

«Использование элементов литотерапии и ароматерапии на логопедической работе с дошкольниками и школьниками».

Современные технологии становятся эффективным средством коррекции речевых нарушений в составе комплексной логопедической работы. Новые методы и приемы помогают поддерживать интерес детей к занятиям, помогают сделать занятия более разнообразными и комплексными, что в конечном итоге содействует правильному речевому развитию и преодолению речевых проблем. Не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей – логопатов и способствуют оздоровлению всего организма ребенка.

Литотерапия – (от греческого lithos – камень, therapia – терапия) – лечение с помощью натуральных камней, нетрадиционная методика, ставшая популярной в последнее время. В более широком понимании, литотерапия это любое использование природных минеральных веществ (песок, камни, глина и пр.) с целью воздействия на организм человека.

Литотерапия с успехом применяется в современной медицине, косметологии и даже коррекционной педагогике. Известно, что у детей с речевыми нарушениями, в частности с общим недоразвитием речи, наблюдаются нарушения эмоционально – волевой сферы, нарушения координации движений, низкий уровень развития мелкой моторики рук.

Современный учитель – логопед должен овладевать новыми компетенциями, нетрадиционными методиками работы и применять их на практике, не только развивать речь, но и вести работу по коррекции личностных нарушений, преодолению моторного недоразвития.

Примеры использования элементов литотерапии на логопедических занятиях:

- перебирание камней, раскладывание по цвету, размеру, выкладывание дорожек или узоров из камней по образцу и самостоятельно;
- в сочетании с пескотерапией (выкладывание дорожек, узоров на песке, закапывание камней в песок, выкапывание «секретиков» - самых красивых камушков, спрятанных в песке логопедом);
- массаж рук и пальцев (сжимание камней в кулачках, перекатывание по ладони, по руке, массажирование пальцев камешками);
- пальчиковая гимнастика с элементами литотерапии;
- логопедические игры с использованием камней.

Пальчиковая гимнастика «Веселые камешки»:

Посмотрите, вот какие – эти камешки большие,

А шершавые какие! В руки камешки возьмем

и в руках мы их сожжем!

...тук! Вот какой веселый звук!

«Игра с мозаикой»

Цель: развитие фонематического слуха, умения выделять заданный звук в ряду других

Оборудование: карточки, поделенные на 9 квадратов, натуральные камни черного и белого цветов

Ход игры: логопед предлагает ребенку внимательно слушать произносимые звуки и выкладывать камни на карточке:

- Если услышишь звук «Р», черный камешек клади, услышишь другой звук – клади белый камешек.

- А теперь камешки убирай: на черный камешек звук «Р» произноси, на белый камешек – любой.

Аналогично можно проводить работу со слогами и словами на заданный звук.

Игра «Веселые камешки»

Цель: автоматизация звука в слове, развитие фонематического слуха, развитие мелкой моторики

Оборудование: натуральные камни разного размера с наклеенными (нарисованными) картинками с изображением различных предметов.

Ход игры: логопед предлагает ребенку перебирать камни, называть, что на них нарисовано и откладывать в сторону камни с картинками, в названии которых есть заданный звук.

У этой игры может быть множество вариантов. Например, можно предложить ребенку придумать историю про эти предметы и т.п.

На сегодняшний день методов нетрадиционного воздействия известно достаточно много (игро-, сказко-, смехо-, изо-, глина-, воско-, музыка-, хромотерапия и др.), но я остановлюсь на ароматерапии, которую использую в своей работе с детьми.

Ароматерапия – лечение с помощью эфирных масел различных растений, обладающих выраженным приятным запахом.

Данный способ терапевтического воздействия именуют также терапией гармонии, потому что она направлена на исцеление не только тела, но и души больного.

Сведения о применении эфирных масел дошли до нас из глубины веков. Археологические находки свидетельствуют о том, что еще в VI тысячелетии до н. э. эфирномасличные растения использовались в медицинских целях. Еще за две тысячи лет до н. э. китайцам были известны лечебные свойства эфирных масел. Древние греки открыли, что растительные эссенции оказывают различное действие: возбуждают, освежают, расслабляют, усыпляют. Для того чтобы абсорбировать из цветов и трав их целительную силу, они использовали оливковое масло. Изобретение процесса

эфирных масел приписывают Авиценне. В Европе эфирные масла стали популярными в XII веке благодаря крестоносцам.

Фридрих Хоффман (1660–1742) исследовал естественные структуры эфирных масел. В 20-е гг. XX в. парфюмер Морис Гаттефос занимался изучением медицинского действия эфирных масел.

Он придумал термин «ароматерапия» и в 1928 г. выпустил печатную работу, целиком посвященную данной тематике.

Эфирные масла определенных растений используются в ароматерапии, так как способствуют гармонии тела, разума и души. Предположительно терапевтический эффект заключается в их воздействии на гормоны и другие важные биохимические частицы в организме.

Натуральные эфирные масла – это не только душа растений, но и здоровье, красота и долголетие для человека. Каждое из них содержит до 800 целебных компонентов, которые борются с вредными микробами и снимают воспаления. Эфирные масла укрепляют иммунитет, нейтрализуют токсины и способствуют их выведению из организма.

Дети – чувствительные и впечатлительные натуры, воспринимающие действие ароматерапии без всякого предубеждения, поэтому их реакция на эфирные масла всегда положительна. Также игры с запахами способствуют формированию навыка правильного ротового/носового вдоха и выдоха, повышают мотивацию к занятиям, стимулируют развитие обонятельных центров в головном мозге. Все это оказывает положительное воздействие на развитие детской речи.

Применение средств ароматерапии в детской комнате позволяет поддерживать хорошее настроение у детей, а также помогает излечить простудные заболевания и нарушения сна.

Дети больше всего любят теплые и сладковатые запахи. Однако в силу того, что их организм находится еще в состоянии развития, применяю средства ароматерапии для них совсем в минимальных дозировках. Масла наношу на глиняную аромалампу. Использую корки от апельсина, которые хорошо удерживают запах. Данный метод применяю для ароматизации воздуха в комнате.

Ароматерапию провожу ежедневно по 20-30 минут, сочетая с дыхательной гимнастикой, массажем. Каждый месяц вношу небольшие изменения в состав композиций, т.к. привыкая к запахам, у детей снижается активность даже самых эффективных масел.

Химический состав и токсикология эфирных масел изучены достаточно хорошо, поэтому их можно применять с максимальной степенью безопасности для организма ребенка.

Показания к ароматерапии у детей:

- частая заболеваемость ОРВИ,

... сна, аппетита,
... возбудимость,
... расторможенность, гипердинамический синдром,
... явления после перенесенных респираторных инфекций,
... течение адаптации к дошкольному учреждению, сопровождающееся
... резистентности,
... заболевания лор – органов.

Противопоказания к ароматерапии:

- повышенная индивидуальная чувствительность к запахам,
- выраженное обострение заболевания,
- острое лихорадочное состояние,
- острое течение заболевания

Японские ученые выяснили, что внимание улучшается:

- при вдыхании лаванды - на 20%
- при вдыхании жасмина - на 30%
- при вдыхании лимона - на 50%

Основные правила применения эфирных масел:

1. До двух лет эфирные масла можно применять только после консультации с ароматерапевтом. Не рекомендуется применять детям до года – мяту перечную, до 6 лет – чайное дерево, герань, розмарин, чабрец, до 12 лет – масло гвоздики.
 2. Следует выбирать масла только высшего качества.
 3. Следует строго соблюдать дозировку эфирных масел и рекомендации по их применению.
 4. Нельзя употреблять масла внутрь.
 5. Хранить масла в темных бутылочках в холодильнике.
 6. Флакон с аромамаслами должен содержать дозатор (капельницу).
- При соблюдении всех правил, ароматерапия будет эффективным методом лечения и профилактики заболеваний.

Смеси эфирных масел:

Смесь для поднятия настроения: масло апельсина – 2 капли, масло иланг-иланга – 2 капли.

Антипростудная смесь: масло ромашки – 1 капля, масло мандарина – 2 капли, масло чайного дерева – 2 капли, масло темьяна(чабреца) – 1 капля.

Укрепление иммунитета: эфирные масла – бергамота, эвкалипта, тимьяна, пихты, сосны. Способ применения: ванны (до 5 капель), массаж, ароматизация помещения.

и способность сосредоточиться: улучшает эфирное масло розмарина (перед сном несколько капель на носовой платок).

Для боязливых детей: эфирные масла розы, нероли, бергамота. Ребенку необходимо перед сном принять ванну, провести ароматизацию детской комнаты, а через день – массаж с эфирными маслами. Время от времени эфирные масла для ароматизации меняются.

Детские праздничные смеси:

1. Лимон – 3 капли, апельсин – 2 капли, ромашка – 2 капли.
2. Лаванда – 2 капли, корица – 2 капли, роза – 3 капли.
3. Мандарин – 3 капли, лимон – 3 капли.

Характер смеси для праздника должен соответствовать времени года. Например, весной и летом лучше использовать эфирные масла с ароматом свежести (цитрусовые, хвойные), а под Рождество или Новый год – более теплые (цветочные, пряные).