**Использование здоровьесберегающей технологии БОС в коррекционной работе логопеда**

Как правило речевые нарушения являются вторичными нарушениями. Они развиваются на фоне имеющихся полиморфных нарушений таких как: проблемы в развитии высших психических функций (внимание, память, мышление), моторное недоразвитие и невротические нарушения. И говоря о коррекции речевых нарушений мы должны обратить внимание на их причины. То есть обратить внимание на психофизическое состояние ребенка. А именно на его дыхание, как на один из жизненно важных механизмов развития ребенка.Что же такое дыхание?

**Дыхание** – это совокупность процессов, обеспечивающих поступление из атмосферного воздуха в организм кислорода. Различают физиологическое и речевое дыхание.

* Физиологическое дыхание непроизвольно. Основная его функция – это обеспечение газообмена в организме человека.

Правильное дыхание даст возможность полноценно функционировать всему организму.

Фаза физиологического дыхания – вдох-выдох-пауза.

* Речевое дыхание –это дыхание в процессе речи. Является управляемым процессом.

Без правильного речевого дыхания, трудно говорить о красивой, правильной речь ребенка.

Фазы речевого дыхания- короткий вдох — пауза  – длинный звуковой выдох.

Именно поэтому при работе с речевыми патологиями необходимо уделять достаточное количество времени для коррекции нарушений дыхания.

Так как речевое дыхание — это управляемый процесс, то мы должны помочь ребенку научиться им управлять.

Одним из эффективных методов формирования и коррекции дыхания является - метод биологической обратной связи. Данный метод является одним из самых эффективных методов в работе с детьми. Концентрация на ощущениях дает возможность быстрей освоить знания и сформировать прочный навык.

На основе данного метода была разработана немедикаментозная технология БОС Разработчик БОС Сметанкин А.А. - российский ученый- физиолог, кандидат биологических наук, президент Ассоциации Биологической Обратной Связи.

 БОС – это способ перевода информации, получаемой с помощью специальных датчиков от тела человека, в картинку и звук.

 Этот метод позволяет решить ряд задач:

 Выработка координации речеобразующего аппарата: органов дыхания, артикуляции, голосоподачи на равномерном выдохе.

Формирование и развитие правильных речевых навыков.

Профилактика нарушения голоса и речи.

Формирование навыка саморегуляции организма включение резервных возможностей организма.

Устранение избыточного психоэмоционального и мышечного напряжения вне речи и во время нее.

Развитие высших психических функций.

Оздоровление организма в целом.

 Уникальность  данного метода – это возможность обучения ребенка саморегуляции. Обратная связь значительно облегчает процесс обучения физиологическому контролю. А это очень важно для детей с ТНР.

На занятиях  ребенок с помощью БОС видит и слышит, как работает его организм.

Логотерапевтический комплекс БОС включает в себя компьютер   с программным обеспечением, преобразователь биоэлектрических сигналов, тренажер дыхания, комплект многоразовых датчиков частоты сердечных сокращений, микрофон, лечебно-коррекционно-оздоровительные методические рекомендации.

 На занятии ребенок осваивает основной компонент речи-диафрагмально-релаксационный тип дыхания и удлинённый выдох. Речевой материал произносится на выдохе на снижении частоты сердечных сокращений (на вдохе частота сердечных сокращений здорового человека увеличивается, на выдохе – уменьшается).

Противопоказаниями для применения данного метода являются:

* возраст ребенка младше 4,5 лет;
* эпилепсия, повышенная судорожная готовность и грубые органические поражения головного мозга, сердечно сосудистой системы и эндокринные заболевания;
* соматические и эндокринные заболевания в фазе обострения;
* острые инфекционные заболевания,
* психопатии, психозы и психотические состояния.

Структура коррекционного курса по методу БОС включает в себя следующие этапы:::

* 1 этап – диагностический (1-2 занятия). Этот этап включает в себя обследование ребенка и составление индивидуальной, дифференцированной схемы проведения лечебно-коррекционного курса методом   БОС.
* 2 этап – информационно практический (1-2 занятия).
* 3 этап – практический (8 – 11 занятий). Сюда входит постановка навыка (2-3 занятия); обучение навыку (3 занятия);  закрепление навыка (3-5 занятий).      На этом этапе у ребенка вырабатывают навык правильного дыхания, ведутся тренировки по правильному дыханию (вдох — носом, медленный выдох — ртом).   Программа содержит игровые сюжеты «Столбик», «Заборчик», «Анимация», которые помогают вырабатывать требуемый тип дыхания. Ребенок, совместно с логопедом контролирует дыхание, пульс увеличивается на вдохе и уменьшается на выдохе, в это время на вдохе открывается часть картинки, на выдохе открывается другая часть изображения . Затем  используются сюжеты «Полосы», «слайды», «жалюзи», когда ребенок  контролирует свое дыхание только на выдохе. Вдох на экране не отображается, а картинка открывается только на выдохе.
* 4 этап – формирование  нового динамического стереотипа речевого   дыхания, речи и речевого поведения (до 30  занятий).  Используя, выработанный навык диафрагмально-релаксационного типа дыхания ребенок произносит звуки, слоги, слова, словосочетания,  которые  появляются  на экране монитора в фазу  речевого выдоха. Здесь в программе используются сюжеты «Открывание», «Строки», «Текст».

5 этап – заключительный (3-4  занятия). На этом этапе проводится заключительное контрольное обследование ребенка, и подводятся итоги коррекционного курса по методу БОС, фиксируется степень овладения новым речевым стереотипом.

  Метод БОС обеспечивает нормализацию дыхания, стабилизацию психоэмоционального состояния у гиперактивных детей, максимальную координацию дыхания с артикуляцией, устранение избыточного мышечного тонуса, значительное уменьшение количества речевых запинок и судорог у заикающихся детей (работа должна  проводится в комплексе с медикаментозным лечением назначенным врачом невропатологом).

 Метод БОС имеет большую перспективу в логопедической работе и способствует оздоровлению подрастающего поколения.

*Список литературы*

1. Ивановский Ю.В.. Метод ДАС-БОС – путь к нормализации взаимодействия дыхательной и сердечно-сосудистой систем.– СПб, 2001
2. Ивановский Ю.В.. Принципы использования метода биологической обратной связи в системе медицинской реабилитации.– СПб, 2002.
3. Сметанкин А.А.. Учитель здоровья. СПб.: Питер, 2003:– (серия “Исцели себя сам”).
4. Сметанкин А.А.. Здоровье без лекарств: Биологическая Обратная Связь-СПб, 2001.