***Роль пластичной логоритмики как средства здоровьесберегающих технологий для детей со сложной структурой дефекта.***

Польза занятий по логоритмике не требует никаких пояснений и доказательств. Эта методика проверена временем и всякий раз демонстрирует свою эффективность при работе с детьми, имеющими различные речевые расстройства.

Итак, что же такое логоритмика? Логоритмика – это методика коррекционно – развивающего воздействия на ребенка, основанная на ритмизации всех процессов. Ритм может быть представлен через музыку, движения и речь, особенно стихотворную. Ритм – это чередование каких-либо явлений, происходящих с определенной последовательностью, скоростью, чередованием пауз. Ритм не только окружает нас, но также ему подчинены все процессы организма: гормональный фон, биение сердца, дыхание. Внешняя ритмизация может быть естественной: смена времен года, времени суток, а также созданный самим человеком: график работы магазинов, смена рабочих и выходных дней и тд.

Определенный удерживаемый ритм помогает чувствовать стабильность и уверенность в дальнейших событиях, а как известно, наш мозг стремится к тому, чтобы все было понятно, знакомо и предсказуемо. В этом случае он не испытывает стресс и работает в энергосберегающем режиме.

Как показывают исследования, дети с несформированным чувством ритма которые имеют нарушение моторного планирования, чаще подвержены тревожным состояниям.

Итак, как же ритм влияет на работу центральной нервной системы, а именно на головной мозг. Мозг имеет некие колебания, которые исследуются с помощью электроэнцефалографии и помогают не только увидеть эпиактивность, но и определить зрелость мозговых структур.

Музыка напрямую влияет на психологическое состояние человека. Его настроение и испытываемые эмоции (вспомните себя при прослушивании какой-нибудь мелодии которая вызывает слезы, смех, или грусть).

Кроме того, обучение игре на музыкальных инструментах благотворно влияет на развитие логического мышления, восприятие информации на слух, моторики и даже словарного запаса. При прослушивании музыки активизируются все области головного мозга.

Итак, как же связаны ритмизация процессов и музыка с развитием речевой функции. Музыка так же, как и язык, является системой коммуникации, которая считается более выразительной, чем речь. В коррекционной работе логопеда более перспективными считаются случаи, когда ребенок сохраняет ритмическую организацию слова с нарушением звуконаполняемости, нежели ситуация, при которой ребенок говорит первыми ударными слогами с неплохим звукопроизношением.

Ритмизация речи через стихотворения, строчки которого подчиняются одному и тому же ритму, способствует лучшему запоминанию речевого материала и более длительной концентрации внимания на нем.

Таким образом с помощью логоритмики мы можем сформировать психические, сенсомоторные и социально – коммуникативные сферы у детей с тяжелыми нарушениями развития, а именно:

* Когнитивную сферу (слухоречевую память, слуховое внимание, мышление);
* Сенсорное восприятие (слуховое, зрительное, тактильное, проприоцептивное;
* Моторное развитие (общий, пальцевый, кистевой и артикуляционный виды праксиса);
* Речевое развитие (экспрессивная и импрессивная речь).
* Существуют множество программ по логоритмике в том числе и авторские с использованием разных предметов, игрушек и тд.

***Основные виды логоритмических упражнений***

***Ходьба и маршировка***

Данный тип упражнений в большинстве случаев является вводным и заключительным. Эти занятия положительно сказываются на осанке, формируют четкую координацию движений, закрепляют в детях понимание, где «лево», а где «право». У ребенка развивается слуховое внимание, потому что он учится слушать инструкции со стороны взрослого.

Используются различные варианты данных упражнений:

* Ходьба друг за другом, держась за веревку. Дети располагаются друг за другом, в левой руке они держат веревку. Под звуки барабана преподаватель (а затем и ребенок) ведет детей по кругу.
* Ходьба друг за другом боком приставными шагами (по канату). Руки опущены, дети передвигаются маленькими шагами, приподнимая ноги.
* Ходьба с перешагиванием через 5-6 кубиков (по 2-3 круга).

***Упражнения на регуляцию мышечного тонуса***

Важной целью этих упражнений является расслабление и напряжение определенных групп мышц. Без этих занятий сложно добиться необходимого уровня ловкости и координации движений у ребенка.

Используются различные виды упражнений:

* «Побежали». Ребенок лежит на спине, его ноги согнуты в коленях, руки вытянуты вдоль туловища. В течение 1 минуты ноги начинают активно «бежать», при этом громко стуча ступнями по полу (голова и верхняя часть туловища должны оставаться неподвижными). После окончания ребенок остается в лежачем положении, полностью расслабив свои мышцы.
* «Цветочек». Ребенок садится на корточки, его голова и руки опущены. Голова и корпус поднимаются, руки в стороны – цветочек расцветает. Далее цветочек вянет – подгибаются колени, падает корпус и голова.

***Упражнения на развитие голоса, дыхания и артикуляции***

Проведение этих упражнений позволяет сформировать правильное дыхание, которое необходимо для свободного произношения слов. Работа над голосом позволяет улучшить его основные характеристики (высоту, силу), а также сделать его более выразительным. Упражнения на артикуляцию позволяют улучшить подвижность артикуляционных органов, а также улучшить звукопроизношение.

***Используются следующие упражнения:***

* «Кораблик». Для упражнения понадобится бумажный кораблик, который нужно положить на стол с гладкой поверхностью. Сначала сами дуйте на этот кораблик, чтобы он «доплыл» до другого края стола, после чего предложите ребенку повторить за вами.
* «Три медведя» (упражнение для детей с 3 лет). Сначала нужно прочитать ребенку эту сказку, после чего вместе с ним попытайтесь изобразить голоса всех трех медведей: низким, обычным и высоким голосом.

Это лишь небольшая часть возможных упражнений по логоритмике, которые используются на практике. В частности, активно применяются следующие типы занятий:

**Пение.** Положительно сказывается на интонации голоса, позволяет улучшить качество речи, организовать речевое дыхание в сочетании с мягким голосоизвлечением, свободной артикуляцией.

**Счетные упражнения.** Помогают ребенку запомнить порядковый счет предметов.

**Пальчиковая гимнастика**. Данные упражнения крайне важны, потому что они прямым образом воздействуют на определенную зону коры головного мозга, которая отвечает за речь.

**Игры на развитие памяти, внимания**. Помогают развить навыки быстрого переключения между действиями.

**Игры на развитие мимики.** Обязательны для проведения с детьми, у которых есть какие-либо речевые нарушения. Объясняется это тем, что для них характерна невыразительность мимики, что делает невыразительным и само произношение.

**Танцы**. Положительно сказываются на осанке, улучшают пластику и чувство ритма.

В своей практики логоритмику использую даже в утренниках.