

УДК 371.7

DOI — <https://doi.org/10.52422/2782-635X-2022-2-57>

ЛОГОПЕДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОВЗ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Ольга Александровна Грабова,
учитель-логопед МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 29»
г. Калуги, olga2v1@yandex.ru

Рассмотрены дополнительные виды работы, используемые в работе педагога-психолога на разных этапах занятия с детьми с ограниченными возможностями здоровья, которым нужен особый подход в обучении. Данные упражнения помогают развивать блоки мозга, центральную нервную систему. В статье представлена работа с локальными мышечными зажимами и дистониями, упражнения на расширение сенсомоторного репертуара, а также обучение диафрагмальному дыханию.

Ключевые слова: дети с ограниченными возможностями здоровья, развитие мозга, «умные упражнения», биоуправление, психофизиологическая диагностика.

Одна из задач современной школы — это создание образовательной среды, которая поможет получить качественные знания детям с ограниченными возможностями здоровья и социализироваться в обществе.

Дети с ограниченными возможностями здоровья — это дети, здоровье которых не позволяет осваивать программу общеобразовательной школы в полном объёме и качественно. Поэтому им необходимы специальные условия обучения и воспитания. Группа детей с ОВЗ неоднородна, в неё входят дети с разными нарушениями развития. Это дети часто болеющие, с повышенной возбудимостью, стрессонеустойчивостью,

с нарушением внимания, плохой памятью, повышенной утомляемостью, плохим зрением, задержкой психического развития различного генеза, эмоционально-волевыми нарушениями, гиперактивностью и чрезмерной возбудимостью нервной системы или, наоборот, заторможенностью. И главное в работе с такими детьми — это индивидуальный подход с учётом развития психики и здоровья каждого ребёнка. Об этом писали как отечественные (Праведникова И.И. [1]), так и зарубежные (Блайт С.Г. [2]) специалисты. Всем детям нужна коррекционная работа: с логопедом, психологом, дефектологом, сурдологом, тифлопедагогом, олигофренопедагогом в зависимости от особенностей ребёнка. И в большинстве случаев все дети с ОВЗ имеют трудности овладения чтением и письмом на начальном этапе, а у некоторых трудности сохраняются и дальше. Это обусловлено многими причинами.

Первая — низкая функциональная готовность к письму, т.е. низкий уровень развития психических функций, необходимых для овладения письмом и чтением. Это, в свою очередь, связано с недостаточным игровым развитием ребёнка в дошкольном возрасте, малым общением со взрослыми, равнодушным отношением в семье к развитию и обучению. И третья причина — недостаточная психологическая, мотивационная готовность ребёнка к обучению из-за равнодушного отношения взрослых, связанного порой с их загруженностью.

Детство современных детей имеет крайности: это телефон или компьютер (родителям так спокойней — ребёнок дома, не ввяжется в компанию, не получит травму на улице), отсюда гиподина-

мия. Или другая крайность — множество кружков, огромная занятость, когда порой ребёнку нет времени побыть самим собой, поиграть. Плохой сон из-за повышенной утомляемости, тяга к сладкому и вредному (а ведь в чипсах, коле, колбасе содержится глутамат, который негативно влияет на детский мозг). Всё это ведёт к незрелости отделов мозга, которые участвуют в процессе письма и отвечают за двигательные функции рук, зрительно-пространственную ориентацию, речевое внимание. Следствие — дисграфические и орфографические ошибки, плохой почерк и неудовлетворительное поведение на уроках. Успешность овладения учебными навыками (письмом и чтением) зависит от взаимодействия больших полушарий головного мозга. Правое полушарие — это целостный образ слова, а левое — его написание. Бывает так, что доминирует правое полушарие, а левое недостаточно сформировано. Связь между полушариями формируется в младенческий период, это период ползания, который многие дети пропускают в силу определённых обстоятельств. У многих детей были нарушения биологического характера: пре- и перинатальные нарушения, патологии родов; повреждения развития — тяжёлые неврологические и соматические заболевания в раннем детстве, черепно-мозговые травмы. Все функции мозга имеют своё время развития и должны иметь определённые условия. А когда их нет или они нарушаются, блоки мозга отстают в развитии, возникают трудности. Их преодолением занимается наука нейропсихология. Используя двигательные «умные упражнения», она помогает созреть структурам мозга и эффективней преодолевать трудности в обучении.

Основоположник нейропсихологии А.Р. Лурия словно разделил все отделы мозга на три блока [3]. Первый блок мозга — энергетический. На признаки нарушения в его развитии указывают быстрая утомляемость и вялость, эмоциональная неуравновешенность, частые заболевания, гипо- или гипертонус, двигательная неловкость, «корявый» почерк, синкинезии при письме (движение языком, ногами, всем телом), неловкие позы, дисграфии, дизартрии, сужение полей зрения, слабая конвергенция глаз. Но у этих детей может быть богатая не по возрасту речь. Второй блок мозга — блок приёма, переработки и хранения информации. На признаки нарушения в его развитии указывают неловкость, бедность и однотипность движений, несформированность пространственных представлений и сенсомоторных координат. Третий блок мозга — блок программирования и контроля. Признаками нарушения развития этого блока являются нарушения программирования и контроля произвольных действий, его проявления в учебной деятельности, нарушения динамической организации движений и речи, недоразвитие моторики, связной речи (по О.Ю. Цвирко [4]). Все эти проявления характерны для обычных детей и, конечно, сопровождают детей с ОВЗ.

Начинать работу важно с первого энергетического блока мозга, который подпитывает весь мозг. Кроме того, двигательные упражнения помогают нормализовать слаженную работу «стоп» и «старт» нейронов, которые отвечают за процессы возбуждения и торможения и находятся в стволе мозга. Поэтому кроме использования специальных логопедических упражнений, направленных на коррекцию того или

ного вида дисграфии, на занятиях проводятся «умные упражнения», которые способствуют развитию мозга и помогают более эффективно работать с ребёнком. Упражнений много, направлены они на различные части тела, выполняются из разных исходных положений. В практике чаще используются те, которые нравятся детям и подходят к выполнению в условиях логопедического кабинета.

Самомассаж различных частей тела

1. «Мытьё головы». А. Пальцы слегка расставить и немного согнуть в суставах. Кончиками пальцев массировать голову в направлении: 1) от лба к макушке, 2) от лба до затылка и 3) от ушей к шее.

Б. Пальцы слегка согнуты, поверхность ногтей и первые фаланги плотно соприкасаются с поверхностью головы за ушами; массаж производится ребёнком обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке.

2. «Ушки». Уши растираются ладонями, как будто они замерзли; разминаются три раза сверху вниз (по вертикали); возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении (по горизонтали) (пальцы, исключая большие, соединены и направлены к затылку, локти вперёд). Затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их. Указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трёх раз. Это упражнение тонизирует кору головного мозга, уменьшает ощущение шума в ушах, головную боль, головокружение.

3. Покусывание и «почёсывание» губ зубами; затем — языка зубами от самого кончика до середины языка.

Интенсивное «хлопанье» губами и растирание губами друг друга в различных направлениях.

4. «Расслабленное лицо». Руками проводить по лицу сверху вниз, слегка нажимая как при умывании (3–5 раз). Затем тыльной стороной ладони и пальцев рук мягкими движениями провести от подбородка к вискам; «разгладить» лоб от центра к вискам.

5. «Сова». Поднять вверх правое плечо и повернуть голову вправо, одновременно делая глубокий вдох; левой рукой захватить правую надкостную мышцу и на выдохе опустить плечо. Разминайте захваченную мышцу, выполняя глубокое дыхание и глядя как можно дальше за спину. Затем то же самое — с левым плечом правой рукой.

6. Су-Джок терапия — опосредованное воздействие на биоэнергетические точки с целью активизации зон мозга, защитных функций организма, коррекции речевых нарушений. Массаж колючим мячиком или металлическими кольцами рук и пальцев.

— Здравствуй, мячик, ты как ёжик, у тебя есть много ножек (перекладывание мяча из руки в руку или перебирание мяча одноимёнными пальцами обеих рук).

— Мячик я перебираю и иголочки считаю.

— 1–2–3–4–5 — Мы закончили считать (начинай считать опять).

— 1–2–3–4–5 — Вышли пальчики гулять (массаж пальцев кольцом).

— Первый пальчик боковой — называется Большой.

— Пальчик второй — указчик старательный, не зря называют его Указательный,

— Третий палец посередине, поэтому Средний дано ему имя.

— Безымянный кольцо носит, никогда его не бросит.

— Совсем как в семье братец младший любимец. По счёту он пятый, зовётся Мизинец.

7. Ритмичное жонглирование мячами. Перекладывание (перебрасывание) под счёт из руки в руку, из руки в руку за головой, за спиной, под ногами; из руки в руку учителя по прямой и по диагонали.

Работа с локальными мышечными зажимами и дистониями. Расширение сенсомоторного репертуара.

1. «Клоун» — совместные движения глаз и языка. Выдвинутым из рта языком и глазами делать совместные движения из стороны в сторону, однонаправленные, затем разнонаправленные.

2. Слежение за предметом, перемещаемым по воображаемому контуру круга, овала, треугольника, квадрата, восьмёрки, знака бесконечности, синусоиды и т.д.: на расстоянии вытянутой руки, на расстоянии локтя и около переносицы.

3. Педагог рисует в воздухе перед ребёнком различные вертикальные, горизонтальные и кривые линии, фигуры, которые он должен отследить, опознать, нарисовать в воздухе (вместе с педагогом и самостоятельно), на бумаге, назвать.

4. Рисование в воздухе перед собой знака бесконечности ∞ (центр знака — напротив переносицы). Сначала педагог плавно передвигает одну руку ребёнка, начиная из центра вверх, обводя три раза воображаемый знак бесконечности. Ребёнок должен внимательно следить за кончиками пальцев своей руки, не мигая, не отводя взгляда и не задерживая дыхания. Затем то же — другой

рукой и двумя руками, сцепленными в замок. Далее можно варьировать размеры знака и то расстояние, на котором он рисуется.

5. «Перекаты». Ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, спина прямая. Выполняются перекаты с носков на пятки, затем — с наружных на внутренние поверхности стоп и обратно. После этого ребёнок переходит к следующим движениям: левая нога начинает перекаты с пятки, а правая — с носка.

6. «Канатоходец». Ребёнок имитирует проход по канату (он идёт по прямой воображаемой линии по полу): скользит и балансирует, ищет равновесия. Партнёр дует на него со стороны, как бы пытаясь «сдуть» канатоходца с каната. Дует он с расстояния вытянутой руки, но не в лицо, а примерно в грудь (справа, слева). Цель канатоходца — удержаться, несмотря на препятствие.

7. «Качели». Ребёнок изображает языком движение качелей: поднимает язык вверх, опускает его вниз; то же — с одновременным движением рук сначала в ту же, что и язык, а затем в противоположную ему сторону. Те же движения языка сочетать с движениями глаз.

8. «Часы». Движение языка к уголкам рта направо и налево, то же — с одновременным перемещением рук в ту же сторону, что и язык, а затем в противоположную ему сторону. Сочетать движения языка с движениями глаз.

Мышечное расслабление используется для снятия эмоционального напряжения. Обучение диафрагмальному дыханию.

- «Сосулька» — сжать кисти рук максимально на вдохе, на выдохе разжать.

- «Тяни» — вытянуть руки до противоположной стены на вдохе, опустить руки — на выдохе.

- «Бабочка» — свести лопатки на вдохе, на выдохе лопатки — развести.

- «Черепашка» — плечи поднять к ушам на вдохе, на выдохе плечи опустить и расслабиться.

- «Пяточки» — носки ног максимально потянуть к коленям, на выдохе — опустить.

- «Носочки» — пятки потянуть к икроножным мышцам на вдохе, на выдохе — расслабить ноги и опустить.

- «Бяка-бука» — наморщить лоб, нос, свести глаза «в кучу» на вдохе, на выдохе — вернуться в обратное положение.

- «Буратино» — на вдохе улыбнуться максимально широко, на выдохе губы сделать трубочкой и выдохнуть воздух со звуками: «У-тю-тю-тю-тю».

Кроме того, у большинства детей длительное переживание неудач вызывает отчаяние, влияет на настроение, способствует развитию депрессивных состояний. Чтобы быть успешным в обучении, у ребёнка должно быть хорошее речевое развитие. Он должен понимать словоизменения, словообразования, структуру предложения, иметь достаточный словарный запас, связную развёрнутую речь (монологическую и диалогическую); должен хорошо различать звуки в словах, уметь соотнести звук со знаком и изобразить этот звук, должен хорошо понимать смысл разных слов.

Психомоторное развитие также важно в части готовности руки к письму, координации пальцев рук. К поступлению в школу у ребёнка в норме должны быть достаточно развиты трудовые умения и навыки, умение общаться с людьми. Детей, которые идут в школу с полностью зрелыми по нормам возраста высшими психическими функциями и навыками, очень мало. А у детей, которые

приходят уже с ОВЗ, психические функции в той или иной степени нарушены всегда. Поэтому они длительное время находятся в стрессе, что тоже ведёт к нарушениям функций блоков мозга. Гибнут нейроны (Гипокамп — отдел мозга, отвечающий за память, сжимается, уменьшается. В мозжечке «стоп» и «старт» нейроны, отвечающие за процессы возбуждения и торможения, находятся в дисбалансе). Очень важно помочь детям чувствовать себя комфортно и учиться выходить из стресса.

В школе есть компьютерная программа «Комфорт» — это универсальная методика коррекции и развития адаптационных возможностей. Она подходит для работы с детьми с четырёх лет и позволяет решать комплексные задачи. Программа работает в направлении коррекции психоэмоциональных состояний, состояниях при психосоматических заболеваниях, в коррекции логопедических нарушений. А также в направлении оздоровления и профилактики, на основе обучения эффективным навыкам саморегуляции, оптимизации функционального состояния, снижения стрессовой нагрузки и проявлений дистрессовых реакций.

Программа реализует метод функционального биоуправления, основанный на биологической обратной связи. Биоуправление — это обучение человека новым навыкам, новой деятельности. Специфичность этой формы обучения состоит в том, что обучаются системы организма, произвольно не контролируемые и происходит это при помощи специализированных технических средств. Происходит регистрация физиологических параметров организма (при помощи специальной аппаратуры) и преобразование их в компьютере в сигналы

обратной связи, которые человек видит или слышит. В момент обучения происходит сопоставление телесных ощущений человека и информации об этих ощущениях. Применение программы позволяет достичь результатов:

- в коррекции нарушенных состояний при психосоматических заболеваниях, психоэмоциональных нарушениях;
- в повышении стрессоустойчивости и обеспечении адекватного поведения при стрессах;
- в обучении и тренировке новых возможностей: концентрации внимания, произвольного контроля поведения.

Эти возможности позволяют использовать программу в работе психологов, психотерапевтов, реабилитологов, логопедов, дефектологов, бизнес-консультантов.

Возможности программы — это психофизиологическая диагностика: среднее значение ЭМГ (показатель общего психоэмоционального напряжения), частота дыхания, минимальный, средний, максимальный пульс, коэффициент соотношения длительности вдоха и выдоха (контроль правильности выполнения диафрагмального дыхания), периферическая температура (общий фон эмоционального напряжения), психологическая диагностика — уточнение о состоянии ребёнка на момент проведения тренинга и после, оценка эффективности работы по программе «Комфорт» на тесте «Цветопредпочтение», «Сенсорные предпочтения».

Режим «Кардио — ФБУ» — дыхание. Диафрагмальное дыхание насыщает кислородом большее количество крови за один дыхательный цикл по сравнению с другими типами дыхания. Регуляция

дыхания является самым древним из известных методов борьбы со стрессом. Предполагается существование нервного механизма, при котором диафрагмальное дыхание понижает активность коры головного мозга, тормозя приток сенсорной информации, стабилизируя состояние психики. Снижение активности коры снижает уровень мышечной активности, за счёт этого происходит расслабление. При снижении мышечной активности внутренние органы лучше снабжаются кислородом и питательными веществами. Особенно это важно в развитии первого блока мозга, который снабжает энергией все остальные отделы во втором и третьем блоках. Сферы применения «Кардио — ФБУ»:

1) позволяет выработать навык диафрагмально-релаксационного дыхания как способа коррекции психоэмоционального состояния;

2) сформировать оптимальное функциональное состояние, которое характеризуется уравниванием процессов торможения и возбуждения и снижает нагрузку на сердечно-сосудистую систему. Эта программа позволяет использовать её в коррекции психосоматических нарушений, психоэмоциональных состояний, невротических нарушений и логоневрозов, повышении иммунитета. Датчики размещаются на запястьях и регистрируют пульс и дыхание, а сигналом обратной связи служит изменение изображения или сюжета игры. Они отражают изменения частоты сердечных сокращений на вдохе и выдохе. Прежде необходимо потренировать дыхание. Вдох через нос, без напряжения. На вдохе надувается живот. Выдох через рот, медленно, плавно, спокойно, через сомкнутые губы. Живот медленно втягивается. Виды обратной связи:

- «Индикатор» — изменения пульса отражаются в виде заполнения столбика цветом. Задача ребёнка на вдохе полностью заполнить цветом, а на выдохе полностью опустить цвет в столбике.

- «Полоса» — обратная связь — это слайд, который становится виден за счёт движущейся полосы. Когда слайд полностью открывается, он сменяется другим. Задача ребёнка на вдохе поднять полосу, а на выдохе снизить её и так добиться смены слайдов.

- «Прозрачность» — сигнал обратной связи — это «проявление» одного изображения сквозь другое. Степень проявления зависит от изменений пульса.

- Игра «Бабочка» — обратная связь — игровой сюжет «Появление бабочки».

В период постановки, обучения и закрепления навыка дыхания используются разные виды обратной связи. Сеанс состоит из чередующихся фаз работы и отдыха. Стремление ребёнка добиться смены сигналов обратной связи способствует снижению пульса на выдохе, т.е. ребёнок овладевает навыком диафрагмального дыхания. В результате отмечается снижение заболеваемости, повышение концентрации внимания и работоспособности, улучшение общего фона настроения детей. А главное — за счёт расслабления внутренних органов идёт лучшее обогащение их питательными веществами и кислородом, в том числе и головного мозга.

Режим «Температурное биоуправление», программа «Экватор». Терморегуляция — физиологическая функция поддержания постоянной температуры тела с помощью регуляции теплоотдачи и теплопродукции организма. Периферическая температура играет важную роль в терморегуляции, поддерживается за счёт сужения и расширения сосудов.

При реакции на стресс у человека происходит сужение периферических сосудов, в том числе и головного мозга, ухудшается кровообеспечение всего организма, повышается артериальное давление, снижается периферическая температура. При нормализации тонуса сосудистой системы происходит улучшение снабжения тканей внутренних органов кислородом, а также повышение снабжения кислородом головного мозга, что обеспечивает нормальное функционирование ЦНС. Обучение навыку произвольного повышения периферической температуры снижает общее напряжение, нормализует психоэмоциональное состояние, обеспечивает профилактику стрессовых нарушений, коррекцию нарушений внимания и памяти, способствует быстрому восстановлению сил при значительных нагрузках. При обучении навыку рекомендуется использовать приёмы аутогенной тренировки, состояние пассивной концентрации на ключевых словах и фразах («Вспомни, как ты летом лежал на мягкой зелёной травке, солнышко ласково гладило тебя по лицу своими тёплыми лучиками»). Выработка навыка основывается на телесном опыте ребёнка, связанного с конкретными ситуациями, воспоминания о которых помогут быстрее добиться изменений в своём состоянии. Зрительная обратная связь «Индикатор» — задача ребёнка поднять столбик выше установленной черты. «Мозаика 1–2» — на экране слайд с искажением или скрытым изображением, при выполнении условий и достижения порога часть слайда открывается, через 10 сек, если условие выполнено, открывается вторая часть, и так вся картинка. «Радуга» — задача ребёнка «закрасить» все цвета радуги. При снижении температуры закрашенные зоны теряют

окраску. «Калейдоскоп» — окно экрана разделено на шесть частей по вертикали и восемь по горизонтали. Каждые 15 секунд фиксируется значение температуры. Если оно повышается, то открывается новое окошко с картинкой, если температура неизменна, то будут открываться одинаковые изображения. Физиологические эффекты регуляции периферической температуры: снижение мышечного тонуса, снижение артериального давления, изменение частоты сердечных сокращений, дыхание становится более глубоким.

Реализация метода ФБУ при минимальных временных затратах обеспечивает максимальную эффективность работы: повышается работоспособность и стрессоустойчивость, улучшается концентрация внимания и память, снижается психоэмоциональное напряжение при гиперактивности и повышенной агрессивности, развиваются умения находить равновесие между сосредоточенной активностью и спокойствием на уроке.

В представленном выше материале отражены дополнительные виды работы, которые используются логопедом на занятиях в организационном моменте, в физкультпаузе, дополнительно к занятиям, когда необходимо создать интерес у ребёнка, дать минуту для отдыха и главное то, что эти упражнения повышают эффективность, развивая блоки мозга и в целом центральную нервную систему, которая является основой в обучении. И особенно это относится к детям с ограниченными возможностями здоровья, которым нужен особый, свой подход в обучении. Успешная помощь, повышение эффективности в овладении программой школьного обучения во многом определяется умением педагога видеть

корень проблемы и работать с причинами на начальных этапах овладения чтением и письмом.

Статья построена на основе текста выступления автора на II Всероссий-

ской конференции «Дополнительное образование детей — пространство саморазвития личности» [6], прошедшей в г. Калуге 27 октября 2021 года. Конференция стала регулярной [5; 6].

Литература

1. Праведникова И.И. Нейропсихология. Игры и упражнения. М.: Айрис-пресс, 2018. 112 с.
2. Блайт С.Г. Оценка нейромоторной готовности к обучению. М.: Линко-Пресс, 2017. 94 с.
3. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2003. 384 с.
4. Цвирко О.Ю. Нейропедагогический подход к проблеме предшкольной подготовки // Предшкольная подготовка детей: сборник научных статей / под ред. Колмогоровой Л.С. Барнаул, 2010. С. 264–273.
5. Иванова И.В. Всероссийская научно-практическая конференция «Дополнительное образование детей — пространство саморазвития личности» // Журнал педагогических исследований. 2020. Т. 5. № 6. С. 3–7.
6. Иванова И.В. II Всероссийская научно-практическая конференция «Дополнительное образование детей — пространство саморазвития личности» // Журнал педагогических исследований. 2021. Т. 6. № 6. С. 3–9.

Speech Therapy Support For Children With Disabilities In A Comprehensive school

Olga A. Grabova, teacher — speech therapist MBOU «Secondary school No. 29» Kaluga, e-mail: olga2v1@yandex.ru

Abstract. Additional types of work used in the work of a teacher-psychologist at different stages of classes with children with disabilities who need a special approach to learning are considered. These exercises help to develop brain blocks, the central nervous system. The article presents work with local muscle clamps and dystonia, exercises to expand the sensorimotor repertoire, as well as training in diaphragmatic breathing.

Keywords: Children with disabilities, brain development, “smart exercises”, bio-management, psychophysiological diagnostics

References:

1. Pravodnikova I.I. Neuropsychology. Games and exercises. M.: Iris-press, 2018. 112 p.
2. Blythe S.G. Assessment of neuromotor readiness for learning. M.: Linko-Press, 2017. 94 p.
3. Luria A.R. Fundamentals of neuropsychology. Study guide for students. higher. studies. establishments. M.: Publishing center “Academy”, 2003. 384 p.
4. Tsvirko O. Yu. Neuropedagogical approach to the problem of pre-school training // Preschool preparation of children: a collection of scientific articles / ed. Kolmogorova L.S. Barnaul, 2010. Pp. 264–273.
5. Ivanova I.V. All-Russian scientific and practical conference «Additional education of children — a space for self-development of the individual» // Journal of Pedagogical Research. 2020. V. 5. No. 6. P. 3–7.
6. Ivanova I.V. II All-Russian scientific and practical conference “Additional education of children — a space for self-development of the individual” // Journal of Pedagogical Research. 2021. V.6. No. 6. P. 3–9.