**Ćwiczenia ruchowe w terapii logopedycznej – logorytmika.**

[Logopedia](http://logopeda.net.pl/pomoce.html) jest nauką zajmującą się rozwijaniem prawidłowej mowy, usuwaniem jej wad, a także prowadzeniem terapii w przypadku braku lub utraty mowy. **Logorytmika**jest połączeniem rytmiki z terapią logopedyczną, na którą składa się szereg ćwiczeń muzyczno - ruchowych, oddziaływających na płaszczyznę słuchową, słuchowo-ruchową oraz ruchową, przeznaczonych dla dzieci z zaburzeniami mowy, z wadą słuchu i wzroku, a także dla dzieci
z zaburzeniami zachowania. W prowadzonych ćwiczeniach muzyczno-ruchowych najważniejszy jest rytm. Zastosowane podczas zajęć ćwiczenia muzyczno-ruchowe, ćwiczenia słowno-ruchowe czy swobodny ruch, który prócz muzyki, stanowi w logorytmice jeden z głównych motywów ćwiczeń, dają możliwość pracy wszystkim dzieciom niezależnie od występujących u nich deficytów rozwojowych. **Celem ćwiczeń logarytmicznych** jest ukazanie dziecku elementów wspólnych dla muzyki i wypowiedzi tj. tempo, rytm, akcent, melodia, głośność czy artykulacja. Dla poszczególnych rodzajów zaburzeń mowy dobierane są odpowiednio zróżnicowane ćwiczenia logorytmiczne.

Logorytmikę można podzielić na następujące działy:

* ćwiczenia ruchowe,
* ćwiczenia słuchowo-ruchowe oraz
* ćwiczenia kształcące inwencję twórczą.

Ćwiczeniom ruchowym towarzyszy muzyka, która odpowiada za ruch dziecka, reguluje napięcie mięśniowe, wycisza za duże napięcie psychiczne, a w razie potrzeby pobudza dziecko do działania. Poprzez te ćwiczenia kształcona jest u dziecka orientacja kierunkowa, która odgrywa ważną rolę w swobodnym przemieszczaniu się w przestrzeni.

**Przykłady:**

* ćwiczenia z wykorzystaniem piosenek, których teksty instruują dziecko we wskazywaniu poszczególnych części ciała,
* zabawa w lustro – staranne naśladowanie ruchów współuczestnika zajęć lub terapeuty w odbiciu lustrzanym,
* dotykanie prawą ręką prawej i lewej nogi bądź ucha oraz analogiczne zadania dla ręki lewej.

Ćwiczenia słuchowo-ruchowe przygotowują dziecko do różnicowania elementów muzycznych, czyli kształcenia prawidłowej koordynacji słuchowo-ruchowej, stymulują wrażliwość słuchową, uczą odbioru poprawnego wzorca, podawanego przez terapeutę. W ich skład wchodzą ćwiczenia słuchowo-ruchowe-rytmiczne (reakcja ruchowa na muzykę czy słowo), ćwiczenia dynamiczne i agogoiczne (uczą poczucia tempa, kształtują wyobraźnię słuchową) oraz ćwiczenia rytmiczne (kształtują poczucie rytmu).

**Przykłady:**

* poruszanie się terapeuty z dzieckiem po linii koła, prostej, falistej, spirali, w ruchu odśrodkowym i dośrodkowym oraz w kombinacjach wymienionych kierunków,
* ćwiczenia z wykorzystaniem rekwizytów – podawanie rekwizytu w prawą i lewą stronę, zatrzymywanie go na sygnał,
* umieszczanie rekwizytu przed i za sobą, obok siebie, pod nad i pomiędzy przedmiotami.

Ćwiczenia kształcące interwencję twórczą polegają na improwizowanych ruchach do określonej melodii, inscenizacji piosenek, odgrywaniu scenek muzycznych itp. W ich skład wchodzą ćwiczenia melodyczne (gra na instrumentach tj. pianino, cymbałki, cytra, instrumenty elektroniczne; przedstawianie zdarzeń za pomocą ruchu i muzyki) oraz ćwiczenia ilustracyjno – taneczne (taniec, inscenizowanie piosenek, powtarzanie sekwencji ruchów).

 Głównym zadaniem logorytmiki jest usprawnianie dzieci z deficytami ruchowymi, jak również z wszelkimi wadami wymowy, z zaburzeniami zachowania czy upośledzonym słuchem i wzrokiem, jest ona doskonałym uzupełnieniem prowadzonej terapii logopedycznej. Logopeda podczas ćwiczeń logorytmicznych przez muzykę i ruch wspiera dziecko we wszechstronnym rozwoju wszystkich funkcji poznawczych, ale również pomaga małemu pacjentowi przezwyciężyć lęk czy nieśmiałość, dodaje pewności siebie. Zaprezentowana na ćwiczeniach muzyka nakłania do ruchu, improwizowanego bądź wskazanego przez terapeutę, dzięki któremu rozładowane zostaje napięcie mięśniowe, jak również napięcie psychiczne. Podczas ćwiczeń ruchowych dziecko zaznajamia się z orientacją przestrzenną, uczy się poczucia kierunku w odniesieniu do własnej osoby, a także wykształca w sobie umiejętność gospodarowania własnymi siłami, działa na koordynację wzrokowo-ruchową. Na zajęciach logorytmicznych dziecko poprzez kształtowanie koordynacji słuchowo-ruchowej uczy się panować nad swoim ciałem, rozwija swoja wrażliwość muzyczną. Ponadto śpiewanie piosenek w połączeniu z ruchem usprawnia aparat artykulacyjny dziecka, uczy prawidłowego oddechu, wzbogaca system leksykalny oraz fonetyczny, rozwija wyobraźnię, jak również wpływa na płynność wypowiedzi, rozwija także inwencję twórczą dziecka.

Paulina Adamczyk

Bibliografia:

Kilińska – Ewertowska E. (1978), Logorytmika, Lublin.

Kilińska – Ewertowska E. (1993), Ćwiczenia logorytmiczne, Gdańsk.

Lewandowska K. (2001) Muzykoterapia dziecięca, Gdańsk.