**Государственное образовательное учреждение Тульской области**

**« Тульская школа для обучающихся с ОВЗ № 4»**

**«Инновационные технологии, применяемые на логопедических занятиях»**

**Работу выполнила:**

**учитель-логопед**

**Панюшкина Надежда Константиновна**

**Тула**

**2015-2016 год**

***Инновационные технологии, применяемые на логопедических занятиях.***

В настоящее время для активизации и развития речевой функции у детей логопатов существует множество инновационных технологий. Наиболее интересными, а главное действенными, многие считают методы для формирования правильного речевого выдоха А.Н.Стрельниковой, использование индийских Мудр и Хаст для развития мелкой моторики пальцев рук, упражнения из японской методики пальцевого массажа, музыкотерапия, ароматерапия, а так - же пескотерапию.

**Дыхание**

Как известно дыхательные упражнения улучшают ритмирование организма, развивают самоконтроль над поведением и произвольность, снижают гиперактивность и импульсивность. Также упражнения успокаивают и способствуют концентрации внимания. Увеличивается объем легких, усиливается газообмен и улучшается  кровообращение, под действием диафрагмы происходит интенсивный массаж внутренних органов, что естественно, способствует общему оздоровлению организма и улучшению самочувствия.

Традиционно для формирования дыхания используется комплекс физических упражнений. Вместо общепринятых можно использовать модифицированные приемы **парадоксальной гимнастики А.Н. Стрельниковой.**

Парадоксальная гимнастика способствует увеличению объема вдоха и диафрагмального выдоха. Каждое движение соответствует определенным фазам дыхания. Так, вдохи делаются при движениях, сжимающих грудную клетку. Вдох должен быть максимально активен, выдох - пассивен. В отличие от традиционной дыхательной гимнастики при слегка согнутых губах делается шумный короткий вдох носом. Выдох осуществляется свободно через рот.

Все упражнения ритмизированы. Каждое из них выполняется 8 раз, после 3-5 секундного перерыва рекомендуется переходить к следующему упражнению. Общая продолжительность гимнастики 5-7 минут. В начале обучения осваивается одно упражнение. В каждый следующий день добавляется еще по одному. Вот некоторые упражнения:

**Упражнение 1. "Ладошки".**

Исходное положение: встать прямо, поднять ладошки на уровень лица, локти опустить.

Делать короткий шумный активный вдох носом и одновременно сжимать кулаки. Выдох плавный, свободный через нос или через рот, пальцы разжать, кисти рук расслабить.

**Упражнение 2. "Поясок"**

Исходное положение: встать прямо, сжать кулаки, прижать их к поясу.

В момент короткого шумного вдоха носом с силой толкнуть кулаки к полу, как будто что-то сбрасывая с рук. Во время толчка кулаки разжать, пальцы растопырить. На выдохе вернуться в исходное положение.

**Упражнение 3. "Поклон"**

Исходное положение: встать прямо, руки опущены.

Слегка наклониться вперед, округлить спину, опустить голову и руки. Сделать короткий шумный вдох в конечной точке поклона ("понюхать пол"). Затем плавно, свободно выдыхая через нос или рот, вернуться в исходное положение.

**Упражнение 7. "Повороты головы"**

Исходное положение: встать прямо, руки опущены.

Повернуть голову вправо, сделать короткий шумный вдох. Без остановки повернуть голову влево, снова сделать короткий вдох слева. Выдох пассивный между вдохами.

**Упражнение 8. "Ушки".**

Исходное положение: встать прямо, смотреть перед собой.

Слегка наклонить голову к правому плечу - короткий шумный вдох носом. Затем наклонить голову влево - тоже вдох. Выдох пассивный между вдохами, наклоны делать без перерыва.

Кроме этого хороший результат дают**упражнения взятые из практики нейропсихолога Кузнеченковой Светланы Олеговны**, которая разработала, целую систему упражнений – нейройогу для детей с ДЦП, ЗПР, ЗРР, СДВГ, расстройствами поведения и другими неврологическими и психиатрическими проблемами.

**Упражнение «Продуваем двигатели»** исходное положение – сидя. Дыхание 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. Эффект – активизация работы правого и левого полушария.

**Упражнение «Воздушный шарик »** исходное положение – сидя или лежа на полу. Вдох. Расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе шарик, например красного цвета. Пауза (задержка дыхания) выдох. Втянуть живот как можно сильнее.  Пауза. Вдох. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

**Упражнение «Жужжание пчелы».** Большие пальцы рук закрывают уши, четыре остальных пальца – глаза, при этом средний и безымянный слегка на них надавливают. Сделать глубокий вдох и на протяжении  всего выдоха произносить звук «м». подключить вибрацию, слегка надавливая и отпуская в быстром темпе большие пальцы в ушах. Когда воздух заканчивается, сразу сделать глубокий вдох и на выдохе снова произносить этот звук. Так от 3 до 5 раз. В качестве варианта этого упражнения  можно  использовать вместо звука «м» звук «ж» (рот слегка приоткрыт), а также чередовать их. Эффект – гармонизация работы мозга.

**Упражнение  «Ах!»**исходное положение – встать, ноги на ширине плеч, руки опущены, ладони обращены вперед. На быстром вдохе руки притягиваются к подмышкам ладонями  вверх. На медленном выдохе – опускаются  вдоль тела ладонями вниз. Эффект – такой тип дыхания оказывает мощное мобилизующее действие, быстро снимает психоэмоциональное напряжение.

**Мелкая моторика**

Актуальной становится проблема использования разнообразных развивающих упражнений, игр по совершенствованию мелкой моторики у детей с речевыми нарушениями. Помимо традиционной пальчиковой гимнастики в логопедической работе используются новые упражнения, игры с пальчиками.

**Мудры**

**Один из распространенных спо­собов оздоровления в Индии — муд­ры**. Это специально разработанные положения тела, которые, согласно Аюрведе, помогают восстановить циркуляцию энергии в организме. Для того чтобы практиковать их, требуются специальные условия. Но часть мудр, а именно хасты (опреде­ленные комбинации пальцев), вы можете научить детей выполнять не только на своих занятиях, но  и во время про­гулки,  в метро, и сидя перед теле­визором.

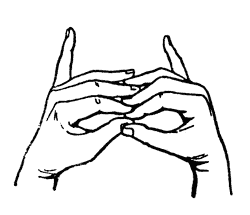
Что могут мудры

• мудра помогает обрести внутреннюю силу и душевное спокойствие  
• мудра, устраняет хроническую усталость, и чувство тревоги  
• мудра значительно улучшает эмоциональное состояние человека  
• мудра, избавляет от страха и гнева  
• мудра, способствует покою в сознании  
• мудра, облегчает и излечивает многие заболевания  
• мудра благотворно воздействует на весь организм человека.

Большинство хаст дает немедленный эффект - вы тотчас ощутите прилив сил, ясность ума, умиротворение.  Хасты выполняются одновремен­но двумя руками, без напряжения. Положение тела при этом должно быть свободным. Спина — прямая, голова приподнята. Пальцы жела­тельно направлять вверх. Поза фиксируется в течение  20-30 секунд (двух-трех циклов дыхания)

**Хаста «Ле­стница небесного храма»**

Разместить кончики пальцев левой руки между кончиками пальцев правой руки (пальцы правой руки внизу). Очень легко зажать кончики пальцев между собой. Мизинцы обе­их рук свободно выпрямить и направить  кверху. «Лестница небесного храма» по­могает уравновесить психику, улуч­шить настроение, избавиться от де­прессии.

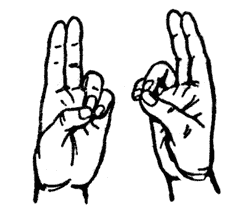


**Хаста ЗНАНИЯ**

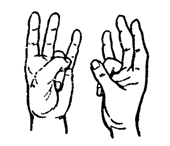
Указательный палец соединить  с подушечкой большого пальца. Остальные три пальца прямые, но не следует их напрягать. **Хаста** благотворно влияет на работу мозга, улучшает память и способствует развитию концентрации, снимает эмоциональное напряжение, устраняет тревогу, страх, беспокойство, позволяет быстро выйти из депрессии.



**Хаста ЖИЗНИ**

***Особенно полезна для детей, поскольку неимоверно возросшие зрительные нагрузки на их глаза приводят к раннему развитию детской близорукости.*Подушечки безымянного, мизинца и большого пальцев соединить вместе, указательный и средний палец выпрямить  без напряжения.**  
****  
**Польза: помимо положительного влияния на зрение хаста жизни способствует приливу сил при утомляемости, достаточно быстро восстанавливает организма после стресса, повышает работоспособность и улучшает общее самочувствие.**

**Хаста ОКО МУДРОСТИ**

Безымянный палец руки прижать первой фалангой большого пальца этой же руки. Остальные пальцы свободно расставлены. Польза:**хаста** активизирует умственную деятельность.

**Часто на занятиях использую некоторые упражнения из**

**японской методики пальцевого массажа.**

         Во всех дошкольных учреждениях Японии, начиная с 2-х летнего возраста, применяется методика пальцевого массажа и самомассажа. Японский ученый НАМИКОШИ ТОКУХИРО считает, что массаж каждого пальца положительно влияет на определенный орган:

·       массаж большого пальца – повышает активность мозга,

·       массаж указательного пальца – стимулирует желудок и поджелудочную железу,

·       массаж среднего пальца – улучшает работу кишечника,

·       массаж безымянного пальца – стимулирует печень,

·       массаж мизинца – способствует улучшению сердечной деятельности, снимает психическое и нервное напряжение.

Поскольку нервные окончания на пальцах непосредственно связаны с мозгом

·       работа рук способствует психическому успокоению (вязание на спицах)

·       предотвращает развитие утомления в мозговых центрах (китайский обычай перебирать в руках грецкие орехи)

·       способствует возникновению успокаивающего эффекта (японские купцы потирают руки при обслуживании докучливых клиентов)

Японский ученый ЙОСИРО ЦУЦУМИ разработал систему упражнений для самомассажа:

**1.**     **Массаж пальцев,**начиная с большого и до мизинца. Растирают сначала подушечку пальца, а затем медленно поднимаются к основанию. Такой массаж желательно сопровождать веселыми рифмовками

**2.**     **Массаж ладонных поверхностей**каменными, металлическими или стеклянными разноцветными шариками «марблс»: их нужно вертеть в руках,  щелкать по ним пальцами,  «стрелять»,  направлять в специальные желобки и лунки-отверстия, состязаться в точности попадания

**3.**     **Массаж грецкими орехами:**катать два ореха между ладонями, один орех прокатывать между пальцами,  удерживать несколько орехов между растопыренными пальцами ведущей руки и обеих рук

**4.**     **Массаж шестигранными карандашами:** пропускать карандаш между одним и двумя-тремя пальцами, удерживать в определенном положении в правой и левой руке

**5.**     **Массаж «четками».**Перебирание четок развивает пальчики, успокаивает нервы. Перебирание сочетают со счетом, прямым и обратным.

**Нетрадиционные методы**

**для создания благоприятного эмоционального фона на занятиях**

В коррекционной педагогике получили широкое распространение нетрадиционные методы коррекционного воздействия: музыко, арома,  и др. виды терапий.  Использование данных методов скорее служит для создания благоприятного эмоционального фона, что,  улучшает эффективность коррекционного воздействия.

•  Ароматерапия – лечение с помощью фитокомпозиций ароматов цветов и растений.

•  Музыкотерапия – воздействие музыки на человека с терапевтическими целями.

**АРОМАТЕРАПИЯ**

Давно известно положительное влияние эфирных масел на состояние физической и интеллектуальной - эмоциональной сферы человека. Много внимания уделял этой проблеме  гениальный Авиценна. Он называл эфирные масла сильнейшим средством профилактики и лечении нервно-психических расстройств.

Ароматерапия – целостное искусство, которое помогает обрести гармонию тела, эмоций и духа. Эфирные масла – это летучие пахнущие жидкости, сделанные самой природой, часто называемые «жизненной силой» или «душой» растений, потому что они обладают целым рядом целебных свойств.

Медиками установлено, что приятные запахи, повышают тонус коры головного мозга, улучшают обмен веществ, стимулируют дыхание, кровообращение. Положительное эмоциональное возбуждение при вдыхании приятных запахов усиливает внимание, тонизирует центральную нервную систему.

В древнем Риме школьники носили розмариновые венки для улучшения памяти.      Всего несколько капель масла **розмарина**необыкновенно повышают способность к сосредоточению. Чтобы избавить ребёнка от страха перед экзаменом или контрольной, замените розмарин - **лавандой** или иланг-илангом.  
Непоседливых детей успокаивает запах мускатного **шалфея**.  
Основное условие, что ребёнка ни на йоту не раздражает предлагаемый запах. В противном случае: розмарин заменяют **базиликом**, а шалфей – лавандой.”  
Эмоциональные и мозговые блоки, несогласованность в поступках и действиях корректируют запахи – **кедра, мяты, пихты, полыни, эвкалипта**.

По данным доктора Э.Баха, **эвкалипт** показан при медлительности, эмоциональных перегрузках, поскольку оказывает балансирующее действие, придавая некоторый интеллектуальный энтузиазм. Эф. Масло **герани**, как успокаивающее, балансирующее, для лечения депрессии, нервного напряжения, страха.

Недостаточная концентрация внимания,  рассеянность – **иссоп, кипарис, мята, роза, розмарин, тимьян, шалфей**. **Лаванда** при испарении в аромалампе действует, как общеукрепляющая, успокаивающая, стимулирующая циркуляцию мозгового кровообращения. Рекомендуется при неврастении, раздражительности, повышенной агрессивности, колебаниях настроения, депрессии. Применение **жасмина** показано при эмоциональных страданиях, депрессии, страхах, пессимизме, паранойе, потери уверенности в себе.

**Мелисса** – одно из наиболее эффективных и ценных эфирных масел. Её выраженное влияние на тонкие энергетические центры в организме давно известно.    Это делает мелиссу эффективным средством против депрессии, тревоги, ночных кошмаров, шока, нерегулярного сердцебиения и дыхания. Весьма показана при дебильности. Тонизирующие воздействие на мозг, противоспазматическое, стимулятор физический и умственный. Показано как при депрессии и меланхолии, так и в момент ярости и гнева. Эфирное **масло ромашки** применяется очень широко при оказания стимулирующего и гармонизирующего действия на нервную и иммунную системы.  
          Эфирные масла – очень сильный фактор, влияющий на эмоции человека. Наряду с положительным действием возможен и обратный эффект от неумелого её применения в учебном процессе. Здесь есть свои законы и логика.  
В своей работе я придерживаюсь следующих правил и рекомендаций:

Эфирные масла на уроке играют вспомогательную роль, они служат эмоциональным фоном, стимулом к учебной деятельности.  
1.В первый раз применения эфирного масла, необходимо проверить, нет ли аллергии к этому аромату.

2.Из-за высокой биологической активности дозировки недопустимо превышать.  
3.Лучше использовать те запахи, которые детям знакомы и любимы.  
4.Не следует часто менять аромат. Желательно использовать один запах в одной определённой ситуации.

Ароматерапию часто  применяют в сочетании с музыкотерапией.

**МУЗЫКОТЕРАПИЯ**

Музыкотерапия – это лекарство, которое слушают. Лёгкая спокойная музыка во время коррекционных занятий успокаивающе действует на нервную систему, приводит в равновесие процессы возбуждения и торможения.  На логопедических занятиях можно использовать  следующие приёмы музыкотерапии:

-Прослушивание музыкальных произведений, например, во время штриховки или рисования на уроке.

-Ритмические движения под музыку.

-Сочетание музыки с работой по развитию ручного праксиса.

-Пропевание чистоговорок под музыкальное сопровождение.

Музыкотерапевтическое направление работы способствует:

-Улучшению общего состояния детей

-Улучшению исполнения качества движений (развиваются выразительность, ритмичность, плавность);

-Коррекции и развитию ощущений, восприятий, представлений

-Стимуляции речевой функции

-Нормализации просодической стороны речи (тембр, темп, ритм, выразительность интонации).  
На некоторых людей музыка влияет более остро, чем слово. Музыка*Баха, Моцарта, Бетховена* оказывает антистрессовое воздействие. Громкая музыка с подчеркнутыми ритмами ударных инструментов вредна для слуха и для нервной системы. Она

* подавляет нервную систему,
* увеличивает содержание адреналина в крови  
  Наибольшим возбуждающим воздействием обладает:
* музыка Вагнера
* оперетты Оффенбаха
* «Болеро» Равеля
* «Весна священная» Стравинского
* «Каприз № 24» Никколо Паганини

Это связано с нарастающим ритмом. Эти мелодии должны использоваться в работе с вялыми, паретичными детьми.  
Успокаивающее, уравновешивающее действие на нервную систему оказывают:

* музыка Франсиса Гойи
* «Времена года» Чайковского
* «Лунная соната» Бетховена
* фонограмма пения птиц   
    
  **Цель логопедических и логоритмических занятий** с использованием музыкотерапии – создание положительного эмоционального фона:  
  - снятие фактора тревожности  
  - стимуляция двигательных функций  
  - развитие и коррекция сенсорных процессов (ощущений, восприятия, представлений) и сенсорных способностей  
  - растормаживание речевой функции  
  - развитие чувства ритма, темпа, времени  
  - развитие мыслительных способностей и фантазии  
  - развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков  
  - нормализация просодической стороны речи  
  **Особенности использования:**

- громкость звучания музыки должна быть строго дозирована (не громко, но и не тихо)  
- использовать для прослушивания следует те произведения, которые нравятся всем детям  
- лучше использовать музыкальные пьесы, знакомые детям (не должны отвлекать внимание новизной)  
- продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут одновременно.

**Отдельно хочется остановиться на музыке**австрийского композитора Вольфганга Амадея**Моцарта**(1756 – 1791 гг.) Она оказывает на людей самое сильное оздоровительное воздействие. Более того, музыкальные произведения этого композитора способны творить просто невероятные вещи в плане исцеления людей от огромного количества самых разнообразных недугов. Это доказывают многочисленные независимые исследования ученых, медиков и психологов всего мира.

***Влияние музыки Моцарта на физиологию людей***

В 1993 г. невролог Франк Роше из университета штата Висконсина (США) первым в мире обнаружил весьма необычное влияние **музыки Моцарта** на физиологию людей. Его исследования показали исключительно положительное влияние на работу головного мозга человека **музыки Моцарта**как никакой другой

Американский ученый Гордон Шоу и его коллега из Лос-Анжелесского отделения Калифорнийского университета нейролог Марк Боднер использовали сканирование головного мозга с помощью магнитного резонатора (MRI), чтобы получить картину активности тех участков мозга пациента, которые реагируют на прослушивание **музыки Моцарта**, Бетховена ("К Элизе”) и поп-музыки 30-х гг. ХХ в. Как и ожидалось, все виды музыки активизировали тот участок коры головного мозга, который воспринимает колебания воздуха, вызываемые звуковыми волнами (слуховой центр), и иногда возбуждали отделы мозга, связанные с эмоциями. Но только музыка Моцарта активизировала практически ВСЕ участки коры головного мозга (в т.ч. и те, которые участвуют в моторной координации, в пространственном мышлении, в зрительном процессе и в высших процессах сознания).

**Лечебное действие музыки Моцарта**обусловлено, в числе прочих факторов, и тем, что в ней очень много звуков высокой частоты. Во-первых, эти звуки укрепляют мускулатуру среднего уха. Во-вторых, звуки частотой от 3 000 до 8 000 Гц и выше вызывают наибольший резонанс в коре головного мозга (это напрямую стимулирует мышление и улучшает память). Изобилие именно высоких частот в музыкальных произведениях Моцарта несет в себе мощнейший энергетический заряд не только для головного мозга, но и для всего организма в целом. Музыка этого композитора не заставляет мозг "перенапрягаться”, распутывая сложные звуковые ряды, которые присутствуют в произведениях, к примеру, Баха или Бетховена. **Музыка Моцарта**гениально проста, чиста, светла, солнечна, искренна.

Согласно выводам турецких ученых, исследовавших **"эффект Моцарта”**, в сонатах этого композитора присутствуют все музыкальные частоты, которые активно действуют на слух (а значит – и на головной мозг). Эти ученые занимались данными исследованиями на протяжении многих лет и пришли к выводу, что **музыка Моцарта** – лучшее лечебное средство при аутизме и **дислексии**

Как показали многочисленные эксперименты, улучшения в работе головного мозга под воздействием музыки Моцарта (впрочем, как и любой другой) у взрослых людей, как правило, носят временный характер, поскольку в головном мозге взрослого человека нейронные связи – т.н. синапсы – уже сформировались. На этом основании некоторые исследователи высказывают предположение, что, возможно, у детей, с их только формирующимися нейронными связями ("цепями”), прослушивание музыки Моцарта может вызвать не только кратковременное, но и длительное, устойчивое улучшение мыслительной деятельности. У детей, получавших уроки музыки в течение 2 лет подряд, значительно улучшились способности к пространственному мышлению, причем этот эффект не исчезал со временем. На основании данного факта Ф. Раушер выдвинула "революционную” гипотезу о том, что музыка может оказывать СТРУКТУРНОЕ влияние на образование нейронных цепей в детском мозге. Из этого предположения (если оно верно) следуют выводы о том, что грамотное музыкальное воздействие именно на детей может, во-первых, в терапевтическом плане быть более эффективным (во всех отношениях), чем на взрослых, во-вторых, — значительно быстрее, чем у взрослых, развить в них мощный интеллектуальный потенциал, который (при наличии благоприятных условий) будет активно работать на них на протяжении всей дальнейшей жизни, а в-третьих (как следствие первых двух выводов), – стать альтернативой применению традиционных психотропных химиопрепаратов.

По утверждениям авторитетных специалистов мирового уровня, **музыка Моцарта** помогает избавиться от любых **душевных проблем, улучшает речь и слух.**

Как отмечают ведущие сурдологи (специалисты по дефектам слуха) и логопеды мира, наличие в**музыке Моцарта** обилия звуков высокой частоты делают ее наиболее целебной среди всей классической музыки. Во-первых, высокочастотные гармонизированные звуки укрепляют микроскопические мышцы среднего уха. Во-вторых, звуки частотой от 3 000 до 8 000 Гц и выше вызывают наибольший резонанс в коре головного мозга, что **способствует улучшению памяти и мышления.**

Нетрадиционные методы воздействия в работе лого­педов  становятся перспектив­ным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. На фоне комплексной логопедической помощи нетрадиционные мето­ды терапии, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровле­нию всего организма ребенка. Кроме того, это помогает организовывать занятия ин­тереснее и разнообразнее.

**Таким образом,** процессе коррекционно-развивающей работы, включающей новые приёмы и методы, традиционные и нетрадиционные формы обучения, создаются благоприятные условия для коррекции недостатков в речевом развитии, в личностной, познавательной, эмоционально - волевой сферах.