

Физическая культура как средство коррекции речевых нарушений у дошкольников

Речь является важнейшей психической функцией человека. Чем богаче и правильнее речь ребенка, тем легче он высказывает свои мысли, тем лучше познает действительность, полноценнее строит взаимоотношения с детьми и взрослыми. Развитие речи – это основной показатель развития детей и главное условие успешности организации разнообразной детской деятельности. Недостатки речи обнаруживаются особенно четко при обучении в школе и могут привести к неуспеваемости, порождают неуверенность в своих силах.

Основной признак тяжелого нарушения речи - ограниченность средств речевого общения при нормальном слухе и сохранном интеллекте. Общее недоразвитие речи обусловлено клиническими диагнозами (дизартрия, алалия).

Общее недоразвитие речи может быть выражено в разной степени: от произнесения вместо слов отдельных звуков, звукоподражательных комплексов), до развернутой речи с элементами фонетико-фонематического и лексико-грамматического несовершенства (ОНР III – IV уровня). Но в любом случае нарушение касается всех компонентов языковой системы: фонетики, лексики и грамматики. Отсюда и название дефекта – общее недоразвитие речи.

Клинический диагноз сказывается не только на речевом развитии детей, но проявляется в их соматической ослабленности и замедленном развитии локомоторных функций. Им присуще некоторое отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости выполнения.

У детей дошкольного возраста с нарушением речи специальными исследованиями выявлена недостаточная сформированность моторных функций. Как показывает изучение анамнеза детей с речевой патологией, особенности моторного развития наблюдаются у них с самого раннего возраста: позже возрастных нормативных сроков начинают удерживать голову, сидеть, стоять и т.д., у них с запозданием формируются локомоторные функции (лазание, ходьба, прыжки и др.). Родители таких детей отмечают задержку у них формирования манипулятивных действий с игрушками, трудности в овладении навыками самообслуживания и т.д.

Наибольшие трудности представляет для детей выполнение движений по словесной инструкции и особенно серии двигательных актов. Дети отстают от нормально развивающихся сверстников в точном воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным параметрам, нарушают последовательность элементов действия, опускают его составные части. Например, детям трудны движения перекачивания мяча с руки на руку, прыжки на правой и левой ноге, ритмичные движения под музыку. Типичным является и недостаточный самоконтроль при выполнении задания. Обнаруживается застревание на одной позе.

Несовершенство тонкой (мелкой) ручной моторики, недостаточная координация кистей и пальцев рук обнаруживается в отсутствии или плохой сформированности навыков самообслуживания, например: когда дети надевают и снимают одежду, застегивают и расстегивают пуговицы, завязывают и развязывают ленты, шнурки, пользуются столовыми приборами, а также занимаются продуктивными видами деятельности (рисованием, аппликацией, конструированием).

Таким образом, у детей с ГНР наблюдаются особенности в формировании мелкой моторики пальцев рук. Названные отклонения в двигательной сфере наиболее ярко проявляются у детей с дизартрией. Однако, нередки случаи, когда указанные трудности характерны и для детей с другими патологиями.

Анализируя вышеизложенное, можно сделать вывод, что у детей с отклонениями в речевом развитии несовершенство движений наблюдается во всех компонентах моторики: в общей (крупной), лицевой, артикуляционной, а также в тонких движениях кистей и пальцев рук, на разных уровнях организации двигательных актов, а также трудности в регуляции и контроле произвольных движений.

Наша задача сделать все возможное для устранения рече-моторного нарушения у воспитанников. Для преодоления системного нарушения речи детей необходима максимальная концентрация таких образовательных областей, как "Познавательное развитие", "Социально-коммуникативное", «Речевое развитие», "Физическое развитие", обеспечивающих всестороннее

развитие психических и физиологических качеств, навыков и умений в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей.

Поэтому необходимо совместить решение задач физического воспитания, так необходимого детям с тяжелыми нарушениями речи, с задачами развития речи, для чего обучение основным видам движений (ходьба, бег, лазанье, прыжки, метание), общеразвивающие упражнения, подвижные игры необходимо стремиться наполнять коррекционно-речевой составляющей.

Комплексный подход в реализации коррекционно-образовательного процесса предусматривает логопедическое воздействие не только на специальных занятиях, но и в ходе всей образовательной деятельности, в том числе на занятиях по физической культуре.

Родителей и педагогов всегда волновали вопросы: как обеспечить полноценное развитие ребенка? как подготовить его к школе? Один из «практических» ответов на оба эти вопроса – **развитие у детей мелкой моторики и улучшение координации движений, пространственных представлений.** Ведь известно, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук.

Известно, что мелкая моторика рук связана с развитием левой височной и левой лобной областей головного мозга, которые отвечают за формирование многих сложнейших психических функций. *Василий Александрович Сухомлинский справедливо утверждал: «Ум ребёнка находится на кончиках его пальцев».*

Поэтому развитые, усовершенствованные движения пальцев рук способствуют более быстрому и полноценному формированию у ребенка речи, тогда как неразвитая ручная моторика, наоборот, тормозит такое развитие. Многие игры и упражнения, направленные на развитие у детей ручной умелости, дошли к нам из глубины веков. И это не простая случайность. В те далекие времена, когда еще не существовало письменности, люди хорошо понимали большое значение «ловкости рук». Всем нам хорошо известны такие выражения, как «мастер золотые руки», или, наоборот, «руки крюки».

Нарушения же моторики могут создать трудности в овладении письменной речью, привести к возникновению негативного отношения к учебе, к осложнениям в адаптационный период к школьным условиям.

Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. Взаимосвязь общей и речевой моторики изучена и подтверждена исследованиями многих крупнейших ученых, таких как И.П.Павлов, А.А.Леонтьев, А.Р.Лурия. Когда ребенок овладевает двигательными умениями и навыками, развивается координация движений. Формирование движений происходит при участии речи. Точное, динамичное выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикуляционных органов: губ, языка, нижней челюсти, что способствует преодолению дизартрических проявлений у детей с ОНР.

Важным средством развития тонкой моторики рук служат упражнения с предметами, поскольку именно предметно-манипулятивная деятельность лежит, в основе развития двигательных функций рук.

Работая с детьми с тяжёлыми нарушениями речи в течение 10 лет, определила, что наиболее эффективным средством развития и коррекции моторной организации детей с ограниченными возможностями здоровья является использование на физкультурных занятиях игр и игровых упражнений с предметами.

Действия с предметами, в отличие от упражнений без атрибутов, благодаря их наглядности и практической направленности осознаются и принимаются детьми как необходимые. В связи с этим у них повышается мотивация к таким занятиям, появляются осмысленность и целенаправленность при выполнении различных предметных манипуляций. Иными словами, работа над упражнениями с предметами приобретает для ребенка ценностно-смысловой характер, что позволяет детям в большинстве случаев достигать значительных результатов в развитии тонкой моторики рук.

Ведущее место среди разнообразных и многочисленных заданий на развитие предметно-манипулятивной деятельности детей занимают упражнения с мячом.

Почему с мячом?

Мяч имеет форму шара. Никакое тело другой формы не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, это соприкосновение дает полноту ощущения формы.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Во время действий с мячом создаются условия для включения в работу левой руки, что

важно для полноценного моторного развития детей. Упражнения с мячами различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Мячи могут быть не только разного размера, но и разного цвета. Разные цвета по-разному воздействуют на психическое состояние и физиологические функции человека.

Мяч (большой или маленький) – это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно пятнать, выбивать.

Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Для детей с речевой патологией характерно нарушение пространственного восприятия, что создаёт значительные сложности по ориентации в пространстве, а в дальнейшем приводит к дисграфии. Система упражнений с мячом направлена на отработку силы, точности движения, возможности определения себя и предмета в пространственном поле. Для этого используются мячи из различных материалов. Эти игры не требуют большого пространства.

С целью коррекции речевых нарушений упражнения с мячом выполняются под речевое сопровождение. Применение речевого сопровождения помогает подчинить движения тела определенному темпу, сила голоса определяет их амплитуду и выразительность. Этот прием особенно важен для детей с речевыми расстройствами, так как индивидуальный внутренний ритм детей зачастую или ускорен, или, наоборот, замедлен. У них часто изменен тонус мышц, поэтому включение упражнений на активное расслабление и напряжение мышц, особенно в сочетании с речью крайне необходимо. Звуковая гимнастика действует подобно вибромассажу, расслабляя тем самым мышцы гортани, а это, в свою очередь, очень важно для детей с речевой патологией, не умеющих расслаблять мускулатуру лица, шеи, гортани. Для детей с речевыми отклонениями проговаривание стихов и другого материала одновременно с движениями дает ряд преимуществ: речь ритмизируется движениями, становится более громкой, четкой и эмоциональной.

В процессе речевого сопровождения накапливается и активизируется словарь. Это происходит за счет системного подхода, который предусматривает использование лексического, систематизированного материала по определенным темам («Осень», «Овощи и фрукты», «Зима», «Весна», «Наш город» и т.д.) на физкультурных занятиях наряду с решением двигательных задач. Например, в средней группе тема недели «Осень и ее признаки». Проводится комплекс ОРУ «Осенние листочки» и подвижная игра с речевым сопровождением «Ветерок». Для групп старшего дошкольного возраста - комплекс ОРУ «Осень золотая» и подвижная игра «Улетают журавли».

Речевое сопровождение определенной тематики позволяет структурировать предложение, что способствует профилактике дисграфии анализа и синтеза. Решению этой же задачи служат считалки, когда каждое слово, включая предлоги и союзы, указывает на играющего.

Дети на занятиях по физической культуре не только узнают новые слова, но и составляют с ними словосочетания, предложения, т.е. речь формируется как система.

С учетом основных недостатков лексической стороны речи детей с ОНР система коррекционной работы основывается:

- на обогащении словаря, т.е. усвоении ранее неизвестных детям слов, а также новых значений тех слов, которые уже имелись в словарном запасе;
- активизации словаря, т.е. перенос как можно большего количества слов из пассивного словаря в активный.

Задачи обогащения словаря решаются на протяжении всего занятия по физической культуре.

Работа строится в двух направлениях:

- расширение словаря при ознакомлении со специальной спортивной терминологией;
- закрепление словаря в соответствии с лексическими темами.

Задачи обогащения словаря специальной спортивной терминологией могут решаться в любой части занятия.

В качестве примера рассмотрим игровое упражнение «Стройся!»

Задачи:

- закреплять понятия «колонна», «шеренга», строевые упражнения;
- развивать ориентировку в пространстве.

Дети ходят или бегают по залу врассыпную. Водящий (сначала его роль выполняет взрослый) подает команду «Стройся!» в колонну (в шеренгу, в круг и т.д.)!». В соответствии с командой дети строятся, уточняя вид построения.

При выполнении ОРУ дети знакомятся с такими понятиями, как «наклоны», «повороты», «приседания». Сначала взрослый называет движение, выполняя его с объяснением техники. Затем он называет движение, но не выполняет его. Позже детям предлагается выступить в роли взрослого: дети по очереди самостоятельно придумывают упражнение, называют его, объясняют последовательность выполнения и лишь затем предлагают выполнить товарищам.

Дети выполняют упражнения из разных исходных положений и с различными предметами. Так ненавязчиво закрепляются знания о частях тела и спортивном оборудовании. Дошкольники не просто визуально знакомятся с предметом, они изучают его свойства и приемы работы с ним. Например, при работе с мячом давались понятия: «гладкий», «резиновый», «разноцветный», «упругий», «прыгучий». Таким образом, в речь вводятся прилагательные.

Знакомя детей с основными видами движений, необходимо показывать их, сопровождая подробным объяснением. Перед началом выполнения предложенного задания предложить назвать основные движения. В конце занятия для закрепления полученных знаний предлагается вспомнить, что делали и в какой последовательности. С этой же целью в конце занятия задается вопрос: «Что вы делали со скакалкой?» и т.д. От детей требуется ответ предложением, а не одним словом.

Для проверки осознанности выполняемых действий используются задания проблемного характера. Например, перед началом занятия педагог вместе с детьми расставляет спортивное оборудование, а затем предлагает догадаться, что сегодня будем делать. Необходимо озвучить свои предположения.

Таким образом, работа направлена не только на обогащение пассивного словаря, но и на введение новых слов в активный словарь.

Поскольку словарь дошкольников обогащается преимущественно в процессе игры, то и закрепление слов в соответствии с лексическими темами проводится при проведении игр и игровых упражнений, которые решают двигательную и речевую задачи. Игры по расширению словарного запаса разнообразны.

С целью активизации и обогащения словаря можно использовать игровые упражнения «Подбери нужное слово».

Задачи:

- развивать активный словарь детей;
- учить подбирать к названному слову определения;
- совершенствовать технику ловли и бросков мяча.

Дети стоят по кругу. Водящий, передавая скакалку, предлагает детям подобрать нужное слово к тому, какое он произнесет. Например, скакалка признается, что она. Какая?

В практической деятельности постоянно используется речевое сопровождение на уровне звука, звукокомплекса.

Например игра «Звуки гласные поем мы с мячом моим вдвоем».

Цель: развитие длительного, плавного выдоха, закрепление произношения гласных звуков. Прокатывая мяч в паре, дети пропевают гласные звуки пока мяч катится.

Игра «Стучалочка»

Звуки я сказать хочу

И по мячику стучу.

Цель: тренировка четкого произношения гласных звуков, развитие фонематического восприятия.

Дети отстукивают мячом гласные звуки. Звуки отрабатываются в изолированном произношении с постепенным увеличением числа повторений на один выдох, например:

ААА

ААА

Пальчиковый игротренинг также является эффективным для детей с различными нарушениями речи. Обычно через полгода у большинства детей, в том числе заикающихся, речь несколько нормализуется. К концу года наблюдается положительная динамика в устранение аграмматизмов. На результативность использования пальчиковой гимнастики сильно влияет эмоциональная и образная окраска упражнений.

Согласно международной классификации игры, совмещающие движения пальцев с короткими ритмичными стишками, подразделяются на два типа. Первый – fingerplay – собственно пальчиковые игры, сидячие. Второй – action rhyme – игры, в которые помимо деятельности тонкой моторики включены движения всего тела: прыжки, бег на месте, движения рук, ног, головы. Классификация эта достаточно условна. Фольклорные игры имеют множество версий. Большинству пальчиковых игр сопутствуют стихи, лишь некоторые из них сопровождаются нерифмованным текстом.

Различные упражнения я объединяю в один сюжет, при описании которого получается живой рассказ (например, прогулка в лес, где дети придумывают и осуществляют движения ползущей улитки, летящей бабочки, колышущейся травы и т.д.)

Одной из нетрадиционных логопедических технологий является Су-Джок терапия. Су-Джок терапия - одним из эффективных приемов, обеспечивающих развитие познавательной, эмоционально-волевой сфер ребенка. Су-Джок используют и при плохой подвижности пальчиков. Эта процедура значительно улучшает мелкую моторику рук, поднимает настроение ребенку.

Применение Су-Джок массажёров способствует созданию функциональной базы для перехода на более высокий уровень двигательной активности мышц и возможность для оптимальной речевой работы с ребенком, повышает физическую и умственную работоспособность детей.

Авторы коррекционных методик значительную роль отводят развитию физиологического и речевого дыхания, которое у детей с речевыми патологиями нарушено. Дыхание входит в сложную функциональную речевую систему. Периферические органы слуха, дыхания, голоса, артикуляции неразрывно связаны и взаимодействуют между собой на разных уровнях под контролем ЦНС.

Физиологическое дыхание рассматривается как один из факторов здоровьесбережения, а речевое - как фундамент для формирования устной речи. Только правильное речевое дыхание позволяет человеку затрачивать меньше мышечной энергии, но вместе с этим добиваться максимального звука и плавности.

Существуют определенные методики, направленные на восстановление этой важной функции, дифференциация ротового и носового выдоха у детей с ринолалией, в народе волчья пасть, заячья губа А. Г. Ипполитовой; снятие напряжения с мышц всего тела и органов артикуляции у заикающихся детей Н. А. Рождественской, Е. Л. Пеллингер; оздоравливающие и целительные методики К. П. Бутейко, А. Н. Стрельниковой; образная гимнастика по М. Норбекову и др. Суть этих методик заключается в осознанном управлении всеми фазами акта дыхания через тренировку дыхательных мышц и регулировку работы дыхательного центра, что влияет на оздоровление организма.

Правильное речевое дыхание, четкая ненапряженная артикуляция являются основой для звучания голоса. Неправильное дыхание приводит к форсированности и неустойчивости голоса.

Цель дыхательных упражнений – увеличить объём дыхания, нормализовать его ритм, выработать плавный, экономный выдох.

Развитие дыхания – один из первых и очень важных этапов коррекционного воздействия на детей – с ТНР независимо от вида их речевого дефекта.

Таким образом:

- *комплексный подход в реализации коррекционно-образовательного процесса предусматривает логопедическое воздействие не только на специальных занятиях, но и в ходе всей образовательной деятельности, в том числе в режимных моментах, самостоятельных играх, на занятиях по физической культуре. Поскольку потребность в движении у дошкольников огромна, они с удовольствием выполняют все задания педагога;*

- *и логопед, и инструктор по физической культуре, ясно представляя характер и особенности своей работы, помогают друг другу в решении общих задач: преодолении речевой недостаточности у детей с ОНР и подготовке данной категории дошкольников к обучению в школе.*

<https://ped-kopilka.ru/blogs/olesja-raisojna-ginijatulina/statja-na-temu-fizicheskaja-kultura-kak-sredstvo-korekci-recheyh-narushenii-u-detei-doshkolnogo-voznrasta.html>