь).

**«Звонок».** Опираясь на стол ладонями, полусогните руки в локтях. Встряхивайте по очереди кистями.

**«Ребро—ладонь».** Поверните правую руку на ребро, согните пальцы в кулак, выпрямите, положите руку на ладонь. Сделайте то же самое левой рукой.

**«Домик».** Соедините концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием на¬жмите на пальцы левой, затем наоборот. Отработайте эти движения для каждой пары пальцев отдельно.

**«Лезгинка».** Левую руку сожмите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонталь¬ном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторить 6-8 раз.

**«Счет».** Постучите каждым пальцем правой руки по столу под счет «1, 1-2, 1-2-3 и т. д.».

**«Подъемный кран-1».** Зафиксируйте предплечье правой руки на столе. Указательным и средним пальца¬ми возьмите карандаш со стола, приподнимите и опустите его. Сделайте то же левой рукой.

**«Подъемный кран-2».** Зафиксируйте предплечье на столе. Берите пальцами правой руки спички из коробочки на столе и складывайте рядом, не сдвигая руку с места. Затем уложите их обратно в коробку. Сделайте то же левой рукой.

**«Карусель».** Вращайте карандаш сначала между пальцами правой руки, затем левой (между большим и указательным; указательным и средним; средним и безымянным; безымянным и мизинцем; затем в обратную сторону).

**«Снеговик».** В положении стоя. Представьте, что вы только что слепленный снеговик. Тело должно быть напряжено как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляют¬ся руки и т. д. В конце упражнения дети мягко падают на пол и лежат, как лужица воды.

«**Рожицы».** Выполняйте различные мимические движения: надувайте щеки, выдвигайте язык, вытягивай¬те губы трубочкой, широко открывайте рот.

**«Умывание лица».** Приложите ладони ко лбу, на выдохе проведите ими с легким нажимом вниз до под¬бородка. На вдохе проведите руками со лба через темя на затылок, с затылка на шею.

**«Змейка-1».** Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

**«Змейка-2».** Вытяните руки перед собой, сгибайте кисти вверх и вниз. Затем вращайте обеими кистями по часовой стрелке и против (сначала однонаправлено, затем разнонаправлено), сводите и разводите пальцы обеих рук. Попробуйте одновременно с движениями рук широко открывать и закрывать рот.

**«Ухо—нос».** Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью наоборот».

**«Лесоруб».** Правой рукой массируйте левую руку от локтя до запястья и обратно. Затем от плеча до локтя и обратно. То же самое проделайте с другой рукой.

**«Лотос».** Расправьте пальцы левой руки, слегка на¬жав точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. По¬вторите это 5 раз. При нажатии сделайте выдох, а при ослаблении — вдох. Потом сделайте то же самое для правой руки.

**«Волшебник».** Хлопните несколько раз в ладони, чтобы пальцы обеих рук соприкасались. Затем выполните хлопки кулаками, ориентированными тыльной поверхностью сначала вверх, а потом вниз.

Список используемой литературы:

1. Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем. / И.К. Анохин. – М., 1975.

2. Белая А. Е., Мирясова К. Н. Пальчиковые игры. М., 1999.

3. Бехтерева И.П. Нейрофизиологические аспекты психической деятельности человека.– Л., 1971.

4. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М.: Педагогика, 1991.

5. Выготский Л.С. Собр. соч.: В 6 т. Т. 2. М.: Педагогика, 1982.

6. Жукова Н.С., Мастюкова Е.М., Филичева Т.Б. Преодоление ОНР у дошкольников. – М.: Просвещение, 1990.

7. Кольцова М.М. Ребенок учится говорить.– М., 1979.

8. Кольцова М. М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. М., 1973.

9. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М., 1973.

10. Лурия А.Р. Очерки психофизиологии письма. – М., 1950.

11. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст): Советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии. М., Владос, 1997 – 304 с.

12. Нейропсихологический анализ межполушарной асимметрии мозга / Под ред. Е.Д. Хомской. М., 1986.

13. Основы теории и практики логопедии / Под ред. Левиной Р.Е. – М., 1968.– с. 166-190.

14. Савина Л.И. Пальчиковая гимнастика. М., 1999.

15. Филичева Т.Б. Нарушения речи у детей. М., 1993.

16. Симерницкая Э.Г. Доминантность полушарий // Нейрологические исследования. М., 1978. Вып. 1.0.

17. Филичева Т.Б., Туманова Т.В. Дети с ОНР. Воспитание и обучение. М., 1999.

18. Филичева Т.Б., Чиркина Г.В. Коррекционное обучение и воспитание детей пятилетнего возраста с ОНР. – М., 1991.

19. Филичева Т.Б., Чевелева Н.А. Логопедическая работа в специальном детском саду. – М., 1987.

20. Эльконин Д. Б. Некоторые вопросы усвоения грамоты.– Вопросы психологии, 1956, № 5.

21. Ястребова А.В. Преодоление ОНР у учащихся начальных классов общеобразовательных учреждений. М., 2000 – 120 с.

22. Ястребова А.В. Учителю о детях с недостатками речи. М., 1996.