

Психология телесности в образовании

*Барабаш Т.Л., Мартыненко Л.А. (Бородино, Красноярский край, Россия)
МДОУ детский сад компенсирующего вида «Родничок»
(Бородино, Красноярский край)*

РЕЧЕДВИГАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА «ШАГ К СЛОВУ» С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СТЕПОВ

Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым. Пусть он работает, действует, бежит – пусть он находится в постоянном движении.

Ж.-Ж. Руссо

Наличие речевого дефекта у детей часто приводит к изменениям в психофизическом развитии. В связи с этим многие авторы (Филичева Т.Б., Волкова Г.А., Оганесян Е.В., Пахомова Г.В. и др.), указывают на необходимость проведения специальной работы по коррекции нарушений двигательной сферы у детей с речевыми нарушениями. В движении заложены огромные возможности творческого, художественного потенциала личности. Но у детей, имеющих речевые нарушения, этот потенциал ниже нормы, так как у них наблюдается общая скованность и замедленность выполнения движений, дискоординация движений, недостаточное развитие чувства ритма, нарушения ориентировки в пространстве, замедленность процесса освоения новых движений, недостаточность резерва дыхательной системы. Поэтому введение новых форм оздоровления, воспитания и образования детей с отклонениями в речевом развитии дает возможность скоординировать их познавательную, речевую и двигательную активность. Использование степ-платформы в комплексе с другими закаливающими и укрепляющими мероприятиями, по мнению многих специалистов, дает очень хороший результат. Занятия со степом способствуют:

- формированию осанки, костно-мышечного корсета;
- развитию подвижности в суставах;
- укреплению и развитию сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- развитию координации движений;
- тренировке равновесия;
- формированию умения ритмически и согласованно выполнять простые движения.

Реализуя оздоровительно-тренирующее и коррекционное направления, мы, инструктор по физической культуре и учитель-логопед МДОУ

компенсирующего вида «Родничок» г. Бородино, разработали речедвигательную гимнастику с использованием степов **«Шаг к слову»**. Изготовить степ-платформы нам помогли родители нашего ДОО (это ступенька высотой не более 8 см., шириной 25 см. и длиной 40 см, обтянутая мягким дерматином). Суть речедвигательной гимнастики состоит в триединстве воздействия на организм и личность ребенка – движения, музыки, слова. Движения включают: общеразвивающие упражнения, элементы спортивных танцев, дыхательные упражнения, пальчиковую гимнастику. Музыка доступна восприятию и способствует воспроизведению, с помощью движений, ее характера и ритма. Слово включает: стихотворную форму сюжета, правильно произносимые лексические единицы, различные операции по словоизменению и словообразованию. Поэтому, связанные между собой компоненты: движение, музыка, слово – сами по себе представляют интегрированную систему, способную эффективно воздействовать на организм и личность ребенка.

Речедвигательная гимнастика **«Шаг к слову»** с использованием степов:

- состоит из 3 комплексов (для каждой возрастной группы: средней, старшей, подготовительной);
- включает в себя элементы степ-аэробики, пластико-ритмической гимнастики, которые сопровождаются словом, что очень важно в работе с детьми, имеющими речевые нарушения;
- позволяет четко, ритмично, в определенном темпе выполнять различные движения по показу и на основе словесного описания, координирует шаг и слово, развивает умение владеть своим телом и речевым дыханием;
- повышает функциональные способности детского организма за счет танцевального материала.

Разработанные нами комплексы (**«Ножки»** для детей 4 лет, **«Словечко»** для детей 5 лет, **«Волна»** для детей 6 лет) речедвигательной гимнастики включают в себя три части:

1. Подготовительная часть – это разминка, включающая базовые шаги и упражнения для растягивания мышц, связок, сухожилий туловища и конечностей, повороты и наклоны со сгибанием и прогибанием спины.

Дети 4 лет во время разминки учатся шагать согласно инструкции.

2. Основная часть включает: выполнение ритмического рисунка шагов со словом (четверостишие, чистоговорка поговорка...); спортивный танец с использованием степов.

Речевой материал подбирается в соответствии с темой комплекса и в соответствии с музыкой. Движения спортивного танца разрабатываются с учетом возрастных возможностей детей.

3. В релаксационную часть входят упражнения, способствующие раз-

виту образности движений детей, в музыкальном, визуальном и словесном сопровождении. Это упражнения на растягивание, гибкость, выполняемых в положении лежа, сидя, стоя.

Работа по одному комплексу проводится в **3 этапа:**

- 1.Разучивание слов, шагов и движений (октябрь-ноябрь).
- 2.Отрабатывание танцевальных движений на степе под музыку (декабрь-январь).
- 3.Работа над синхронностью выполнения движений (февраль-март).

После освоения детьми комплекса речедвигательной гимнастики «Шаг к слову», в апреле, проводим показательные выступления на празднике Дня здоровья, Дне открытых дверей, гостевых встречах.

Комплексы речедвигательной гимнастики «Шаг к слову» с использованием степов проводятся с группой или подгруппой детей (4 – 6 лет) в физкультурном зале, один раз в неделю, 20-25 минут. После комплекса обязательно проводится игра. Подбор музыки (ритмичность, темп) зависит от физических и возрастных особенностей группы детей, а также от темы комплекса. Каждый специалист (инструктор по физической культуре, учитель-логопед), в соответствии со своей профессиональной направленностью, создает условия для организации и проведения комплекса.

Для отслеживания результатов работы по речедвигательной гимнастике нами проводится диагностическое наблюдение, которое позволяет выявить процент улучшения показателей по дыханию, ритмичности и координации до и после внедрения комплекса (начало и конец учебного года). Диагностическое наблюдение осуществляется индивидуально с каждым ребенком следующим образом:

1. Логопед предлагает ребенку прочесть знакомое ему (ранее заученное) четверостишие, наблюдая за речевым вдохом и выдохом.

3 балла – при прочтении ребенок делает от 2 до 4 вдохов,

2 балла – сбой дыхания в конце четверостишия,

1 балл – ускоренный темп речи, учащенное дыхание,

0 баллов – многочисленные запинки, паузы.

2.Инструктор по физической культуре выполняет показ 4-х ритмических рисунков: // // /, // // //, // // // // /, // // // / руками (хлопки), ногами (притопы).

3 балла – выполнение всех ритмических рисунков руками и ногами,

2 балла – выполнение трех ритмических рисунков,

1 балл – выполнение одного-двух ритмических рисунков,

0 баллов – невыполнение ритмических рисунков.

2. Логопед выполняет показ движений на степе, сопровождая их стихотворным текстом (знакомым ребенку или ранее разученным).

3 балла – скоординированность шага и слова,

- 2 балла – менее трех несовпадений шага и слова,
- 1 балл – более трех несовпадений шага и слова,
- 0 баллов – нескоординированность всех шагов и слов.

3. Педагоги включают музыку, ребенок выполняет произвольный рисунок движений на степе согласно темпу и ритму музыки, в течение 1 минуты.

- 3 балла – скоординированность движений и музыки,
- 2 балла – сбивание с ритма и темпа музыки от одного до трех раз,
- 1 балл – сбивание с темпа и ритма музыки от трех до пяти раз,
- 0 баллов – нескоординированность движений и музыки.

Показатели каждого ребенка заносятся в таблицу (Таблица 1):

Развитие дыхательно-двигательной сферы ребенка

Таблица 1

Ф.И. ребенка	Дыхание		Ритмический рисунок (руки, ноги)		Координация				Итог: общий балл	
					речи с дви- жением		движения с музыкой			
	нач. года	конец года	нач. года	конец года	нач. года	конец года	нач. года	конец года	нач. года	конец года
1.	0	2	1	3	1	2	0	2	2	9
Итог, %										

В качестве примера приводим один из комплексов речедвигательной гимнастики «Шаг к слову» с использованием степен, который можно видоизменять, усложнять, модифицировать в соответствии с возможностями детей.

Комплекс речедвигательной гимнастики «Ножки» с использованием степен (для детей 4 лет).

Оборудование: степы (по количеству детей), запись с ритмичной и спокойной музыкой.

Подготовительная часть

Построение.

Ходьба колонной.

Ходьба: на носках, пяточках.

Приставной шаг прямо, боком.

Топающий шаг.

Ходьба колонной.

Во время ходьбы дети берут степы и перестраиваются в шахматном порядке.

Основная часть

1. И.п. – стоя позади степа. Дети, вместе с учителем-логопедом, произносят чистоговорку, делая шаг на каждое слово (сначала в медленном темпе, а по мере разучивания комплекса, темп постепенно увеличивается)

Топали да топали,

Дотопали до тополя.

До тополя дотопали,

Да ноги-то оттопали.

(из книги Л.Б.Фесюковой)

2. Спортивный танец с использованием степов (*включается музыка*)

Вступление

И.п. – стоя позади степа.

-Наклоны головы влево-вправо;

-Повороты туловища влево-вправо.

Ходьба с произнесением слов

Так-так, так-так,

шаг на месте на каждое слово

Ходят ноженьки вот так.

Шаг налево,

приставной шаг влево

Шаг направо,

приставной шаг вправо

Шаг вперед,

приставной шаг вперед

И шаг назад.

приставной шаг назад

Танцевальные движения

-Приставной шаг на степ, руки согнуть в локтях;

-приставной шаг со степа, руки опустить вниз.

И.п. – стоя на степе (*движения повторяются в соответствии с ритмом и длительностью музыки*):

-приставной шаг влево;

-приставной шаг вправо;

-поднять, согнутую в колене левую ногу, руки согнуть в локтях;

-поднять, согнутую в колене правую ногу, руки согнуть в локтях;

-согнуть в колене левую ногу, отвести назад;

-согнуть в колене правую ногу, отвести назад;

-приставной шаг влево со степа;

-приставной шаг вправо на степ;

-приставной шаг вправо со степа;

-приставной шаг влево на степ;

-приставной шаг назад со степа;

-приставной шаг вперед на степ.

Прыжки

И.п. – стоя позади степа, руки на поясе. Дети, вместе с учителем-логопедом, повторяют считалочку, делая вдох перед каждой строчкой.

«Считалочка с баимачком»

Раз! Два! Три! Четыре!

По дорожке я скачу.

Раз! Два! Три! Четыре!

Баимачок скакать учу.

Раз! Два! Три! Четыре!

Обломился каблучок.

Раз! Два! Три! Четыре!

Заблудился баимачок.

(М. Яснов)

-Прыжок на двух ногах влево – к степу;

-прыжок на двух ногах вправо – к степу.

Релаксационное упражнение

Звучит легкая, спокойная музыка.

И.п. – сидя на степе, ноги выпрямлены, руки в упоре сзади на полу. Дети проговаривают слова и выполняют движения.

Мы прекрасно загораем!

ноги сгибают в коленях

Выше ножки поднимаем,

подтягивают их к груди

Держим, держим, ...напрягаем...

держат

Постепенно опускаем,

выпрямляют ноги, опускают на пол

Свои ножки расслабляем

голову запрокидывают назад

Некоторое время дети сидят с запрокинутой назад головой, инструктор по физической культуре и учитель-логопед контролируют их дыхание.

Встают, обходят степ слева, ложатся на степ животом,

отрывают руки, ноги от пола, сохраняют равновесие.

Встают, обходят степ слева, садятся на степ,

ноги выпрямляют, руки в упоре сзади на полу, голова запрокинута назад.

Сгибают ноги в коленях, голову опускают на колени.

Встают, руки поднимают вверх.

Музыка выключается.

Подвижная игра «Быстрые ножки»

Быстрые ножки по залу бегут...

Дети бегают по залу, инструктор по физической культуре убирает 2-3 степа

Быстрые ножки...

степ свой займут.

Дети, как можно быстрее встают на степ.

Кто не успел, садится на скамейку.

Игра продолжается пока не останется последний степ, ребенок, который на него встанет, объявляется самым быстрым.

(Слова в игре можно изменять: *Быстрые ноги бегут по дороге...*

Раз, два, три – степ свой займи!)

После проведения комплекса речедвигательной гимнастики с использованием степов «Ножки» **показатели по дыханию, ритмичности и координации улучшились на 48,8%** (до внедрения комплекса составляли 9,5%, после внедрения комплекса – 58,3%)

Используя такую гимнастику, мы отмечаем рост быстроты движений у детей, уменьшение времени двигательной реакции, увеличение скорости однократных и частоты повторяющихся движений, улучшение качества звукопроизношения и проговаривания слов, повышение показателя состояния здоровья ребенка. И очень важно, что речедвигательная гимнастика «Шаг к слову» с использованием степов доставляет детям большое удовольствие. У детей проявляется заинтересованность и потребность в занятиях.

Литература

1. Алямовская В.Г. *Как воспитать здорового ребенка.* М., 1993.
2. Белякова Л.И., Гончарова Н.Н., Шишкова Т.Г. *Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи.* М., 2004.
3. газета *Дошкольное образование* №12, статьи: «*Детский степ: липецкий вариант нового вида спорта*», «*Говорящие движения*», июнь 2007. С.2-5.
4. журнал *Обруч* №5, статья «*Правильные скамейки*», май 2007, С.40.
5. Рунова М.А. *Движение день за днем.* М., 2007.
6. Яковлева Л.В., Юдина Р.А. *Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкол. учреждений.* М., 2003.