

Вельмс Ирина Михайловна
МБДОУ д/с № 478 «Белоснежка»
Учитель-логопед
2026 год

**Интеграция пассивной гимнастики (артикуляционной, пальчиковой, зрительной)
с элементами нейрогимнастики в индивидуальные логопедические занятия
для детей 4-5 лет с тяжёлыми нарушениями речи**

Взаимосвязь физического движения и развития речи – это растущая область интереса в логопедии. Результаты логопедического обследования детей, планируемых к зачислению в среднюю группу для детей с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР), демонстрируют, что у 100% обследуемых выявляются:

- ✓ нарушения речевого развития;
- ✓ сниженная чувствительность тела (проприоцептивная дисфункция);
- ✓ сенсорные дисфункции различной степени выраженности.

Подобная комплексная картина нарушений подчёркивает необходимость поиска новых подходов к коррекции ТНР. Одним из перспективных решений является интеграция пассивной гимнастики (артикуляционной, пальчиковой, зрительной) и элементов нейрогимнастики в структуру индивидуальных логопедических занятий, что позволит воздействовать одновременно на речевые и неречевые функции ребёнка.

Пассивная гимнастика, включающая в себя мягкое манипулирование логопедом конечностями, туловищем, лицевыми и артикуляционными мышцами ребенка, представляет преимущество в логопедической работе.

Начинаем с пассивной артикуляционной гимнастики.

Во-первых, она может улучшить мышечный тонус и координацию в артикуляционных мышцах. Дети с нарушениями произношения, дизартрией или апраксией часто испытывают трудности с точными движениями языка, губ и челюсти. Пассивные упражнения помогают повысить осведомленность малыша и контроль над этими мышцами, закладывая основу для улучшения артикуляции. В частности, мягкие растяжки и движения, направленные на лицевые мышцы (например, щеки, губы), могут повысить их гибкость и отзывчивость, что имеет решающее значение для произнесения четких звуков речи.

Во-вторых, пассивная гимнастика улучшает сенсорное восприятие и проприоцепцию. Упражнения помогают детям лучше осознавать положение и движение своих артикуляторов. Эта повышенная сенсорная обратная связь может облегчить лучшее моторное планирование и выполнение речевых движений. Например, мягкое направление языка в разные положения может помочь ребенку понять, какое положение требуется для определенных звуков.

В-третьих, расслабляющий характер пассивной гимнастики снижает мышечное напряжение и тревогу, которые могут быть барьерами для эффективного логопедического воздействия. Детям, которые напряжены или тревожны, может быть трудно расслабить свои артикуляционные мышцы, что затрудняет их способность произносить точные звуки речи. Мягкое прикосновение и ритмичные движения пассивной гимнастики способствуют расслаблению, создавая более благоприятную среду для обучения и практики речевых навыков.

Упражнения выполняются в тихой и комфортной обстановке, свободной от отвлекающих факторов. Ребенок удобно расположен, либо лежа, либо сидя, в зависимости от конкретных выполняемых упражнений. Движения выполняю медленно, мягко и ритмично, с тщательным вниманием к реакции ребенка, на предмет каких-либо признаков дискомфорта или сопротивления.

В дальнейшем упражнения интегрирую с практикой произношения звуков и языковые игры. Это помогает ребенку обобщить улучшенный мышечный контроль и сенсорное восприятие в реальных ситуациях общения.

Вот несколько упражнений для пассивной артикуляционной гимнастики:

Упражнения для губ:

1. Мягкое растягивание губ в улыбке: Аккуратно растянуть губы ребенка в широкую улыбку, удерживая их в этом положении несколько секунд. Повторить
2. Смыкание и размыкание губ: Мягко сомкнуть губы ребенка, а затем медленно развести их.
3. Круговые движения губами: Аккуратно перемещать губы ребенка по кругу, сначала в одну сторону, затем в другую.
4. Вытягивание губ "трубочкой": Мягко вытянуть губы ребенка вперед, как будто он собирается поцеловать. Удерживать несколько секунд, затем расслабить.
5. Вибрация губ: Слегка похлопывать по губам ребенка кончиками пальцев, чтобы вызвать легкую вибрацию.

Упражнения для языка:

1. Мягкое вытягивание языка вперед: Аккуратно вытянуть язык ребенка вперед, удерживая его в этом положении несколько секунд. Повторите несколько раз.
2. Поднимание языка к верхнему небу: Мягко поднять язык ребенка к верхнему небу, стараясь коснуться альвеол. Удерживать несколько секунд, затем расслабить.
3. Опускание языка к нижним зубам: Мягко опустить язык ребенка к нижним зубам. Удерживать несколько секунд, затем расслабить.
4. Движения языка вправо и влево: Аккуратно перемещать язык ребенка вправо и влево, стараясь коснуться уголков рта.
5. Круговые движения языком: Аккуратно перемещать язык ребенка по кругу внутри рта.

Упражнения для челюсти:

1. Мягкое открывание и закрывание рта: Аккуратно открывать и закрывать рот ребенка, следя за тем, чтобы движения были плавными и не вызывали дискомфорта.
2. Движения челюсти вправо и влево: Мягко перемещать челюсть ребенка вправо и влево.
3. Круговые движения челюстью: Аккуратно перемещать челюсть ребенка по кругу.

Упражнения для щек:

1. Мягкое поглаживание щек: Аккуратно поглаживать щеки ребенка круговыми движениями.
2. Легкое похлопывание щек: Слегка похлопывать по щекам ребенка кончиками пальцев.

Эти упражнения могут помочь улучшить мышечный тонус, координацию и сенсорное восприятие в артикуляционном аппарате ребенка, что может способствовать улучшению речи.

После пассивной артикуляционной гимнастики я перехожу к пассивным нейрофизиологическим упражнениям.

Эти упражнения направлены на стимуляцию нервной системы и улучшение двигательных функций, сенсорной интеграции и общего развития.

Общие принципы нейрофизиологических пассивных упражнений:

Индивидуальный подход: упражнения подбираются с учётом текущего состояния и особенностей развития ребенка.

Мягкость и плавность: Все движения выполняются очень мягко, плавно и без насилия. Важно избегать любых болевых ощущений или дискомфорта.

Повторяемость: Упражнения повторяются несколько раз, чтобы обеспечить стимуляцию нервной системы.

Сенсорная стимуляция: Многие упражнения включают элементы сенсорной стимуляции (например, тактильные ощущения, проприоцепция, вестибулярная стимуляция).

Интеграция с активными движениями: Пассивные упражнения часто сочетаются с активными упражнениями, чтобы помочь ребенку научиться контролировать свои движения (этот принцип применяется позже, когда у ребёнка наблюдается динамика в сенсорной и двигательной сферах).

Примеры упражнений:

Упражнения на стимуляцию проприоцепции: Эти упражнения помогают малышу улучшить осознание своего тела и координацию движений.

Примеры:

1. Мягкое сгибание и разгибание конечностей ребенка.
2. Легкое сдавливание суставов.

Упражнения на стимуляцию вестибулярного аппарата: Вестибулярный аппарат отвечает за равновесие и ориентацию в пространстве. Эти упражнения помогают улучшить баланс и координацию.

Примеры:

1. Мягкое покачивание ребенка из стороны в сторону или вперед-назад (сидя).
2. Упражнения на балансировочной доске (под присмотром).

Упражнения на стимуляцию тактильных ощущений: Это улучшает осознание тела и координацию движений.

1. Использование различных текстур (мягкие, шершавые, гладкие, холодные, теплые) для стимуляции тактильных ощущений на разных частях тела, особенно на руках и лице.
2. Плавное покачивание ребёнка на гимнастическом мяче (пушбол).
3. Легкое надавливание на кожу.

Упражнения на нормализацию мышечного тонуса: Эти упражнения помогают снизить повышенный мышечный тонус (спастичность) или повысить пониженный мышечный тонус (гипотонию).

Примеры:

1. Мягкое растягивание и сжатие мышц. Я накрываю ребёнка покрывалом, и слегка, придавливаю им малыша, потом прошу его постараться вылезти из-под него. Это упражнение особенно полезно тем детям, которые были рождены с помощью кесарева сечения.
2. Специальные положения тела, способствующие расслаблению (поза эмбриона; лёжа на спине широко раскинуть руки и ноги).

Упражнения для межполушарного взаимодействия (или упражнения для мозга) помогают улучшить координацию между правым и левым полушариями мозга. Это положительно влияет на обучение, концентрацию, память и координацию движений.

Вот несколько упражнений:

Перекрестные движения:

Ребёнок лежит на спине, логопед делает перекрёстные движения руками и ногами ребёнка (встречаются левый локоть с правым коленом, затем наоборот; встречаются пальчики левой руки с пальчиками правой ноги, затем наоборот).

Упражнения на координацию глаз:

1. Восьмерка глазами: логопед рисует в воздухе восьмёрку и просит малыша следить глазами за этой восьмёркой, медленно обводя ее по контуру. Сначала в одну сторону, потом в другую.
2. Следение за пальцем: Держать палец на расстоянии около 30 см от лица ребенка. Медленно перемещать палец в разные стороны, вверх и вниз, по кругу, а ребенок должен следить за ним только глазами, не поворачивая голову.

Эти упражнения полезны для развития межполушарного взаимодействия у детей. Главное - это регулярность, позитивный настрой и учет индивидуальных особенностей ребенка.

Дети с ТНР не могут найти нужный набор движений, при выполнении упражнений на развитие мелкой моторики. Перебирают пальцы, помогают другой рукой. Движения диффузны, кроме нужных пальцев выставляют другие. Поэтому здесь тоже прибегаю к пассивным упражнениям по развитию мелкой моторики.

Это хорошо влияет не только на возможность управлять движением пальцев, но на развитие речи, произвольность выполнения упражнений. Постепенно пассивное движение его пальцев с моей помощью делают возможным и его самостоятельные движения.

Упражнения:

1. Своими руками беру кончик большого пальчика малыша и поочерёдно соединяю с кончиком каждого пальчика («Пальчики здороваются»), по очереди с каждой рукой.
2. Своими руками делаю колечко из большого и указательного пальчиков ребёнка на правой (или левой руке), затем просовываю указательный пальчик левой (или правой) руки, где он встречается с большим пальчиком. Получается «цепочка». Прошу малыша потянуть «цепочку» (проверить, какая она крепкая). И так проделываем со всеми пальчиками, а затем обратно.

Воздействие всем комплексом пассивной гимнастики длится около 7-10 минут. Пассивная гимнастика никогда не должна быть принудительной. Если ребенок сопротивляется или выражает дискомфорт, занятие необходимо прекратить. Стараюсь создать позитивную и игровую среду, используя игры, потешки, короткие стихи. Установление доверия и взаимопонимания с ребенком имеет первостепенное значение для обеспечения успешного и приятного детского опыта.

К концу средней группы у 70-80% детей, появляется чувствительность своего тела, стараются координировать и контролировать свои движения, более уверенно выполняют артикуляционную и пальчиковую гимнастики, улучшается концентрация, память, улучшается речевая активность, некоторым удается поставить звуки. И, самое главное, дети с удовольствием посещают занятия.

Предложенная методика позволяет повысить результативность логопедической работы за счёт стимуляции мозговой активности и развития моторных навыков у детей 4-5 лет с ТНР.

Список литературы

1. Новиковская О.А., «Нейрогимнастика для детей» — комплекс игр и упражнений
2. Фадеенко Н., Нейрогимнастика с Сиббордом Сильный педагог. Внимательный ребенок. Ничего лишнего
3. Бахтизина Э.А., Нейрогимнастика. Артикуляционная гимнастика для детей
4. Чернявская Е.Б., Нейрогимнастика: пробуждение потенциала ума. Руководство для учителей и родителей
5. Мазина В.Д., Нейроразвитие детей от 3 до 12 лет: игра, речь, моторика, почерк