

Семинар-практикум «Криотерапия в коррекционной работе учителя-логопеда с детьми с ОВЗ»,

проведенный учителем-логопедом ТМБДОУ ЦРР детский сад «Белоснежка» Мухамадуллиной Г.Н.

Тема моего выступления «Криотерапия в коррекционной работе учителя-логопеда с детьми с ОВЗ». Сегодня я расскажу вам о криотерапии, одном из направлений, которое я использую в своей работе.

Слайд. «Особой целительной силой обладают холодовые закаливающие процедуры, а те, кто держит тело в тепле, приобретают изнеженность мышц, слабость нервов, обмороки и кровотечения». Гиппократ

Слайд. Криотерапия – это одна из современных нетрадиционных технологий, включающая в себя игры со льдом с целью развития тактильной чувствительности и возбуждения иннервации мышц мелкой моторики, при которой эффект дает контраст температур.

Слайд. Криотерапия - это воздействие на кисти рук холода и тепла попеременно. От холода происходит сокращение мышц, а от тепла – расслабление. Сократительная способность мелких мышц кисти возрастает.

Эффект основан на переменном воздействии холода и тепла на нервные окончания пальцев. От холода происходит сокращение мышц, а от тепла – расслабление. Сократительная способность мелких мышц кисти возрастает. Движения пальцев рук начинают формироваться в большем объеме, в кору головного мозга подаются направленные сигналы, вследствие чего, лучше развивается двигательная зона. Все это способствует совершенствованию более тонких движений кисти руки, ведет к активизации мелкой моторики и, как следствие, улучшает процесс развития речи.

Слайд. Использование данного метода способствует:

- развитию тактильной чувствительности,
- активизации иннервации мышц тонкой моторики,
- развитию моторных центров коры головного мозга.

Обычно игры со льдом очень нравятся детям, но иногда вызывают опасение у родителей. Поэтому перед использованием этой методики целесообразно побеседовать с родителями ребенка, рассказать им, о сущности процедуры, правилах ее проведения, ожидаемом эффекте.

Слайд. Криотерапия проводится в три этапа.

1 этап

Слайд. Лёд высыпают в большую миску. Дети стоят вокруг стола и перебирают руками лёд (начинают с 10-15 секунд). Затем разогревают руки на горячей грелке (тазу с тёплой водой или пластиковые бутылки с горячей водой). Снова опускают руки в лёд. Криоконтраст проводят три раза. Затем насухо вытирают руки полотенцем.

Слайд. Данный этап включает в себя игры, которые можно разделить по степени продолжительности на 4 категории:

1 категория игр. Погружение пальцев в бассейн с ледяными шариками (игра «Достань игрушку») на 5-8 секунд; «Тает льдинка»; «Пересчитай камешки»

2 категория игр. Выкладывание по цвету разноцветных кубиков из льда «Выложи узор». Время взаимодействия со льдом увеличивается до 10-15 секунд.

3 категория игр. Выкладывание мозаичного рисунка из ледяных кубиков. Время взаимодействия со льдом и холодом до 25-30 секунд.

4 категория игр. Выкладывание замков из ледяных кубиков. Наиболее продолжительное взаимодействие и манипуляции со льдом от 30 до 60 секунд.

1 этап – криоконтраст (попеременное воздействие холода и тепла).

Участникам раздаются льдинки.

Перед вами льдинки в контейнере, возьмите каждый по одной льдинке в руку, нам нужно перебирать ее в руках в течение 5-10 секунд (над контейнером). Как вы понимаете, с детьми мы это время просто отсчитывать не можем, поэтому мы одновременно воспроизводим какой-либо стихотворный текст.

Например: «Льдинку сильно я сжимаю и ладошку поменяю» и т.д.

Льдинки можно положить в тарелку, салфеткой вытереть руки. Теперь нам нужно наши руки разогреть. Опускаем руки в контейнер с теплой водой. (с детьми мы разогреваем руки с помощью пластиковой бутылки с теплой водой). Такая процедура повторяется три раза. А сейчас можно

поменять задание - нужно опустить руки в контейнер со льдом и найти буквы, которые изображены на карточке. Далее мы составляем из этих букв слово.

Следующее задание – перед вами «ледяные экраны». Нужно растопить лед ладонями и освободить из льда картинку.

Перейдем к следующему этапу.

2 этап - пальчиковая гимнастика. После трехразового криоконтраста проводим растяжки с каждым пальцем правой и левой руки. При этом большое внимание уделяем большому пальцу каждой из рук, т.к. данный элемент связан с зоной мышления головного мозга и его активизация напрямую влияет на мыслительную деятельность дошкольника.

Затем проводится любая пальчиковая гимнастика.

Разотру ладошки сильно
Каждый пальчик pokrучу,
Поздороваюсь с ним сильно

*растирание ладоней
захватывают каждый пальчик у основания и
вращательным движением дойти до ногтевой
фаланги*

И вытягивать начну

Затем руки я помою
Пальчик в пальчик я вложу
На замочек их закрою
И тепло поберегу.
Выпущу я пальчики,
Пусть бегут как зайчики.

*Потереть ладошкой о ладошку
Пальцы в «замок»*

Пальцы расцепить и перебирать ими

3 этап – развитие тактильной чувствительности – массаж рук с помощью различных предметов: шишек, шариков, игрушек, щеток, что в свою очередь продолжает активизировать мышцы мелкой моторики и пускать сигналы в головной мозг.

Чтобы детей заинтересовать, а также, чтобы работая со льдом, осуществлялась обучающая функция, я подобрала игры и разделила по степени продолжительности. Проводятся игры во время ООД или во время индивидуальной работы.

Игра «Достань игрушку»

Лед высыпают в большую миску вместе с мелкими игрушками. Ребенок погружает руки в миску, захватывает кусочки льда, ищет спрятанные там игрушки в течении 5-10 секунд. Затем вытирают и разогревают руки. Криоконтраст проводят 3 раза.

Слайд. 2 этап

После криоконтраста проводят растяжки с каждым пальцем правой и левой руки (приведение большого пальца связано с зоной мышления). Затем проводится любая пальчиковая гимнастика.

Слайд. 3 этап

Развитие тактильной чувствительности:

- растирание в руках шишек, шариков, пробок от пластиковых бутылок. Собрать шишки в одну посуду, а шарики в другую и т.д.;
- поглаживание карточек, обтянутых разным по качеству материалом (шёлк, шерсть, ситец, буклированная ткань, крупный наждак);
- развитие тактильной чувствительности с помощью щётки с жёстким ворсом.

Слайд. ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Однако необходимо учитывать, что у криотерапии есть свои противопоказания. Ни в коем случае нельзя проводить криотерапию с детьми, имеющими эписиндром, т.е. судороги, с часто болеющими детьми, с гипервозбудимыми детьми, учитывать индивидуальные особенности детей. Такую как непереносимость холода. И с осторожностью проводить криотерапию в период обострения респираторных заболеваний, в том числе вирусных, таких как грипп, ОРЗ, ОРВИ.

Проведение криотерапии не требует специального оборудования. Все что нам необходимо, мы можем увидеть на экране. Кусочки льда, формочки для замораживания льда, контейнеры, в которые мы помещаем лед, бутылочки для теплой воды, тарелочки, клеенку и для 3 этапа мячи, шишки, т.е. все, что мы используем в жизни и в быту.

Слайд. При регулярном использовании приёмов криотерапии у детей значительно улучшается артикуляционная моторика, произносительные навыки и в целом состояние их речи.

Примерные игры с льдинками

Игра «Разложи по цвету»

В поп-иты дети раскладывают кусочки льда по цветам. (10-15 секунд). Во время игры можно закреплять знания цветов. Попробуйте поработать левой рукой.

«Разноцветные льдинки»

Цель: Закрепить понятия «гласный - согласный», «твёрдый - мягкий», и их цветовые обозначения

Ход игры: На дне контейнера льдинки трех цветов, красного, синего, зеленого. Логопед называет звук, ребенок дает характеристику звука и достает камушек нужного цвета. Варианты игр: Определи сколько гласных (Твердых согласных, мягких согласных) в слове и достань столько же льдинок нужного цвета.

«Зашифруй слово»

Цель: Формирование фонематического анализа.

Ход игры: На дне контейнера льдинки трех цветов: красного, синего, зеленого. Логопед показывает картинку (называет слово) и предлагает сделать звуковой анализ из цветных льдинок.

«Найди место звука в слове» (КОТ)

Цель: Развивать умение находить место заданного звука в слове

Ход игры: На дне контейнера «рыбка» (дельфин, краб и т.д.) и звуковая дорожка. Логопед называет звук местоположение, которого необходимо определить в названных словах. Затем логопед произносит слово, ребенок слушает слова, определяет местоположение заданного звука в слове (начало, середина или конец слова) и ставит «рыбку» (льдинку) на звуковую линейку.

«Достань игрушку»

Цель: Развивать умение определять наличие, заданного звука в слове

Ход игры: На дне контейнера со льдом мелкие игрушки от «Киндера». Логопед называет звук и просит ребенка найти и достать игрушку, в названии которой есть заданный звук.

«Сколько слогов?»

Цель: Развивать умение определять количество слогов в заданном слове.

Ход игры: На дне емкости льдинки Логопед называет слово, предлагает определить количество слогов в заданном слове и достать столько же льдинок.

«Угадай букву»

Цель: Закрепить зрительный образ буквы. Профилактика оптической дисграфии

Ход игры: На дне контейнера пластиковые буквы, частично закопанные в лед. Ребенок должен узнать и назвать букву. Если буква названа правильно, ребенок может ее достать. (Усложнение - составление и чтение слогов, слов)

«Составь букву, слово, слог»

Цель: Закрепить зрительный образ буквы. Профилактика оптической дисграфии. На дне контейнера счетные палочки. Ребенку предлагается выложить и назвать букву, или выложить заданную букву (слог, слово)

«Собери бусы»

Цель: развитие мелкой моторики.

Ход игры: собери из льдинок бусы.

«Выложи букву»

Цель: Закрепить зрительный образ буквы. Профилактика оптической дисграфии.

Ход игры: выложить льдинками букву.

«Достань игрушку, скажи какая она»

Цель: формирование словаря прилагательных

Оборудование: ёмкость со льдом, игрушки, непромокаемые фартуки.

Ход игры: достань круглую, легкую, железную, большую, узкую и т.д. игрушку.

«Угадай предмет»

Цель: составление описательного рассказа о предмете

Оборудование: ёмкость со льдом, игрушки, непромокаемые фартуки.

Ход игры: достань овальный, желтый, пластмассовый фрукт (лимон).

«Рыбка» (ориентировка в пространстве)

Оборудование: ёмкость со льдом, заламинированный шаблон в клетку (на формате А4 начертаны

квадраты 5Х5 в равном количестве) или пособие «Солнышко», непромокаемые фартуки.

Ход игры: просим ребенка пройти помочь рыбе найти нужный квадрат. Даем инструкцию: две клетки вверх; 1 клетку влево; 3 вниз и 4 вправо и т.д.

«Жемчужины»

Цель: упражнять в умении делить слова на слоги.

Оборудование: ёмкость со льдом, жемчужинки (камушки белые марблс), непромокаемые фартуки.

Ход игры: Сколько в слове слогов? Достань такое же количество жемчужин. Сколько в слове слогов, столько и жемчужин.

«Льдинки».

Цель: развивать фантазию, стабилизация эмоционально-волевой сферы.

Оборудование: ёмкость со льдом, непромокаемые фартуки.

Ход игры: выложи рисунок из льдинок.

«Рыбачьи сети»

Цель: закрепление математического счета, цветовосприятия, величины, согласование числительного с существительным.

Оборудование: ёмкость, льдинки, сеть (обычная сетка от любой новой пластмассовой игрушки), непромокаемые фартуки.

Ход игры: Поймай в сеть побольше рыбок. Молодец. А давай теперь их посчитаем. Усложнение: А теперь давай разложим их по цветам: красные к красным, белые к белым. Сколько белых рыбок у нас. Давай их посчитаем. Каких рыбок больше, а каких меньше ты поймал?

Игровое пособие «Солнышко»

Цель: закрепление звуков в словах, упражнение в делении слов на слоги.

Оборудование: ёмкость с кубиками льда; цветные камешки.

Ход игры: закрыть цветными камешками картинки в названии которых есть заданный звук; закрыть картинки в названии которых 1, 2, 3, 4 слога;

«Два озера»

Цель: закрепление умения дифференцировать смешиваемые звуки.

Оборудование: ёмкость с водой, игрушки на заданные звуки.

Ход игры: в одно озеро надо опустить игрушки со звуком [С], а в другое – со звуком [Ш].

«Водолаз»

Цель: закрепление умения дифференцировать смешиваемые звуки. Оборудование ёмкость со льдом.

Ход игры: Со дна таза ребенок достает, называет и откладывает разные игрушки, предметы с дифференцируемыми звуками.

«Придумай слово».

Цель: формирование слоговой структуры слова.

Оборудование ёмкость со льдом.

Ход игры: Ребенок бросает в воду заданное количество льдинок, а затем по их количеству придумывает слово.

«Исправь ошибку»

Цель: формировать простые формы слогового анализа. Оборудование: ёмкость со льдом

Ход игры: Логопед кладет ошибочное количество льдинок. Ребенок анализирует количество слогов в слове и исправляет ошибку, добавляя или убирая лишнюю льдинку.

«Придумай историю»

Цель: развивать связную речь.

Оборудование: ёмкость со льдом, разные игрушки.

Ход игры: используя игрушки по выбору, ребенок рассказывает реальный случай или придумывает историю.

«Весёлый язычок»

Цель: развитие артикуляционной моторики.

Оборудование: ёмкость со льдом

Ход игры: педагог предлагает ребёнку поиграть с язычком; выполнять артикуляционные движения одновременно выполняя движения рук в ёмкости со льдом. Артикуляционные упражнения:

«Лошадка» - Щелкать языком, одновременно пальцами ритмично, в такт щелчкам, «скакать».

«Индюки» - Языком быстро облизывать верхнюю губу со звуком «бл-бл-бл», пальцами в такт

движениям языка двигать.

«Качели» - Языком ритмично двигать вверх-вниз, указательным пальцем ведущей руки в такт движениям языка двигать в том же направлении.

«Часики» - Языком ритмично двигать вправо-влево, ладошками по дну бассейна в такт движениям языка в том же направлении.

«Накажи непослушный язычок» - губами ритмично шлепать по высунутому языку со звуком «п-п-п», ладонью ведущей руки легко похлопывать.

«Найди на ощупь», «Найди и пересчитай».

Цель: развитие тактильных ощущений, пересчёт предметов.

Оборудование: ёмкость со льдом.

Ход игры: предложить ребёнку с закрытыми глазами узнать игрушку

«Графический диктант».

Цель: учить ориентироваться на плоскости. Профилактика оптико-пространственных нарушений.

Развитие мелкой моторики рук.

Оборудование: льдинки, заламинированный разлинованный лист на клеточки.

Ход игры: Педагог дает устные задания типа:

Положите красную льдинку в центр листа. Синюю - в левый верхний угол, зеленую - в правый верхний угол, синий - в правый нижний; зеленый - в левый нижний.

Игра «Рисуем льдинками»

Очень интересным и необычным для детей занятием является рисование цветными льдинками. Чтобы сделать цветной лед можно использовать пищевые красители, обычные краски и даже мелки (*порошите их в порошок и смешайте с водой*). Для рисования нужно выбирать бумагу поплотнее, чтобы она не раскисала. Лед начинает таять и оставлять следы, у вас получится ледовая картина, а можно предложить детям простые по форме предметы для раскрашивания ледяными льдинками.

В заключении я хочу сказать, что игры со льдом вызывают у детей радостное настроение, дают много эмоционально ярких впечатлений. У детей значительно улучшаются движения кисти руки и, как следствие, стимулируется развитие речи. Метод криотерапии способствует развитию интеллектуальной сферы детей, а также происходит оздоровление организма. Буду рада если мои идеи были вам интересны, и вы будете использовать их в своей работе.