

**« Использование
различных форм
коррекционной работы
с детьми с ОВЗ»**



***Использование
кинезиологических упражнений***

Кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Кинезиологические упражнения дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не принимали участия в учении, и решить проблему неуспешности.

Коррекционно- развивающая работа направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Кинезиологические упражнения помогают улучшить:

- ▶ Память
- ▶ Внимание
- ▶ Речь
- ▶ Пространственные представления
- ▶ Мелкую и общую моторику
- ▶ Снизить утомляемость
- ▶ Повысить способность к произвольному контролю

Упражнения проводятся по специально разработанному комплексу, в который включены:

- ▶ Растяжки
- ▶ Дыхательные упражнения
- ▶ Глазодвигательные упражнения
- ▶ Телесные упражнения
- ▶ Упражнения для развития мелкой моторики
- ▶ Упражнения на релаксацию
- ▶ Массаж

Растяжки

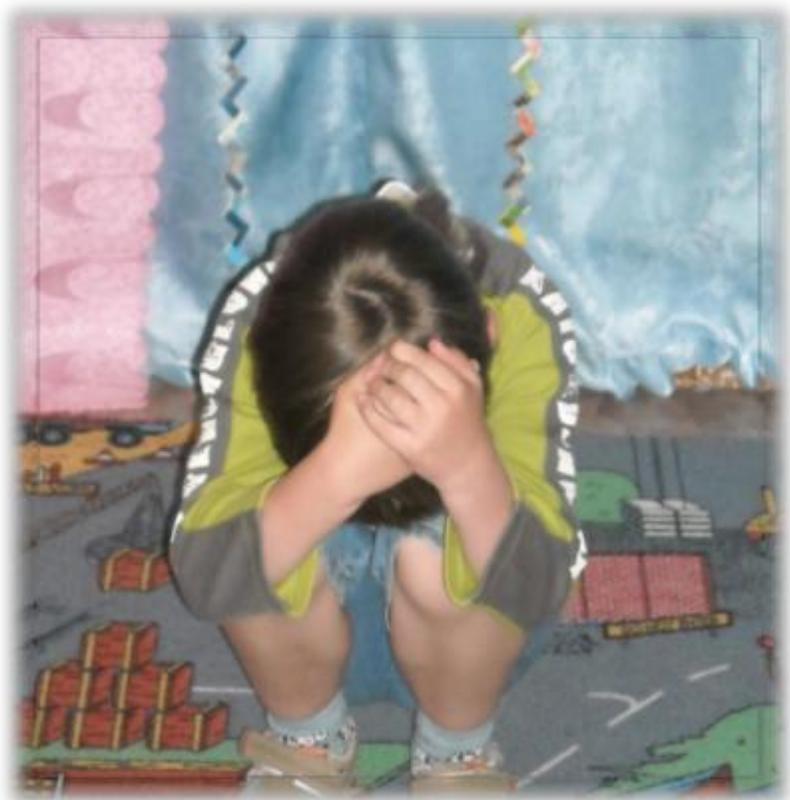
нормализуют гипертонус и гипотонус

Снеговик

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала “тает” и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.



«Дерево»



Сидя на корточках, спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер - вы раскачиваетесь, как дерево.

«Тряпичная кукла и солдат»

Стоя, полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расслабте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.



Дыхательные упражнения

улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность

“Свеча”

Сидя за партой, представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.



«ДЫШИМ НОСОМ»

Лежа на спине или стоя, дышать только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, левую ноздрю закрывают мизинцем правой руки). Дыхание медленное, глубокое.



«Нырляльщик»

Стоя, сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть - открыть нос и сделать выдох.



Глазодвигательные упражнения

позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие

Взгляд влево вверх”

Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углов в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на “прямо перед собой”. (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.



“Горизонтальная восьмерка”

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.

“Глаз - путешественник”

Развесить в разных углах и по стенам класса различные изображения игрушек, животных и т.д. Исходное положение - стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный учителем.

Телесные упражнения

развивают межполушарное взаимодействие, снимают произвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы

«Перекрестное марширование»

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.



«Мельница»



Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

«Паровозик»

Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.



«УХО-НОС»



Левой рукой берёмся за кончик носа, а правой - за противоположное ухо, т.е. левое. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук "с точностью до наоборот".

Упражнения на релаксацию

способствуют расслаблению, снятию напряжения

“Дирижер”

Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку - каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка)

Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком... Пусть в то время как вы дирижируете, музыка течет через все ваше тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируйте на слышимые вами звуки каждый раз по-новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.



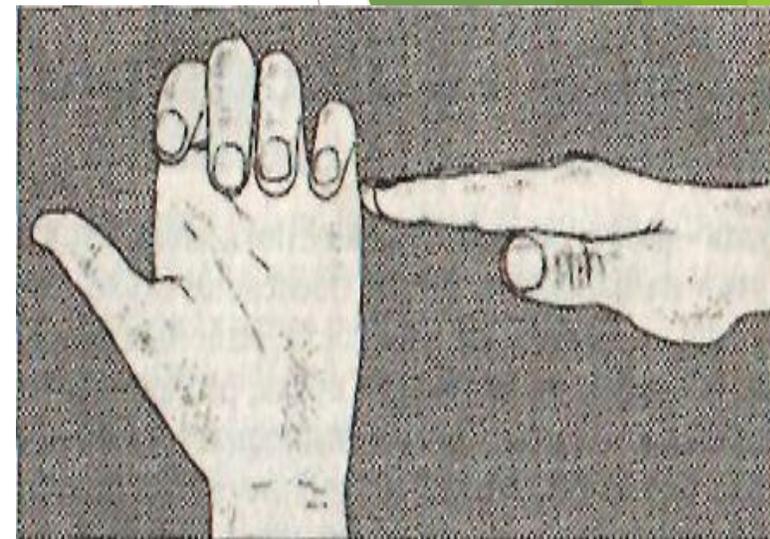
Упражнения для развития мелкой моторики

Кулак–ребро–ладонь.

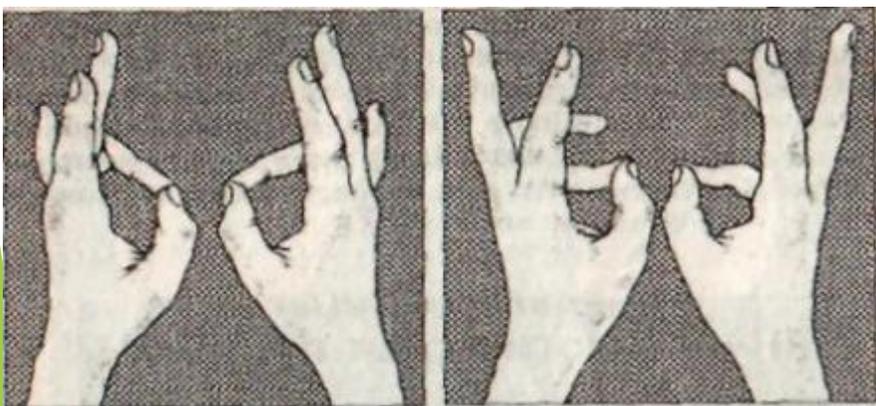
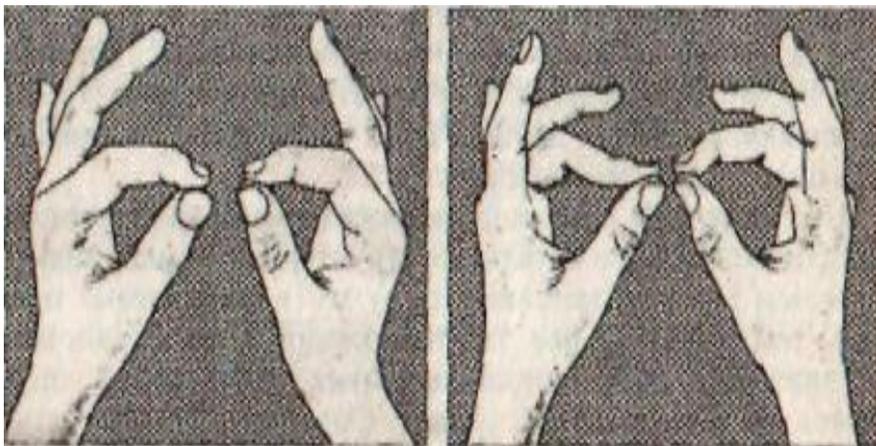
Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8–10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («кулак–ребро–ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

«Лезгинка»

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6–8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.



«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 (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

Массаж



Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз.

Двумя пальцами правой руки
массировать круговыми
движениями лоб, а двумя
пальцами левой руки -
подбородок. Считать до 30.



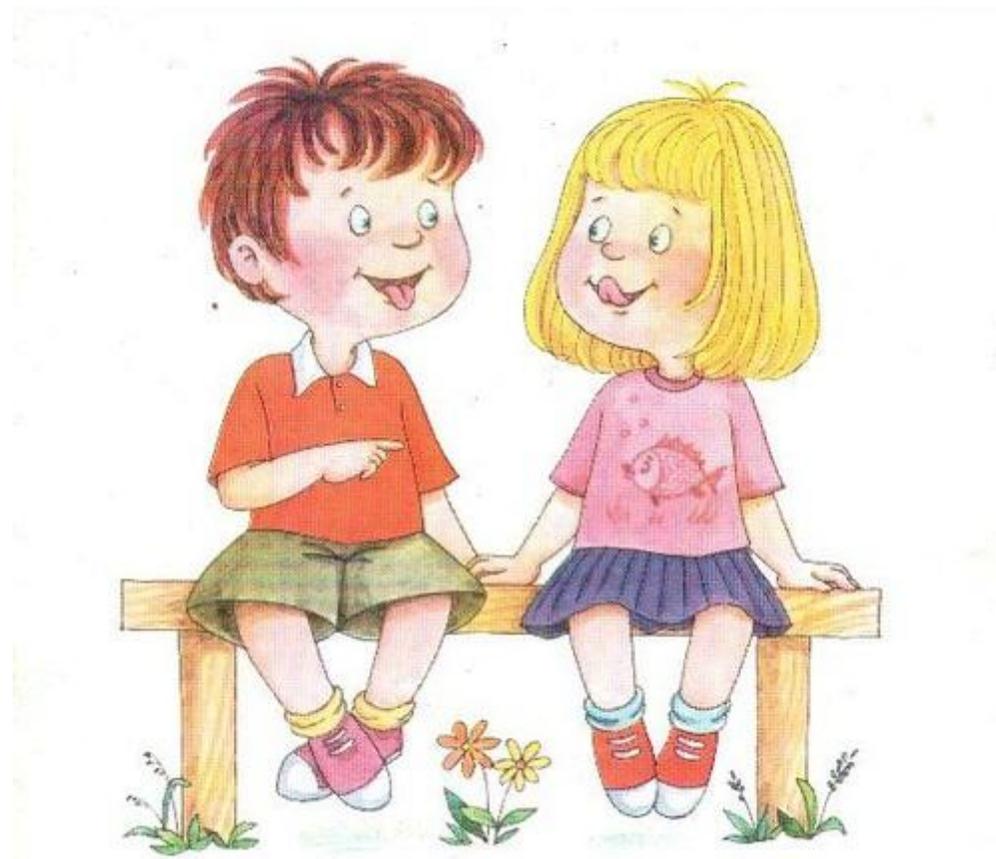
Сжимать пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимают кулак с усилием. Затем, ослабляя сжатие кулака, делают вдох. Повторить 5 раз. Выполнение с закрытыми глазами удваивает эффект.



Рекомендации по применению:

- ▶ Доброжелательная обстановка
- ▶ Систематичность
- ▶ Усложнение и наращивание темпа заданий
- ▶ Точность выполнения движений и приемов
- ▶ Использование разнотипных и однотипных движений рук
- ▶ Включение всех 5 пальцев каждой руки
- ▶ Использование движений на сжатие, растяжение и расслабление мышц
- ▶ Применение упражнений на занятиях и в свободное время
- ▶ Проведение кинезиологических упражнений перед интенсивной умственной нагрузкой.
- ▶ Продолжительность занятий от 5-10 до 20 - 35 минут в день, в зависимости от возраста.
- ▶ Упражнения можно проводить только в том случае, если идет стандартная учебная работа. Творческую деятельность прерывать нецелесообразно.

Развитие мелкой и артикуляционной моторики.



Виды работы по развитию мелкой моторики

- ✓ Графические упражнения: штриховка, дорисовка картинки, графический диктант, соединение по точкам, продолжение ряда;
- ✓ Волшебные обводилки.
- ✓ Пальчиковые шаги.
- ✓ Предметная деятельность: игры с бумагой, глиной, пластилином, песком, водой, рисование мелками, углем;
- ✓ Игры: мозаика, конструкторы, шнуровка, складывание разрезных картинок, игры с вкладышами, складывание матрешек;
- ✓ Игры на развитие тактильного восприятия: «Гладкий - шершавый»
- ✓ Пальчиковая гимнастика.



Пальчиковая гимнастика



В.А.Сухомлинский сказал:
«Ум ребенка находится на
кончиках его пальцев»

Упражнения можно условно разделить на три группы.

I. Упражнения для кистей рук:

- ❖ развивают подражательную способность;
- ❖ учат напрягать и расслаблять мышцы;
- ❖ развивают умение сохранять положение пальцев некоторое время;
- ❖ учат переключаться с одного движения на другое.

«Замок»



На двери висит замок
(ритмичные соединения пальцев рук в замок),

Кто открыть его бы смог?

Потянули

(руки тянутся в стороны),

Покрутили

(круговые движения пальцев от себя),

Постучали

(основания ладоней стучат друг о друга)

И открыли

(разомкнули пальцы).

II. Упражнения для пальцев условно-статические:

❖ совершенствуют полученные ранее навыки на более высоком уровне и требуют более точных движений





Домик

Дом стоит с трубой и крышей,
На балкон гулять я вышел.

**Ладони направлены под углом,
кончики пальцев соприкасаются;
средний палец правой руки поднят
вверх,
кончики мизинцев касаются друг
друга,
выполняя прямую линию (труба,
балкон).**



III. Упражнения для пальцев

динамические:

- ❖ развивают точную координацию движений;
- ❖ учат сгибать и разгибать пальцы рук;
- ❖ учат противопоставлять большой палец остальным





ПАЛЬЧИКОВЫЙ ТЕАТР







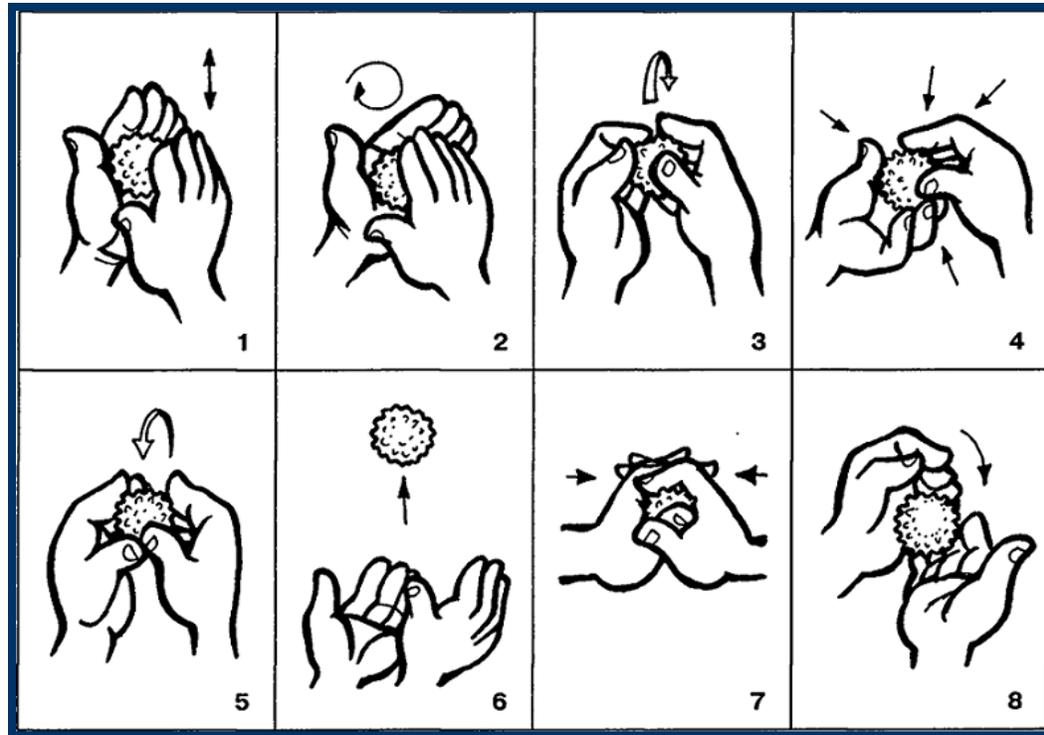
Использование массажера Су-джок



Приемы работы Су-Джок массажером



Массаж специальным шариком



1. Катать мячик от кончиков пальчиков к запястью
2. Катать мячик в ладонях по кругу
3. Перебирать мячик пальчиками
4. Сжимать мячик пальчиками
5. Крутить мячик пальчикам
6. Подбрасывать и ловить мячик
7. Сжимать мячик в руках
8. Перекидывать мячик из одной руки в другую

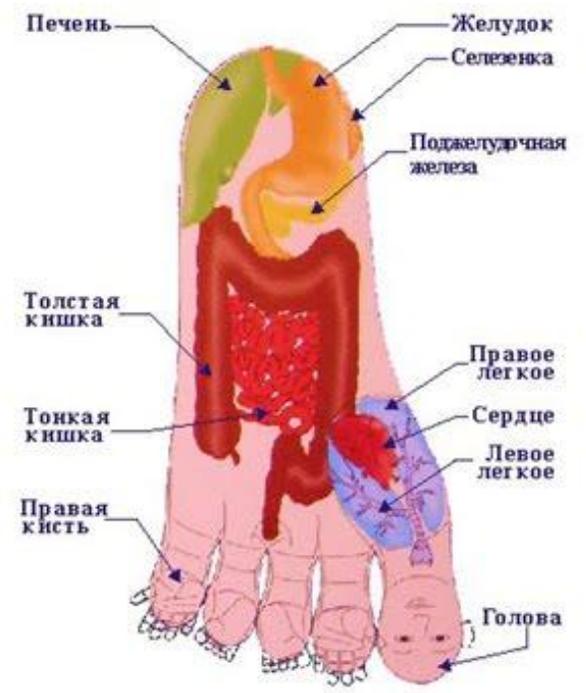
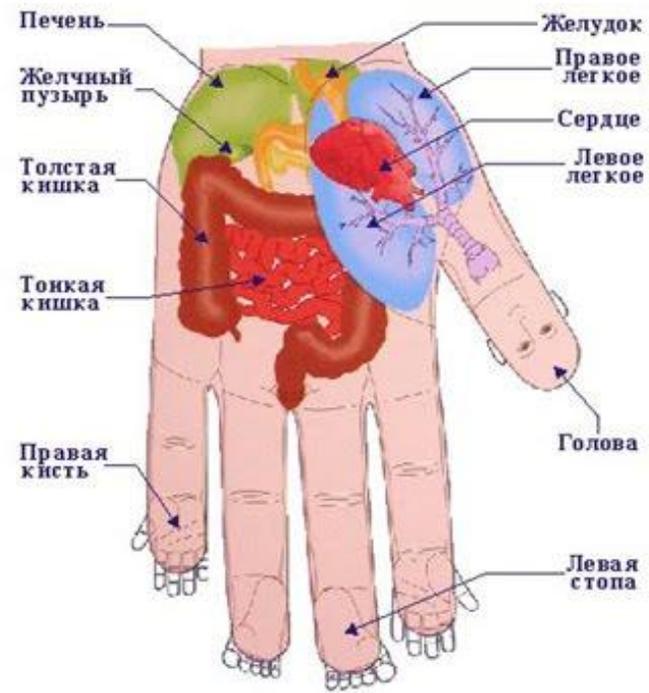
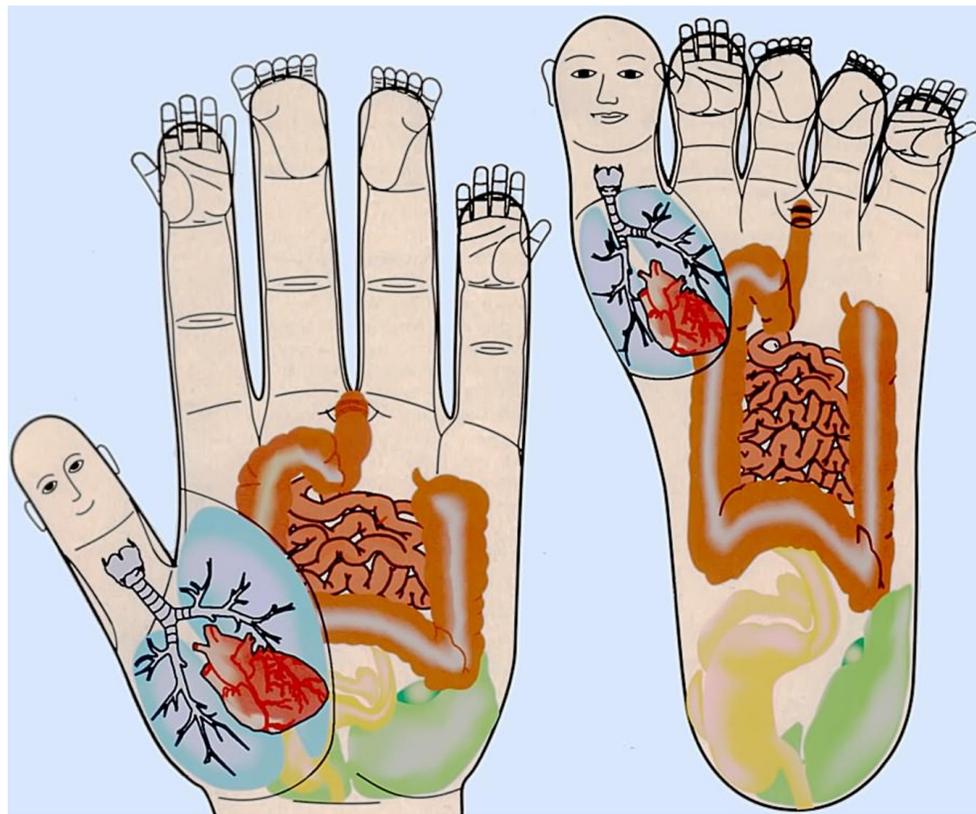
***Я мячом круги катаю,
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошку.
Будто я сметаю крошку,
И сожму его немножко,
Как сжимает лапу кошка,
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.
Ежик колет нам ладошки,
Поиграем с ним немножко.
Ежик нам ладошки колет -
Ручки к школе нам готовит.***



Приемы работы Су-Джок массажером



Массаж эластичным КОЛЬЦОМ



Раз - два - три - четыре - пять, /разгибать пальцы по одному/

Вышли пальцы погулять,
Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой.

Этот пальчик для того, чтоб показывать его.
Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине.

Этот пальчик безымянный, он избалованный самый.

А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.





**Пальчиковая гимнастика
в стихах**



**Автоматизация
звуков**

Достоинства применения массажеров Су-Джок

- ▶ Высокая эффективность
- ▶ Абсолютная безопасность
- ▶ Универсальность
- ▶ Простота применения



**Применение Су-Джок массажера
является уникальной тактильной
гимнастикой и способствует
коррекции речевых нарушений**



Биоэнергопластика.

*Чем больше уверенности в
движении детской руки,
тем ярче речь ребёнка!*

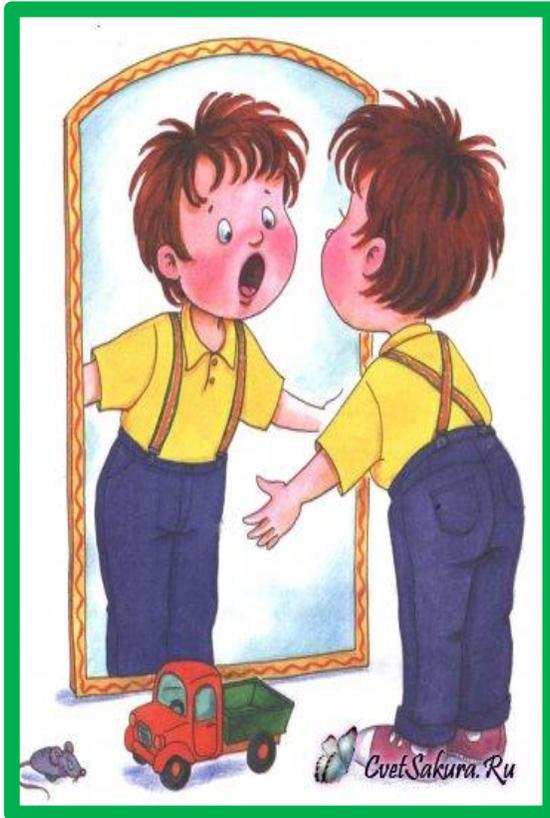
В.А. Сухомлинский

Что такое биоэнергопластика?

- ▶ Термин состоит из двух слов: биоэнергия и пластика.
- ▶ Биоэнергия - это та энергия, которая находится внутри человека.
- ▶ Пластика - плавные, раскрепощённые движения тела, рук.
- ▶ Биоэнергопластика - это соединение движений артикуляционного аппарата и движений кистей рук.



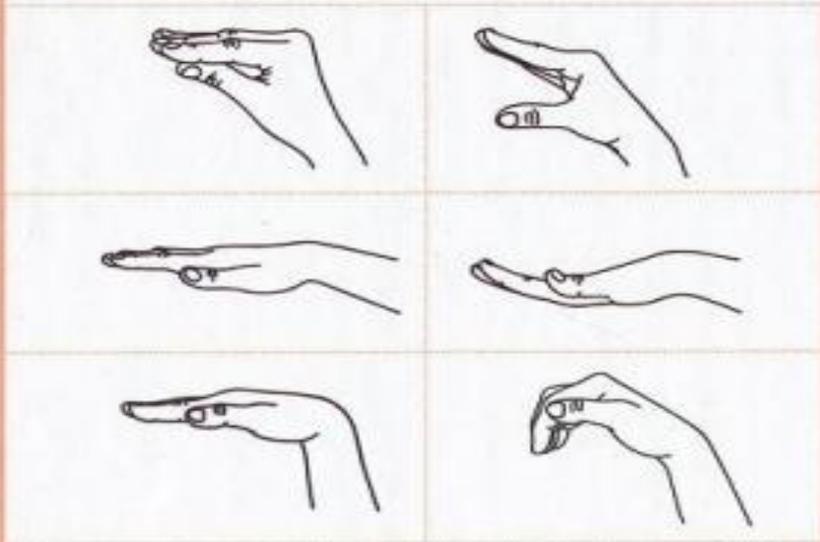
Преимущества биоэнергопластики.



- ▶ Оптимизирует психологическую базу речи.
- ▶ Улучшает моторные возможности ребёнка по всем параметрам.
- ▶ Способствует коррекции звукопроизношения, фонематических процессов.
- ▶ Синхронизация работы над речевой и мелкой моторики сокращает время занятий, усиливает их результативность.
- ▶ Позволяет быстро убрать зрительную опору - зеркало и перейти к выполнению упражнений по ощущениям.

Р. Г. Бушлякова

Артикуляционная гимнастика
с биоэнергопластикой



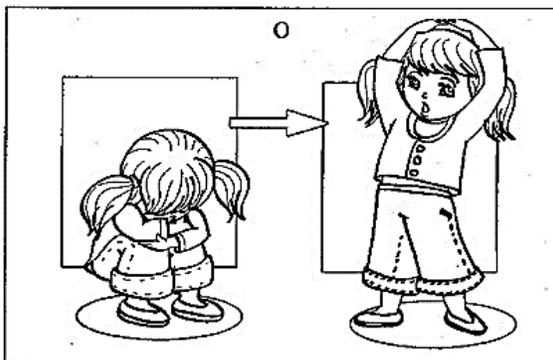


- ❖ *Систематическая работа с применением биоэнергопластики способствует привлечению интереса детей к логопедическим занятиям.*
- ❖ *Позволяет достичь положительных результатов в развитии артикуляционной и пальчиковой моторики.*
- ❖ *Облегчает постановку, введение звуков в речь.*
- ❖ *Способствует более быстрому преодолению речевых нарушений.*

Использование фонетической (речевой) ритмики.

Вариант 2

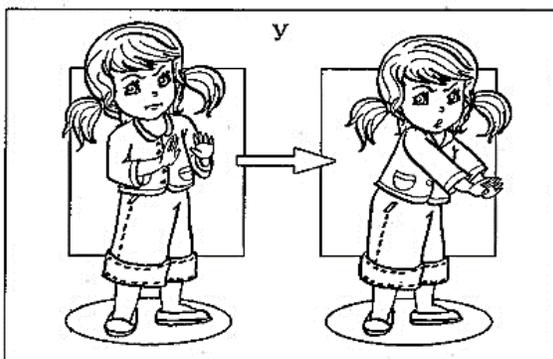
По команде «Спрятались!» дети принимают исходное положение (см. звук [а]). По команде «Встали и удивились!» они встают и с удивлением на лице и в голосе произносят гласный [о-о-о...], одновременно поднимая руки через стороны вверх и соединяя их в кольцо над головой.



[У]

И.п.: руки согнуты на уровне груди, ладони повернуты от себя. Произносятся гласный [у-у-у...], дети давящим движением выпрямляют руки вперед и вниз.

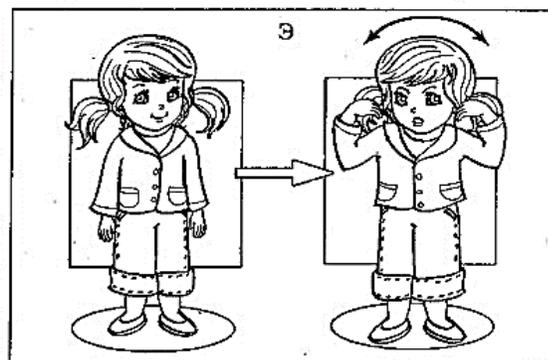
Интонация угрозы.



[Э]

И.п.: руки опущены. Произносятся гласный [э-э-э...], дети плавно сгибают руки в локтях, поднимая кисти до уровня плеч, локти опущены (поза хирурга), одновременно покачивая головой с укоризненным оттенком.

Интонация укора:

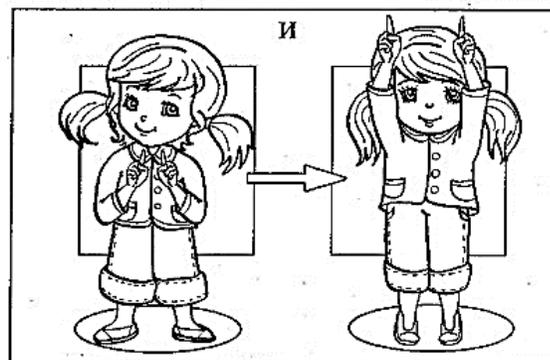


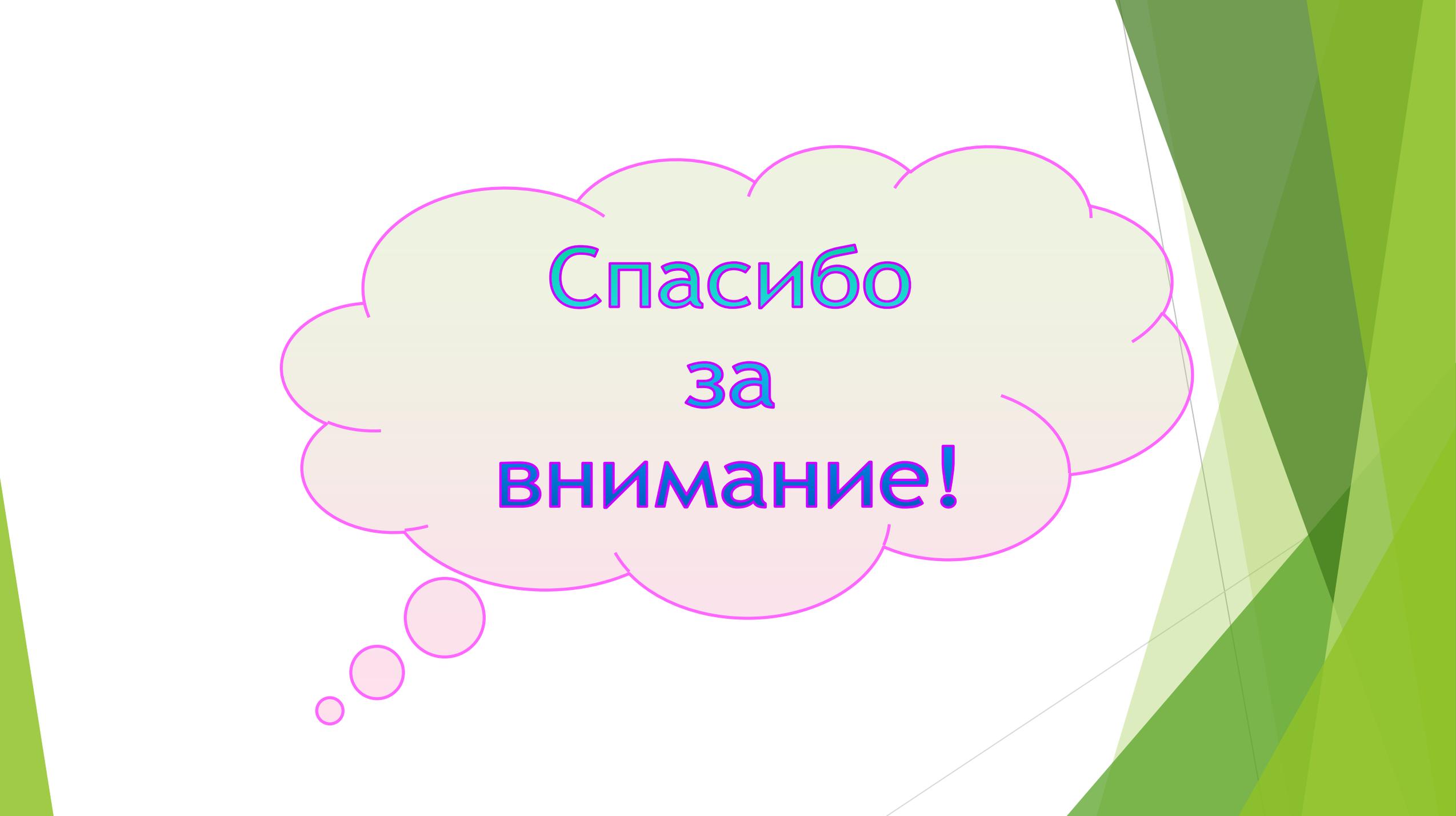
[И]

Вариант 1

И.п.: руки согнуты перед грудью, указательные пальцы направлены вверх, остальные сжаты в кулачки. Произносятся гласный [и-и-и...], дети встают на носочки, поднимают руки высоко над головой, тянутся вверх.

Интонация удивления и радости.





Спасибо
за
внимание!