

## **Уважаемые родители!**

**Предлагаю ознакомиться с информацией, которая, поможет вам весело и с пользой провести время со своими детьми.**

### ***«Использование приемов криотерапии в работе логопеда»***

**Этот метод позволит достичь следующих целей:**

- стимуляцию моторики рук;
- улучшение речевой функции;
- дети лучше усваивают и самостоятельно выполняют сложные пальчиковые упражнения и их комбинации;
- у детей легче происходит развитие изобразительных и графических умений;
- развивается внимание и память, которые тесно связаны с речевым развитием;
- общее оздоровление организма;
- появляется положительный эмоциональный настрой.



**Криотерапия** (от латинского "крио" - холод и "терапия" – лечение, воздействие).

Этот метод пришел в коррекционную педагогику из медицины, которая успешно использует его в лечении и оздоровлении.

В **логопедических** методиках для проведения терапии применяют лед. При воздействии холодом в области контакта с кожей (*рук, ног*) начинает активироваться рецепторный аппарат.

На начальном этапе воздействия в коже и тканях сужаются сосуды. По прошествии времени стенки сосудистого русла расширяются, что повышает местный кровоток. Увеличение кровотока способствует стимуляции мелкой моторики (*если контакт льда был с руками*).

Развивающаяся мелкая моторная деятельность кистей ребенка способствует активации областей мозга, отвечающих за речевые функции.

Такие процессы приводят к улучшению речи, повышению качества произношения. У ребенка помимо речевой функции повышается память, внимание, мышление, улучшается моторика рук. Методика помогает улучшить запоминание новой информации.

Тем самым опосредованно происходит вторичная компенсация и развитие моторных центров коры головного мозга. В связи с этим улучшается артикуляционная моторика, произносительные навыки детей и в целом состояние их самостоятельного высказывания.

**1 этап – чередование теплых и холодных процедур.**  
**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» «Рисуем льдом».



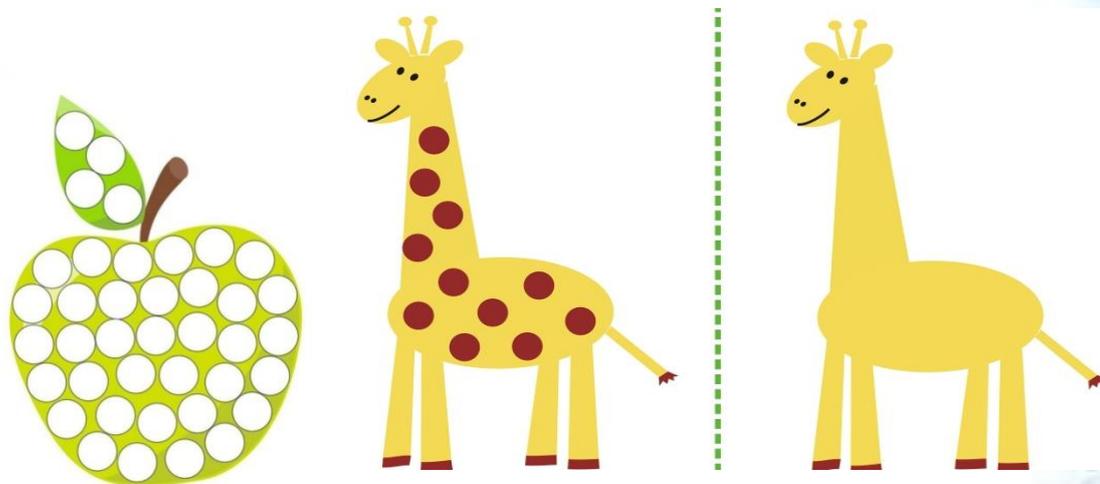
### 2 категория игр

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.



## 2 этап – растяжка пальцев рук с последующей пальчиковой гимнастикой.

После растяжки следует любая пальчиковая гимнастика:

Палец толстый и большой

В сад за сливами пошёл.

(Ладонка собрана в "кулачок". Отгибаем большой пальчик, выпрямляем его, затем сгибаем наполовину. Снова сгибаем и так несколько раз)

Указательный с порога

Указал ему дорогу.

(Отгибаем указательный пальчик, далее "сгибаем-разгибаем")

Средний палец самый меткий,

Он сбивает сливы с ветки.

(Отгибаем средний пальчик, "сгибаем-разгибаем" его. При этом нужно стараться не сгибать указательный и большой пальцы)

Безымянный подбирает,

(Отгибаем также безымянный, постараться не шевелить предыдущими пальчиками)

А мизинчик-господинчик

В землю косточки бросает!

(Отгибаем мизинчик)

\*\*\*

(Рука сжата в кулачок)

Мы делили апельсин.

(Крутим кулачком вправо-влево)

Много нас, а он один!

(Другой рукой разгибаем пальчики, сложенные в кулачок, начиная с большого)

Эта долька для ежа,

(Разгибаем указательный пальчик)

Эта долька для чижа,

(Разгибаем средний пальчик)

Эта долька для утят,

(Разгибаем безымянный пальчик)

Эта долька для котят,

(Разгибаем мизинчик)

Эта долька для бобра,

(Открытую ладонку поворачиваем вправо-влево)

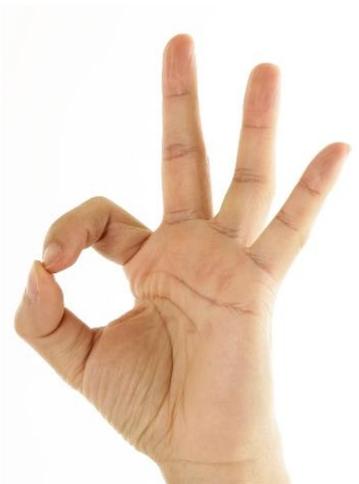
Ну, а волку - кожура.

(Двумя руками показываем волчью пасть)

Он сердит на нас - беда!

(Складываем руки домиком)

В домик прячемся - сюда!



3 этап - развитие тактильной чувствительности, включающая растирание в руках шишек, шариков, пробок от пластиковых бутылок; поглаживание карточек, обтянутых разным по качеству материалом (шёлк, шерсть, ситец, буклированная ткань, крупный наждак); развитие тактильной чувствительности с помощью щётки с жёстким ворсом.

Детям дана новая площадка, создана мотивация для получения знаний, усилено желание детей узнавать новое, экспериментировать, повторять положительный эмоциональный опыт.

## Попробуйте следующие игры дома:

**«Где же наши ручки?»** - опустить руки в воду с ледяными кубиками и вынуть;

**«Вылови льдинку»** - выловить из воды ледяной кубик красного, синего, жёлтого цвета;

**«Плавает – тонет»** - определение плавучести больших и маленьких льдинок;

**«Достань со дна ледяные кубики»** - достают из воды цветные кубики и строят домик или мини – замок.



Необходимо помнить и о противопоказаниях. Нельзя проводить криотерапию с детьми: – эписиндромом; – миопатией (наследственное заболевание); – очень гибким детям. Осторожно применять криотерапию с: – длительно и часто болеющими детьми; – гипервозбудимыми детьми.



*Информацию подготовила учитель – логопед*

*Кренева Светлана Юрьевна*