

«Биоэнергопластика и кинезиологические упражнения в коррекционной работе музыкального руководителя с детьми с ОВЗ»

Музыкальный руководитель
Иванова Ирина Юрьевна

г. Каменск-Уральский, 2025 год

Хорошая речь — важнейшее условие всестороннего, полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребенка речь, тем легче ему высказать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее отношения со сверстниками и взрослыми.

Ни для кого не секрет, что в последние годы детей с речевой патологией становится всё больше. Дефекты речи всё серьезнее. Определённую роль в их возникновении играют мозговые дисфункции. Поэтому возникает необходимость поиска новых методов и приёмов коррекции и профилактики речевых нарушений.

В нашем детском саду работа с детьми, имеющими нарушения речи ведётся в комплексе:

-логопедом

-воспитателем

-музыкальным руководителем

Поиск наиболее оптимального решения коррекции нарушения речи у дошкольников привёл нас к методу кинезиологии или «гимнастики мозга».

Доказано, что упражнения для активизации работы мозга, существенно повышают результаты коррекционной работы. Стимулируя работу мозга, мы можем активизировать речь, улучшить её понимание, развить память, внимание, повысить стрессоустойчивость, повысить интеллектуальные способности в целом.

В нашей практике метод кинезиология используется, как система упражнений, сопровождаемая музыкой и пением. Известно, что музыка оказывает мощное положительное влияние на детей дошкольников: активизирует умственные способности, нормализует психику. Соединение кинезиологических упражнений с музыкой усиливает эффект и даёт потрясающий результат.

На музыкальных занятиях мы используем кинезиологические упражнения в игровой форме. Проведение занимает 2-3 мин, такие задания не только развивают детей, но веселят их, доставляя им удовольствие.

Наиболее эффективное воздействие эти упражнения оказывают на развитие: речи, эмоциональной отзывчивости, звуковысотного слуха, чувства ритма, музыкального мышления, координации движений.

Для результативной работы нужны условия:

- ✓ Упражнения выполняются в доброжелательной обстановке
- ✓ Утром, во время музыкальных занятий
- ✓ Движения для 2-х сторон
- ✓ От простого к сложному
- ✓ От детей требуется точное выполнение
- ✓ Могут проводиться сидя, стоя
- ✓ В любой последовательности

Разнотипные движения расширяют резервные возможности функционирования мозга – развивают речь и музыкальное мышление.

Чем интенсивнее нагрузка, тем более значительными будут результаты

Виды кинезиологических упражнений:

-Растяжки

-Пальчиковые упражнения

-Упражнения на релаксацию

-Дыхательные упражнения

-Телесные упражнения

-Глазодвигательные упражнения

Валеологические кинезиологические песенки-распевки

Каждое музыкальное занятие у нас

начинается с валеологической кинезиологической песенки –распевки. «Доброе утро», «Трямди песенка» и др.

Это доступные для восприятия и воспроизведения тексты распевок (авторы М. Л. Лазарев, М. Ю. Картушина) и приятная мелодия (мажорный лад) поднимают настроение, создают позитивный тон, улучшают эмоциональный климат на занятии, подготавливают голосовой аппарат к пению: улучшают состояние дыхательных путей и развивают голос, звуковысотный слух, а следовательно – речь. Распевки сопровождаются самомассажем биологически активных зон лица и шеи, ритмичными движениями, звучащими жестами, растяжками.

Релаксация

Позволяет использовать особые упражнения, такие как «Путешествие на облаке», «Дирижёр», «Ковёр-самолёт» и др., которые помогают снимать напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливать спокойное дыхание, что является главным условием для естественной речи.

Используется классическая музыка: Т.Альбиони «Адажио», И.С. Бах «Ария из сюиты № 3», Бетховен «Лунная соната» и др., звуки природы(шум леса, моря, пение птиц и др.)

Дошкольникам не рекомендуется прослушивать электронную музыку. Это касается даже игрушек.

Игровой массаж и самомассаж

Является одним из методов коррекции нарушения речи. Мы используем такие как «Ушки на макушке», «Краб», «Дождик» и др. Он снимает мышечные спазмы и нормализует тонус мышц. Как следствие речь заметно улучшается. Можно использовать мячик с шипами и чередовать с поглаживанием, постукиванием по ножкам, спинке, ушкам –проходит под музыку.

Т.к.массаж и музыка могут прекрасно сочетаться, что позволит создать благоприятный эмоциональный фон . Поэтому музыка для массажа должна отвечать определенным критериям, таким как:

- Достаточно четкий и простой ритм
- Темп не очень быстрый

Гимнастика для глаз

У детей с нарушением речи сужены поля зрительного восприятия, чтобы их расширить нужна гимнастика для глаз. Её можно выполнять под спокойную музыку. Она направлена на улучшение и сохранение зрения. При выполнении можно использовать.

-Предмет или игрушку, которые демонстрируются на уровне глаз детей и служат ориентиром для выполнения движения глаз: «Глаз –путешественник», «Снежинка»

-Электронные версии зрительной гимнастики: «Ёлочка»

Пальчиковые игры

Важное место на музыкальных занятиях, особенно с детьми с нарушением речи занимают пальчиковые игры. Существует прямая связь между движениями рук и произнесением слов. Пальчиковые игры воспитывают речевую и музыкальную двигательную активность В нашей практике осуществляется система кинезиологических пальчиковых упражнений, сопровождаемая пением.

- упражнения с младшими дошкольникам выполняем в медленном темпе, от 3 до 5 раз сначала одной рукой или симметрично расположенными пальцами (ручные знаки)

Например, упражнение

«Ушки длинные у зайки, из кустов они торчат. Он и прыгает и скачет, веселит своих

зайчат».

Сопровождается поступенным пением мелодии вверх и вниз.

Постепенно разгибая пальцы, начиная с большого, из кулачка, ребёнок должен голосом изобразить поступенное движение мелодии вверх, что позволяет включить в работу оба полушария, заставить их взаимодействовать друг с другом. «Вот иду я вверх-вот иду я вниз» Такое упражнение развивает не только мелкую моторику рук, но и звуковысотный слух.

- упражнения, проводимые со старшими дошкольниками, усложняются, объём заданий увеличивается, наращивается темп выполнения задания, варьируется использование мелодий (постепенный переход от поступенного движения к движениям по трезвучию, скачкообразным движениям). В отличие от малышей, для которых используются упражнения только с симметричными движениями и сопровождаемые пением звуков только октавы, старшим дошкольникам предлагаю одновременные разнотипные движения рук.

В отличие от содружественных движений, регуляция которых происходит на уровне спинного мозга, разнотипные движения требуют более высокого уровня регуляции, за счёт чего расширяются резервные возможности функционирования головного мозга ребёнка, развивается координация движений, основные признаки музыкальности: эмоциональная отзывчивость, звуковысотный слух, музыкальное мышление.

Можно также пропевать пальчиковые игры. Тогда яркая весёлая музыка развивает слух, вокальные и ритмические навыки, создаёт благоприятную атмосферу «Бабушка Маруся», «Червячки» и др.

Двигательные (телесные) упражнения

Тренируют в первую очередь мозг и подвижность нервных процессов. Во время выполнения движений под музыку, дети учатся ориентироваться на музыку, как на особый сигнал к действию, у них совершенствуется общая моторика, координация движений, коммуникативные способности, развивается речь, т.к. множественные пересечения срединной линии тела синхронизируют работу правого и левого полушария. Эти упражнения благотворно влияют на психическую сферу человека. Дети с большим удовольствием занимаются веселыми упражнениями. «Маршировка», «Пила», «Ладушки», «Рисование в воздухе» и др. Многими учёными отмечено, чем выше активность ребёнка, тем лучше его речь.

Дыхательные упражнения

Дыхательная гимнастика представляет систему дыхательных упражнений, которые входят в корректирующую работу детей с нарушением речи. В нашей практике мы используем кинезиологические дыхательные упражнения : «Мы –музыканты», «Танец снежинок (листочков, пушинок и т.д.)»

Правила:вдох-короткий, лёгкий (через нос);выдох –длинный (через рот)

Важно, чтобы у детей при выполнении не напрягались мышцы и не двигались плечи. Все упражнения выполняются 1-2 мин.в игровой форме, что вызывает у детей положительные эмоции. Полезно выполнять: играть на детских духовых инструментах;

дуть на привязанные к ниточке разноцветные фигурки (снежинки, листочки и т.д.) (под вальсовую музыку)

Напр. «Дед Мороз»

«Как подул Дед Мороз в воздухе морозном,
заплясали, закружились ледяные звёзды»

И в конце полезная информация

Большинство из нас выполняют рутинные ежедневные физические действия «удобной» рукой. Попробуйте почистить зубы, причесаться, доставать предметы, рисовать и даже писать другой рукой. Выполнение обычного действия «необычной» рукой активизирует новые участки мозга и помогает развивать новые контакты между клетками мозга.

Вывод

Таким образом, кинезиологические упражнения существенно помогают развивать тело, повышать стрессоустойчивость организма, синхронизировать работу полушарий, улучшать мыслительную деятельность, улучшать память и внимание, речь, развивать творческую деятельность. Ребенок овладевает умениями, которые ранее были недоступны ему.