

Использование литотерапии в коррекционно - развивающей работе.

Педагогам – психологам, логопедам приходится искать разные методы и приемы, оказывающие физиотерапевтическое и психотерапевтическое воздействие без специального оборудования. Одним из таких приемов является литотерапия.

Термин «Литотерапия» происходит от греческих слов - «камень» и «лечение». В более широком представлении под литотерапией понимают любое использование природных минеральных веществ (камни, песок, глина) с целью их воздействия на организм человека. Литотерапия в психолого-педагогической и логопедической практике - метод коррекции с использованием натуральных камней и минералов. Литотерапия применяются в коррекционной и лечебной педагогике, в особенности с детьми, имеющими особые образовательные потребности. Литотерапия является одним из эффективных методов коррекционно - педагогического воздействия на детей с различными отклонениями в развитии, в том числе и нарушения зрения, формирует представления о здоровом образе жизни.

Применение литотерапии в педагогической практике – это контролируемое использование минералов для коррекции речедвигательной сферы, для профилактики и коррекции эмоционально – волевой сферы ребенка и коррекции отдельных черт его характера. Кроме того альтернативные методы и приемы помогают организовывать занятия интереснее и разнообразнее.

Познакомившись с программой эстетического и психоэмоционального развития детей средствами литотерапии и цветотерапии "Самоцветы" Пляскиной Елены Прокопьевны, педагога-психолога г. Читы, было изучено данное направление более глубоко и применение литотерапии в собственной практике. Также упоминание литотерапии есть в «Справочнике логопеда» Поваляевой М. А. В книге Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой и Т.М. Грабенко «Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры» уделяется внимание играм с камнями.

Дети с увлечением играют с камешками: перекладывают, подбрасывают, собирают. Придумывание новых сочетаний из различных камней очень увлекательное и творческое занятие. Кроме того, так приятно прикоснуться к прохладным разноцветным камням, почувствовать их гладкие грани под пальцами. Важное значение в литотерапии имеет цвет камней. Само созерцание и контакт с цветной поверхностью камня необходимо проводить в полной тишине или в сопровождении спокойной музыки. Такие занятия проводятся индивидуально или по подгруппам.

Камни в литотерапии могут быть использованы:

- предмет, непосредственно используемый в игре или упражнении (вспомогательный предмет или составная часть оборудования к упражнениям и играм).

- образ, вокруг которого строится игра или упражнение.

Средства и методы литотерапии возможно использовать в следующих направлениях:

- коррекция речи детей (стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь);
- развитие тактильной чувствительности и сложнокоординированных движений пальцев и кистей рук (этого помогают добиться упражнения с перекачиванием, выкладывания узора из камней);
- расширение кругозора детей, развитие их познавательного интереса;
- развитие познавательных процессов: внимания, зрительной, слуховой, тактильной чувствительности, цветовосприятия;
- расширение атрибутивного словаря (цвета и оттенки)
- стабилизация психических процессов, снятие эмоционального и телесного напряжения, развитие умения быстро переключаться с активной деятельности на пассивную;
- развитие фантазии и творческого воображения.

- воспитание эстетического отношения к цвету и краскам и т.д.

Работая над проектом, педагогом - психологом и учителем-логопедом было определено содержание использования литотерапии в целях развития социально-речевой активности и эмоционального восприятия.

На основе изученного материала был составлен тематический план работы с детьми старшего дошкольного возраста, состоящий из блоков:

1 Блок: «Каменная стихия». Были подобраны упражнения по ознакомлению с камнями, их активному использованию, где дети в игровой форме получили знания о свойствах и качествах камней. Игры способствуют развитию восприятия, внимания, мышления, памяти, наблюдательности, воображения, речи, расширения словарного запаса.

2 Блок: «Малахитовая шкатулка». В которую собраны игры для снятия скелетно-мышечного напряжения, развития мелкой моторики, массажа и самомассажа стоп и кистей рук, дыхательная гимнастика. Включены упражнения для развития психики ребенка, такого рода игры с природными камнями стабилизирует эмоциональное состояние, что важно для коррекции речевых нарушений. В качестве ручного тренажера в литотерапии используются не только камни, но и четки, бусы из натуральных камней.

3 Блок: «Артмастерская». Собраны игры и упражнения, способствующие обучению детей умению адекватно выражать негативные эмоции, решать конфликтные ситуации, преодолевать негативные черты характера (агрессивность, замкнутость, нерешительность); снижению эмоционального напряжения в группе, выявлению состояния эмоциональной сферы ребенка, выявлению наличия агрессии, ее направленности и интенсивности. Дети выражают собственные творческие идеи посредством создания прекрасных картин, мозаик, рисунков на камнях, придумывают образы и сказочные истории.

Сделаны дидактические игры коррекционной направленности: «Массажные бусы», «Коллекция минералов», «Скульптура из камней», «Мозаика из камней», «Загадай желание», «Узнай камень», «Подводное

царство», «Камнеград», «Каменные лабиринты», «Сад камней», и др. Были разработаны упражнения: «На что похоже», «Дорисуй картинку», «Сравни объемное и плоскостное изображение» и др., творческие игры: «На поиски сокровищ», «Серебряное копытце».

Работа с камнями не является изолированной задачей, а входит дополнительной частью в общий комплекс коррекции эмоционально-личностных и речевых нарушений у детей. Занятия проводятся один раз в неделю в течение учебного года.

Алгоритм занятия:

1) Разминка. Основные процедуры – приветствие и упражнения на установление контакта, мотивирующий элемент (сказка, беседа),

2) Основная часть – игры, упражнения, элементы психогимнастики, проективный рисунок, эксперимент.

3) Подведение итогов занятия – рефлексия, ритуал прощания.

На первом этапе работы с камнями и другим природным материалом необходимо ознакомить детей с элементарными правилами обращения с ними: нельзя кидаться камнями, песком, тереть глаза грязными руками, после игр обязательно вымыть руки.

Занятия были разработаны таким образом, что в его структуру как обязательные составные части вошли - зрительная и дыхательная гимнастика, зрительно - осязательного обследование камней, продуктивная деятельность, релаксационные сказки. В результате таких занятий у детей были сформированы знания о разных свойствах и особенностях камней, повысился уровень зрительного и осязательного восприятия, наглядно - образного мышления, зрительно - моторной координации.

Упражнения и игры с использованием литотерапии

Игры психолого-педагогической направленности

Игра «Обыкновенное чудо».

Психолог: давайте сядем удобно, чтобы мы видели друг друга и поиграем с этим камнем. А этот камень непростой – волшебный. С помощью него можно сотворить чудо.

У меня в руке камень. Он тяжёлый (имитация взвешивания), холодный, неприятный на ощупь (соответствующая мимика), шершавый, у него острые края. Не очень приятно держать его в руке. Но я постараюсь согреть этот камень, прежде чем передать его тебе (называется имя).

Возьми камень тепло моих рук, жар моего сердца. Передай, камень, мои чувства другу. (Камень передаётся соседу слева).

Что ты ощущаешь? Какой камень на вес? Правда тяжёлый? А какой на ощупь? Гладкий или шероховатый? Да, он шероховатый. А теперь скажи, пожалуйста, ты держишь в руке холодный камень? (для сравнения во вторую руку камень, который не был в руках). Конечно тёплый? Почему? О чём я просила камень? Сейчас мы с тобой совершим чудо – согреем камень твоим теплом. Скажем вместе: Возьми камень тепло моих рук, жар моего сердца. Передай, камень, мои чувства другу (камень передаётся соседу слева), и так каждому ребёнку.

Комментарий: эта игра позволяет дифференцировать собственные ощущения, анализировать и высказывать их, тем самым обучая основам самоанализа и взаимодействия. Очень важным является осознание того, что каждый из нас может сотворить чудо. (Камень возвращается).

Психолог: я держу в своих руках камень. Он тяжёлый, шероховатый, у него острые грани, но его очень приятно держать в своих руках, потому что он тёплый, ведь он передаёт тепло ваших рук. Вот оно чудо: наши руки могут согреть даже камень.



ИГРА “Гора и камешки”
(Звучит музыка из серии «Звуки природы»).

Психолог: про камни есть история, хотите я вам её



расскажу? А вы мне поможете её изобразить.

Жила-была большая - большая гора. Она считала себя самой сильной, но ветер и вода утверждали, что они сильнее. Шли годы. Вода проливалась на гору дождями (звучит музыка, имитирующая капли дождя) и точила камни. Мороз замораживал воду в трещинах, а ветер уносил все маленькие камешки и песчинки с ее поверхности (звучит музыка имитирующая ветер). Вот покатился с горы один камешек (один ребенок отходит от остальных), потом другой,

третий (еще часть детей отходит по очереди от центра). Гора становилась все меньше и меньше. И, в конце концов, стала совсем незаметной (все дети расходятся). Так ветер и вода трудились день за днем и победили большую гору. Ребята, а как вам больше нравится: быть одинокими камешками или жить всем вместе в одной горе? (ответы детей). Снова собираются в кучку.

Итак: гора – это дружба. А что такое: «вода», «ветер», «мороз»? Я вам подскажу: это то, что мешает дружбе (ответы). Чтобы дружба была крепкой, нужно быть добрыми, прощать и помогать другу другу!

ИГРА «Разноцветные камешки» (коробочка с камешками).

Психолог: посмотрите на эти красивые разноцветные камешки. Удивительно, насколько щедро Матушка-природа на краски. Какие цвета вы здесь видите? Молодцы. Возьмите по камешку себе.

Теперь, когда камешки у вас в руках, внимательно рассмотрите их, попробуйте заметить особенность вашего камешка. (Далее идет расширение словарного запаса, набор прилагательных). Почувствуйте, какой камень на

ощупь (гладкий или шершавый, твердый или мягкий).., какая у него температура (теплый или холодный).., посмотрите, какой у него размер (большой или маленький).., блестящий или нет.., прозрачный или нет.. (посмотрим на свет?). А теперь постучите своим камешком о камешек соседа. Какой звук вы услышали? На что похож звук?

Комментарий: (таким образом, идёт работа по всем трем каналам восприятия: зрение — визуальное, слух — аудиальное, ощущение — кинестетическое).

ИГРА «Волшебное превращение».

Психолог: еще раз посмотрите на свой камешек. На что похож ваш камешек? Во что его можно превратить, как вам кажется? (В ягоду, фрукт, колесико от машинки, цветок, солнышко...) а теперь попробуйте изобразить то, на что похож ваш камешек, а остальные ребята попробуют отгадать, что вы задумали. Можно озвучить ваши действия. Кто у нас самый фантазер? (развитие воображения и творческих способностей). Теперь перемешаем все камешки в одной коробочке, а вы попробуйте среди всех найти свой! Отлично! Положите камешки в коробку, они нам будут ещё нужны.

Комментарий: данное упражнение способствует развитию познавательных процессов детей (внимание, восприятие, воображение, речь).

- Посмотрите: куда нас направляет третья стрелочка (направо).

«Картина из камней».

Психолог: как вы думаете, что можно сделать из этого материала (лежит рамка от картины, камешки и др. бросовый материал)? Да, конечно, используя этот материал, мы можем создать различные картины из камней. Для этого вам нужно разделить на пары, выбрать место, где вам будет удобно и договориться о том, что вы будете создавать и дать название вашей картине.

Комментарий: данное упражнение способствует развитию творчества, спонтанности. Групповая организация решает задачи сплочения детского



коллектива, их раскрепощению, развитию коммуникативных навыков. Как и в любом артпедагогическом процессе после выполнения работы всегда идёт обсуждение: название картины, как

вы чувствовали себя, выполняя работу вместе?

В обсуждение вовлекается каждый ребёнок. Каждый должен проговорить свои чувства и переживания.

Упражнения на снятие мышечного напряжения

Все упражнения повторяются 3-4 раза.

Поиграем с камешками в прятки? Зажмите камешек в кулачок крепко-крепко, я проверю, хорошо ли вы спрятали камешек, достаточно ли твердым стал ваш кулачок. Хорошо. Теперь расслабьте руку и пальцы; если при этом камешек выкатится из ладони, ничего страшного. Я проверю, достаточно ли мягкими стали ваши ладошки. А теперь зажмите камешек в другой ладони.

Каменный столб. Представьте, что вы превратились в камешки-столбики. Вытянитесь в струнку, превратитесь в твердый-твердый камень, напрягите все мышцы и замрите. А теперь превратитесь в растаявшее мороженое, все ваше тело мягкое, податливое. Затем ребенок снова должен стать камешком и т.д.



Упражнение «Мышечный зажим». Участники садятся в заведомо неудобную позу. При этом в определенных мышцах или суставах возникает локальное напряжение, «зажим». Необходимо в течение нескольких минут точно

выделить область зажима и снять его, расслабиться. Участники делятся своими впечатлениями и ощущениями.

Рефлексия «Камешек в ботинке».

Психолог: случилось ли у вас, чтобы вам в туфлю попадал камешек? (да).

- Что вы при этом испытывали? (боль, неудобство)

- А если вы попытаете сделать несколько шагов, не вынув камешек из туфли? (будет больно)

- Такие же чувства мы испытываем, когда сердимся, чем-то обижены, взволнованы, у нас как будто в туфле маленький камешек. Если мы сразу же почувствуем неудобство и вытащим его оттуда, то нога останется невредимой. А если оставим камешек в обуви, то у нас скорей всего возникнут проблемы. Поэтому всем людям – и взрослым, и детям – полезно говорить о своих проблемах сразу, как только они их заметят.

Комментарий: проблемно-игровой эксперимент решает задачи расширения представлений о базовых эмоциях, совершенствования

коммуникативных навыков, развития навыков сотрудничества у детей в процессе коллективного обсуждения.

Психолог: а сейчас я попрошу вас подумать, не чувствуете ли вы какое-либо неудовольствие, чего-то, что мешает вам? Если чувствуете, скажите нам. Например: «У меня камешек в ботинке: мне не нравится, что Ваня меня толкает». Если же вам хорошо и ничего вам не мешает, можете сказать: «У меня нет камешка в ботинке».

Фраза 1: «У меня камешек в ботинке...» (отрицательные эмоции, переживания).

Фраза 2: «У меня нет камешка в ботинке...» (положительные эмоции, интерес).

Таким образом, используя приёмы литотерапии в детском саду, можно развивать у детей коммуникативные навыки, способствовать их психоэмоциональному раскрепощению, снятию мышечного напряжения и снизить остроту проявления эмоционально-личностных нарушений.

Логопедические игры с использованием камней

«Золушка». Ребёнку предлагается сундучок, наполненный горохом, (фасолью, рисом и т.п.) с закрытыми глазами он должен выбрать камешки.

«Пчёлка». В центре квадрата из девяти клеток сидит "пчелка". По инструкции взрослого ребёнок двигает камешек по квадратам. Усложнение - даётся многоступенчатая инструкция, ребёнок "передвигает" глазами камешек и ставит "пчелу" в нужный квадрат.

«Весёлый счёт» Выложить столько камешков на столе, сколько:

- У человека носов?
- Сколько пальцев на одной руке? на двух?
- Сколько ушей у собаки?
- Сколько глаз у кошки?
- Сколько крыльев у птицы?
- Сколько ножек у стола? и т. д.

«Волшебный мешочек»

1 вариант. Ребёнок достаёт из мешочка камешек (зелёного, синего или красного цвета) и придумывает слово на соответствующий звук (синий цвет - твёрдый согласный звук, красный-гласный звук, зелёный - мягкий согласный звук).

2 вариант. Ребёнок достаёт камешек любого цвета из мешочка и соотносит цвет с предметом, учась при этом правильно согласовывать слово-предмет и слово-признак:

зелёный камешек - зелёный огурец, лук, крокодил и т. д.

жёлтый камешек - жёлтая репка, жёлтое солнце, и т. д.

«Гусеничка-модница»

Взрослый называет ряд слов, а ребёнок определяет первый (последний) звук в каждом слове и последовательно выкладывает соответствующий камешек (синий цвет - твёрдый согласный звук, красный-гласный звук, зелёный - мягкий согласный звук)

«Угости Петушка»

Ребёнок передвигает Петушка по ступенькам вверх, одновременно называет слова с твёрдым (мягким) звуком.

«Звуковая мозаика»

Взрослый называет слова, например с мягким (твёрдым) звуком [с], ребёнок кладёт соответствующий камешек (зелёный, синий), выкладывая мозаику.

Комплекс упражнений для развития ручного праксиса с помощью природных камней.

1. «Колбаска»

Вариант 1: взять камень и зажать его между ладонями, после чего выполняются движения рук вверх и вниз. (Повторить 5-6 раз.)

Вариант 2: положить на стол, затем накрыть его правой рукой, затем выполнять движения вперед и назад. (Повторить 5-6 раз, затем руки поменять.)

2. «Колобок».

Вариант 1: Зажать камень между ладонями, руки держать «домиком» параллельно груди, после чего выполняются вращательные движения рук в одну, затем в другую сторону. (Повторить по 5-10 раз.)

Вариант 2: Положить камень на стол и накрыть его правой рукой, после чего выполнять вращательные движения в правую сторону, затем в левую. (Повторить 7-10 раз.) Упражнение повторить левой рукой «Колобок на ладошке»

Вариант 3: Положить камень на ладонь левой руки, затем накрыть его ладонью правой и выполнять вращательные движения «по часовой стрелке». (Повторить 5-7 раз.) Затем вращательные движения выполнить «против часовой стрелки». После чего произвести смену рук.

3. «Самолетики».



Вариант 1: Положить камень на стол, затем на него положить кончики пальцев правой руки. После чего выполнять движения вперед-назад со словами «взлет» и «посадка». При этом в отличие от упражнения

«Колбаска» пальцы руки «при взлете» выгибать вверх. (Повторить 5-7 раз.)
Руки поменять.

«Самолетики на ладошке»

Вариант 2: Положить камень на ладонь правой руки (рука в процессе упражнения остается неподвижной и прямой – это «взлетная полоса»). На шар положить кончики пальцев левой руки (это «самолет», затем катать его

по ладошке вперед-назад. Следить, чтобы пальцы были собраны и в напряжении. (Повторить 5-7 раз.) Смена рук.

4. «Дорожки».

Положить камень на стол, затем на него положить кончики пальцев правой руки и сделать движение вперед при этом пальцы растопырить. После чего камень катится на каждый из пальцев по такой схеме: с ладони на большой пальчик – на ладонь, на указательный – на ладонь, на средний – на ладонь. ... По мере усвоения упражнения задание можно усложнить «возвращением» камешка от мизинца к большому пальцу. Смена рук.



5. «В гости к пальчикам».

Положить камень на ладонь левой руки (пальцы левой руки растопырены). На камень положить кончики пальцев правой руки (пальчики правой руки вместе). Затем катить камень по каждому пальчику левой руки по такой схеме: ладонь – большой пальчик, ладонь – указательный, ладонь – средний. По мере усвоения

упражнения задание можно усложнить «возвращением» камешка от мизинца к большому пальцу. Смена рук.

6. «Сорока – сорока».

Положить камень на ладонь левой руки, затем на его положить большой палец правой руки и делать круговые движения. Затем палец поменять на указательный (средний, безымянный и мизинец). После чего смена рук.

(Делать упражнения под детскую игру пальчиковую разминку «Сорока – сорока». Делать вращательные движения на каждую строчку отдельными пальчиками.)

Массажные упражнения

1. Аккуратно покатаем камешек между ладошками. Почувствуйте его форму, ощутите его прохладу или тепло. Покатайте его от кончиков пальцев до основания ладони. Теперь положите камешек на левую ладонь, а правой прокатите камешек по каждому пальчику. Совершите вращательные движения камешком по ладони. Хорошо помассируйте левую ладонь. Теперь смените руки. Сделаем **массаж** для правой ладони. Почувствуйте, как камешек дает нас силу и спокойствие, делает нас сильнее и здоровее.
2. «Завинчивание и откручивание». Камешек прокручивается в пальцах по часовой и против часовой стрелки так, чтобы он не касался ладони. Упражнение требует определенного навыка и координации мышечных усилий, способствует формированию усидчивости и повышает сосредоточенность.
3. «Растереть орех». Нужно держать камешек в центре левой ладони, положить сверху правую ладонь и как бы пытаться раздавить шар
4. «Обезьяна хватает апельсин» Нужно сжимать камешек, который располагается прямо в центре ладони.
5. «Уголёк на ладони» непрерывно и невысоко подбрасывайте-перекатывайте камешек с одной ладони на другую, как будто он горячий уголек (при этом естественно **массируются** ладони, тренируется **ловкость**).

Упражнения дыхательной гимнастики

1. Положите камешек на одну ладошку прямо перед собой, а вторая ладошка пустая (упражнение «Ладонь» из **дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой**). Покажите мне свои ладошки! Начинаем делать шумные, короткие и ритмичные (соблюдение всех трех условий обязательно!) вдохи носом, одновременно, сжимая ладони в кулаки (прячем камешек), т.е. производим «хватательные» движения.

Необходимо сделать подряд 4 резких и ритмичных вдоха носом, иными словами «шмыгнуть» носом 4 раза. После этого опустите руки и сделайте перерыв на 3–4 секунды. Затем, после паузы, снова сделайте 4 коротких шумных вдоха; снова пауза в 3-4 секунды.

«Шмыгать» носом нужно 24 раза по 4 вдоха.

2. Положите камешек на пол прямо перед собой (упражнение «Насос» из **дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой**). Основное исходное положение: встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища. Сделайте легкий поклон, т. е. потянитесь руками к полу, не касаясь его, и одновременно сделайте короткий и шумный вдох носом во второй половине поклона. Вдох должен закончиться вместе с поклоном. Затем слегка приподнимитесь (не выпрямляясь!), и снова поклон и короткий шумный вдох «с пола». Выдох надо делать после каждого вдоха самостоятельно, не напрягаясь (т. е. пассивно), через рот, не открывая его широко.

3. Согрейте его теплом своего дыхания, подуйте на него длительно и плавно... Вдох делаем носом, а выдох – ртом. Выдыхая, чуть-чуть втягиваем в себя животик.

4. Теперь подуем на ладони, охладим их, сдуем следы от камешков. Дуем длительно и плавно, щеки не раздуваем. Повторяется несколько раз.

Физкультминутки:

1. "Камешки, солнышко, заборчик". Камешки показывайте согнутыми кулачками, солнышко – растопыренными во все стороны пальцами, а заборчик – вытянутыми, и крепко прижатыми друг к другу. Ведущий быстро говорит названия этих предметов, чередуя их и запутывая игроков.

2. Зайчик шел, шел, шел, зеленый (по цвету занятия) камешек нашел. (*Ходьба на месте с наклоном вперед, чтобы поднять «камешек»*).

Мишка шел, шел, шел, белый камешек нашел.

Котик шел, шел, шел, синий камешек нашел.

(Дети маршируют, наклоняются, поднимают то правой, то левой рукой «камешки»)

Детки шли, шли, шли и домой пришли. *(Садятся на места)*

Загадайте желание и попросите камень его исполнить. Молодцы. Хорошо.

Когда-нибудь ваше желание непременно сбудется.