

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар «Детский сад
комбинированного вида № 169»

Методическое пособие «Речь и рефлексогенный массаж»



Соавторы: учитель-дефектолог
Ефимцева Светлана Ивановна,
старший воспитатель Колесникова
Татьяна Леонидовна, воспитатель
Скрипилева Татьяна Николаевна

г. Краснодар, февраль 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ		
№	Раздел	Стр.
	Научное обоснование	
1.	Пояснительная записка	3
2.	Цель методического пособия	4
3.	Задачи	4
	Практическая часть	
5.	Технология проведения комплекса гимнастических упражнений с элементами массажа рефлексогенных зон ступней ног ребёнка от 2х лет до 7ми лет	5
6.	Блок упражнений № 1. «Весёлые ножки» (2-7 лет)	7
7.	Блок упражнений № 2. «Весёлые ножки» (5-7 лет)	9
8.	Заключение	10
9.	Использованная литература	10

Пояснительная записка

В методическом пособии представлен опыт использования гимнастики для ступней ног детей дошкольного возраста с целью коррекции речевого развития.

Изучив методологические позиции о высшей нервной деятельности и положения о тесной связи между развитием двигательной и познавательной сферы, мы сделали вывод, что упражнения для стоп ног будут также полезны детям, как широко используемые упражнения для кистей рук. Метод стимуляции рефлексогенных зон стопы был широко использован в восточной медицине, Бобат-терапии, Войта-терапии, кондуктивной педагогике Пете и др.

Основываясь на имеющемся мировом и собственном опыте, мы разработали комплекс гимнастических упражнений с целью стимуляции рефлексогенных зон стопы ребенка, снимающих блокировку между спинным и головным мозгом, обеспечивающих процессы сенсорной интеграции, в свою очередь влияющих на развитие высших психических функций, в том числе на развитие речи.

Мы использовали упражнения с элементами массажа в игровой форме с помощью стандартного и нестандартного оборудования. Сопроводили упражнения небольшими рифмованными текстами, в том числе авторскими, обеспечивающими связь речевых и двигательных ритмов.

Данные игровые упражнения могут быть использованы для детей раннего возраста и для дошкольников любого возраста.

Мы адаптировали их так, чтобы они были понятны не только педагогам дошкольных учреждений, но и родителям, снабдили их инструкциями, фото и картинками по теме.

В соответствии с требованиями образовательных стандартов, каждый педагог и родитель должны обеспечить равные стартовые возможности для развития ребенка, в том числе ребенка с проблемами в развитии. В детских садах, особенно в коррекционных группах, широко используются различные виды гимнастики рук, в том числе с элементами массажа.

Идея создания принадлежит учителю-дефектологу Ефимцевой Светлане Ивановне. Методическое сопровождение осуществлялось старшим воспитателем Колесниковой Татьяной Леонидовной, так же ей принадлежат некоторые авторские тексты стихотворного сопровождения. Воспитателем Скрипиловой Татьяной Николаевной была разработана содержательная часть для детей раннего возраста.

Данный комплекс начал свою апробацию с 2016-2017 учебного года в коррекционных группах: с задержкой психического развития; с расстройством аутистического спектра; с синдромом Дауна; с общим недоразвитием речи.

Цель методического пособия: коррекция речевого развития ребёнка с помощью комплекса гимнастических упражнений с элементами массажа рефлексогенных зон стопы ребенка.

Задачи:

- развивать речь ребёнка посредством рефлексогенной гимнастики с элементами массажа, с использованием речевых текстов сопровождения;
- развивать двигательный интеллект ребёнка посредством развития координации движения ног;
- развивать память, внимание, волевые качества личности;
- развивать мелкую моторику ладоней и стоп;
- воспитывать умение добиваться результата;
- воспитывать адекватную гордость своими достижениями.

Практическая часть.

Технология проведения комплекса гимнастических упражнений с элементами массажа рефлексогенных зон ступней ног ребёнка от 2х лет до 7ми лет

Упражнения на стимуляцию рефлексогенных точек стопы, позволяют улучшить взаимодействие полушарий мозга, в том числе зоны мозжечка, благотворно влияют на развитие двигательного и речевого интеллекта детей.

Если взглянуть на подошвенную часть стопы можно задействовать одиннадцать рефлексогенных зон. Мы использовали шесть.

На тыльной части стопы расположены три рефлексогенные зоны:



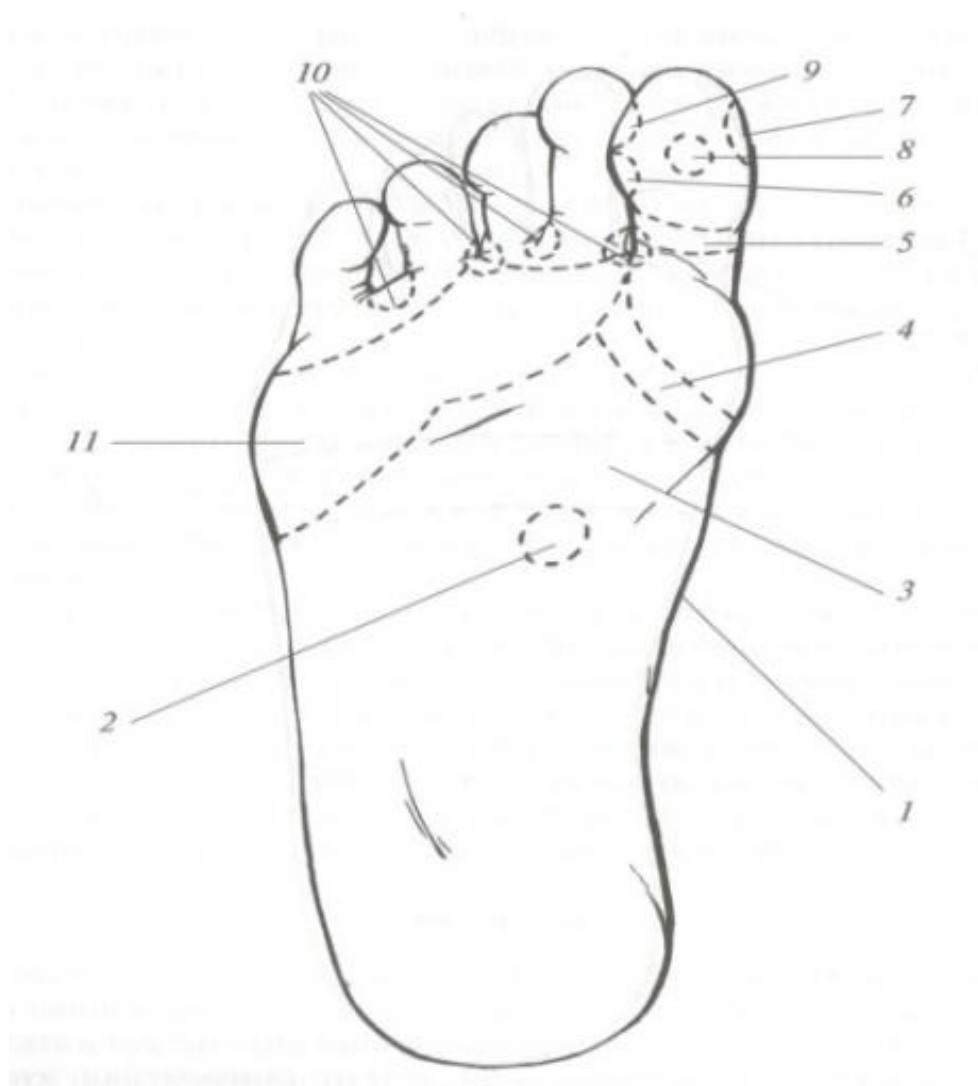
Зоны 1-диафрагмы, 2- верхней, 3- нижней челюсти.

Мы использовали две зоны – 2ю и 3ю.

Рис. 1

Не секрет, что у детей коррекционных групп основная проблема – отсутствие внимания. Поэтому первыми мы используем те зоны, которые имеют непосредственное отношение к стимуляции внимания на обеих ногах – **8 - зону гипофиза, располагающаяся по центру большого пальца.**

Рис. 2



Также мы использовали три точки между пальцами большим и указательным пальцами:

- 5 зона затылка, 6 - зоны основания мозга и мозжечка, 9-височной доли.

Методические рекомендации.

Оборудование: резиновые массажные «огурцы», шарики с пружинками Су-Джок; стаканчики или корзиночки; мелкие предметы – монолитные киндер-игрушки, счетный материал, разноцветные пластмассовые «камушки», карандаши, деревянные тренажеры «Петелька», «Заборчик», «Зигзаг».

Методическое оборудование и пособия должны быть эстетичны, гигиеничны и служить для создания эмоционального комфорта ребёнка.

Игровая гимнастика для стоп из пособия «Речь и рефлексогенный массаж» может использоваться с раннего возраста, но тогда она должна проводиться индивидуально взрослым – родителем или педагогом.

Если малыш раннего возраста, берём его на руки и, ласково разговаривая с ним, проводим упражнения.

Дети среднего и старшего возраста садятся на стульчики рядом или напротив, так, чтобы не мешать друг другу. Воспитатель располагается напротив или рядом для сопровождения и мотивации процесса. Вначале проводится разминка-разогрев стоп. Трём ножки махровым полотенцем или трём ступни о ковёр «Вытираем ножки».

Блок упражнений № 1. «Весёлые ножки» (2-7 лет)

Упражнение № 1. «Вытираем ножки»

Становимся ступнями на коврик и «вытираем» ступни о коврик. Давайте покажем кукле Зине, как надо вытирать ножки. Можно использовать стихотворение Агнии Барто «Резиновая Зина»:



Купили в магазине	Она была разиней,	Мы вымоем в бензине	Не будь такой разиней,
Резиновую Зину,	Резиновая Зина,	Резиновую Зину,	Резиновая Зина,
Резиновую Зину	Упала из корзины,	Мы вымоем в бензине	А то отправим Зину
В корзинке принесли.	Измазалась в грязи.	И пальцем погрозим:	Обратно в магазин.

Упражнение № 2. «Непослушные огурцы»

Сидя, ступнями ставимся на резиновые массажные «огурцы» и начинаем катать их, начиная с больших пальцев ног вперёд-назад, влево-вправо (сложнее).

Можно использовать стихотворение-диалог из известного отечественного мультфильма «Приключения Огуречика»:

- Огуречик, огуречик, Не ходи на тот кончик, Там мышка живёт, Тебе хвостик отгрызёт!	- Я весёлый огуречик, Не боюсь глубоких речек! Не боюсь высоких крыш, А боюсь я только мышь!
---	---



Упражнение № 3. «Весёлый шарик и колечко».

Вариант 1. Взрослый нежно катает шарик Су-Джок (колечко) по зонам верхней и нижней челюсти на тыльной стороне ступни ребёнка или массирует колечком-пружинкой Су-джок большой пальчик на ступне ребёнка, нежно прокатывая его вперёд-назад (рис. 1).

Вариант 2. Ребёнок сам прокатывает пружинку по большому пальцу ноги вперёд-назад возвратно-поступательными движениями (см. рис.1).

Задействуются оба полушария мозга и мозжечок (профилактика девиаций челюсти и языка).

Шарик-помощник

Шарик, шарик, помоги,
Пальчик 1й разотри!
Влево шарик покружись,
Вправо шарик покружись.

Чтоб головка не болела
И учиться захотела!
Чтобы умною была
И меня не подвела!

Пружинка-помощница

Ты, пружинка, помоги,
Пальчик 1й разотри!
Ты, пружинка, покружись,
Влево-вправо повернись.

Чтоб головка не болела
И работать захотела!
Чтобы умною была
И меня не подвела!

Дополнительные рекомендации. В процессе игрового упражнения и в конце желательны поощрительные комментарии педагога за удачно выполненные движения, скорость, сложность выполнения. Каждая индивидуальная и общая «победа» не должна остаться без внимания - похвалы, фишки, игра на музыкальном инструменте и так далее. Дети с ОВЗ особенно в них нуждаются. Так как такие дети запаздывают в развитии, обычно их хвалят реже.

Блок упражнений № 2. «Весёлые ножки» (5-7 лет)

Когда ребёнок освоит предыдущий блок упражнений, можно использовать тренажеры «Петелька», «Заборчик», «Зигзаг» в игровой форме.

Упражнение № 1. «Непослушные карандаши/камушки/колокольчики»

Поочерёдно захватываем карандаш или другой мелкий предмет большим и вторым пальцами ног, кладём в ёмкость (стакан, корзинку).

Когда движения освоены, можно вводить соревнование детей на скорость.



Игры повышенного уровня № 1, № 2, № 3.

Когда ребёнок освоит предыдущий блок упражнений, можно использовать тренажеры «Петелька», «Заборчик», «Зигзаг» в игровой форме.

Участник игры зажимает пальцами ног деревянный карандаш и рисует «петельки», «заборчик», «зигзаг».

Петелька

Нарисую петельку,
Вверх-вниз, вверх – вниз
Завивайся, петелька,
Не ленись!
Ты не бойся, петелька,
Если оборвёшься,
Подниму я петельку,
Вместе улыбнёмся!

Заборчик

Нарисую я заборчик,
Разрисую планочки,
У забора посидим,
Послушаем
Тальяночку!

Зигзаг

Нарисую я зигзаг,
Словно стены крепости,
Будет город защищён
От врагов и робости!



Заключение.

Данные тренажеры изначально были предназначены для тренировки мелкой мускулатуры рук, приобретены нами в рамках работы по инновационной программе «STEM-образование для детей дошкольного и младшего школьного возраста».

Данные тренажеры не для рук, а для массажа стоп апробированы нами в 2016-2017 учебном году. Впервые мы опубликовали результаты нашего опыта в Сборнике материалов VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста», выпуск Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар, 31 октября 2018 года.

Методическое пособие апробировано педагогами и родителями нашего ДОО на протяжении четырёх лет и стабильно показывает положительную динамику развития как движений, так и речи. Данная методика была апробирована педагогами и родителями групп детей раннего возраста общеразвивающего вида, групп компенсирующего вида с РАС, ЗПР, ТНР.

Список литературы:

1. И.В. Блыскина «Комплексный подход к коррекции речевой патологии у детей» (С-П, ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2017).