**Применение аква- и криотерапии в коррекционно – развивающей работе**

Проблема развития ребенка с ограниченными возможностями знакома и педагогам и родителям. Такие дети растут обычно ослабленными, нервными, раздражительными. Им свойственна патологическая инертность основных нервных процессов, отсутствие интереса к окружающему, снижение уровня эмоционально – волевой сферы и поэтому эмоциональный контакт со   взрослыми, потребность общения с ними у ребёнка часто не возникает. Дети не умеют общаться и со своими сверстниками. Спонтанность усвоения общественного опыта у них резко снижена. Дети не умеют правильно действовать ни по словесной инструкции, ни даже по подражанию и образцу.      Указанные особенности развития таких детей создают дополнительные трудности в выборе коррекционных методик.

Одной из методик, обладающей большими ресурсами, является акватерапия.  **Акватерапия**- один из самых приятных способов обучения. Это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности.  Акватерапию применяют в коррекционной работе с детьми, имеющими различные неврологические отклонения, интеллектуальную недостаточность, поражения общей двигательной активности, речевые нарушения, нарушения органов слуха и зрения.

Познавательная мотивация в ходе игр с водой достаточно высока по причине использования нетрадиционных методов обучения, игрового материала и возможности непосредственно действовать с ним.

Организуя игры детей с водой, достигаем следующие цели:

1. Стабилизация эмоционального фона.

2. Снятие психоэмоционального и физического напряжения.

3. Развитие и усовершенствование навыков позитивной коммуникации.

4. Пополнение и обогащение активного и пассивного словаря.

5. Стимулирование сенсорно – перцептивной сферы.

6. Развитие навыков импрессивной и экспрессивной речи.

На разных этапах развития ребенка и в зависимости от поставленных задач, можно использовать следующие варианты игр:

 • игры в объемном пространстве (ванночка, таз, игрушечный бассейн);

• игры в двух емкостях одинакового или разного размера (большой и маленький, глубокий и мелкий тазы и т. п.);

• игры с водой и различными пластиковыми фигурами, которые прикрепляются к кафельной или зеркальной стене для создания плоскостных композиций: цифр, букв, предметных картинок и т. п.;

 • игры с разными сосудами, которые наполняются водой (пластмассовые бутылки, миски, стаканы, кувшины).

В ход игр используем психогимнастику, которая помогает преодолеть барьер в общении, лучше понять себя и других, снимает психическое напряжение, дает возможность самовыражения.

Использование акватерапии является быстродействующим, успокаивающим методом стабилизации эмоционального состояния детей младшего дошкольного возраста и поэтому данную методику хорошо использовать при адаптации детей к детскому саду.

     Ранее детство – фундамент общего развития ребенка, стартовый период всех человеческих начал. Именно в ранние годы закладываются основы здоровья и интеллекта, поэтому для стабилизации эмоционального состояния малышей в адаптационный период используем теплые ванночки для рук как игровой и релаксационный метод.

Игры   можно брать следующие:

 « Где же наши ручки?» - опустить руки в теплую воду и вынуть;

« Вылови игрушку»  - ситечком выловить из воды;

« Плавает – тонет» - определение плавучести предметов;

« Достань со дна камешки» - достают из воды цветные камешки;

« Фонтанчики» - наливают воду в стакан, в котором сделано много дырочек;

« Налей воду в бутылочку» - наливают с помощью взрослого;

« Теплая – холодная» - в одном тазу теплая вода, а в другом холодная, поочередно опуская ручки в тазы, дети определяют, где теплая, где холодная.

«Выжми губку» - набирают губкой воду и сильно её отжимают

Для осушения рук детям предлагаем поиграть волшебными салфетками, включая элементы самомассажа: поглаживание, растирание, вибрация – поколачивание указательным пальцем или кулачком по другой ладони, вытягивание каждого пальца.

Метод акватерапии можно проводить как утреннее, так и в вечернее время, использовать как часть непосредственно образовательной деятельности, так и в свободной деятельности.

Игры с водой создают у детей радостное настроение, повышают жизненный тонус, дают детям массу приятных и полезных впечатлений, переживаний и знаний.

Несовершенная нервная регуляция движений, слабое развитие мелких мышц руки, низкая выносливость по отношению к статическим нагрузкам у детей дошкольного  возраста определяют чрезвычайную сложность овладения навыком письма.  Для устранения этих нарушений мы применяем криотерапию.

**Криотерапия**- одна из современных нетрадиционных методик коррекционной педагогики, заключающаяся в использовании игр со льдом. Дозированное воздействие холода на нервные окончания обладает благотворными свойствами. Эффект основан на изменении деятельности сосудов - первоначальный спазм мелких артерий сменяется выраженным расширением (от холода происходит сокращение мышц, а от тепла – расслабление), что значительно усиливает приток крови к месту воздействия, в результате чего улучшается питание тканей, импульсация, в кору головного мозга подаются направленные сигналы, вследствие чего, лучше развивается двигательная зона.  Это оказывает влияние, как на общее оздоровление организма, так и на развитие мелкой и, как следствие, улучшает процесс овладения графикой письма, а параллельно и артикуляционной моторики, что в свою очередь влияет на развитие речи ребенка.

Проведение криотерапии не требует специального оборудования, что является достаточно удобным и ценным в условиях дошкольного учреждения.

Методика проведения криотерапии.

Для её проведения необходимы кусочки льда, которые заранее готовят в «шашечках», специальных силиконовых ёмкостях для заморозки или просто в подставках от шоколадных конфет.

Для того, чтобы детям было более интересно манипулировать с ледяными кубиками, можно придать им цвет, разнообразную форму или просто поместить «секретик» в замороженный кусочек льда.

На заметку! Лед, заготовленный заранее, можно хранить 10-12 часов без холодильника, в обычном термосе.

Обычно игры со льдом очень нравятся детям.

Занятия с использованием метода криотерапии проводятся в несколько этапов:

***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»

**2 категория игр**

Выкладывание по цвету разноцветных кубиков изо 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, соответствующая определенной лексической теме или звуку, с которым происходит работа на коррекционных занятиях педагога.

***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.

С целью повышения эффективности  коррекции выраженных речедвигательных нарушений можно использовать **элементы  *методики искусственной локальной гипотермии (криотерапия).*** Метод заключается в следующем: прикладываем поочередно ледяные аппликации на мышцы речедвигательного аппарата – по контуру губ по 6-ти точкам:

1. у крыльев носа – 2 точки;
2. верхняя губа – 1 точка;
3. нижняя губа – 1 точка;
4. уголки губ – 2 точки.

Одномоментное наложение льда на одну из зон криовоздействия от 5 до 30 сек. Общая продолжительность во время одного сеанса от 2 до 7 мин. Курс состоит из 15-20 ежедневных сеансов. Искусственная локальная гипотермия создает функциональную базу для обеспечения перехода на более высокий уровень двигательной активности артикуляционных мышц и возможность для оптимальной целенаправленной коррекционной работы в развитии активной речи. Сразу же после сеанса криотерапии проводится занятие по выработке новых речедвигательных навыков.

При использовании приемов криотерапии необходимо помнить и о противопоказаниях. Нельзя проводить криотерапию с детьми, имеющими эписиндром, с миопатией; с осторожностью применять криотерапию с длительно и часто болеющими детьми; гипервозбудимыми детьми. Криотерапия противопоказанапри повышенной индивидуальной чувствительности к процедуре (непереносимость холода), если присутствует лихорадочное состояние (жар, повышенная температура тела), при обострении респираторных заболеваний, в том числе вирусных (ОРВИ, ОРЗ и др).