

Использование нейродинамических игр в работе с детьми с УО, находящимися на домашнем обучении

Выступление на МО
Теленьга Т.Г.
учитель надомного
обучения

Известно, что мозг человека состоит из двух полушарий, у каждого из которых свои функциональные задачи. Правое полушарие отвечает за воображение, абстрактное мышление, интуицию; левое — за мыслительные операции, память, языковые способности, аналитическое мышление. Каждое полушарие регулирует выполнение определенных действий и операций, при этом распределение активности постоянно чередуется. Но максимальная продуктивность достигается только тогда, когда оба полушария головного мозга работают слаженно. Только **взаимосвязанная** работа двух полушарий мозга обеспечивает нормальную работу всех психических процессов. И именно этой цели и позволяет добиться гимнастика для мозга - нейродинамические игры и упражнения.

Нейродинамические игры – это универсальная система упражнений, она эффективна для детей в любом возрасте. Но особенно актуально применение упражнений у детей с проблемами в развитии.

Что бывает, если межполушарное взаимодействие не сформировано: происходит неправильная обработка информации и у ребенка возникают сложности в обучении (проблемы в письме, устной речи, запоминании, счете как в письменном, так и в устном, а так же в целом восприятии учебной информации).

Ни у кого не вызывает сомнения, что регулярное выполнение утренней гимнастики очень полезно и со временем укрепляет тело. Это же можно сказать и про комплекс упражнений для мозга – они постепенно заставляют обе «половинки» функционировать в тесной взаимосвязи, что помогает лучше воспринимать информацию.

Ведущее полушарие — врождённый признак. Дети рождаются правшами (левополушарными), левшами (правополушарными) или амбидекстрами (равнополушарными). Рука тесным образом связана с мозгом. Причем связь эта перекрестная – правая рука связана с левым полушарием, а левая рука – с правым.

И дошкольное, и тем более школьное образование активно стимулирует работу левого полушария. Именно поэтому, кстати, многие взрослые утрачивают детскую способность фантазировать и погружаться в свой

воображаемый мир, перестают слышать свой внутренний голос и доверять своей интуиции.

В настоящее время растет число детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). У большинства современных детей, а особенно с ОВЗ, отмечается общее моторное отставание, а отсутствие физической нагрузки заметно снижает концентрацию внимания, координационные способности, выносливость, тормозит речевое развитие и мыслительные процессы. В результате, у таких детей проявляется низкая работоспособность, повышенная утомляемость, низкий уровень произвольности психических процессов – все эти трудности, возможно преодолеть только через создание правильного выбора методов педагогической коррекции.

Одним из эффективных средств коррекции являются кинезиологические упражнения, которые являются наиболее результативными и помогают достичь успехов в преодолении трудностей детей с ОВЗ.

Кинезиология (от греческих «кинезис» — движение и «логос» — знание) – это прикладная наука, помогающая развивать умственные способности личности через выполнение определенного рода заданий. Она помогает сбалансировано развивать оба полушария головного мозга.

Сама гимнастика состоит из ряда несложных для выполнения упражнений. Этот комплекс упражнений направлен на усиление взаимодействия полушарий головного мозга. Развитие интеллектуальных способностей ребенка происходит при помощи выполнения определенных движений, именно в этом и состоит суть гимнастики для мозга. Комплекс упражнений для мозга постепенно заставляет обе «половинки» работать в тесной взаимосвязи, что помогает лучше воспринимать информацию. Каждое полушарие регулирует выполнение определенных действий и операций, при этом распределение активности постоянно чередуется. Но максимальная продуктивность достигается только тогда, когда они оба работают слаженно. И именно этой цели и позволяет добиться гимнастика для мозга.

Нейродинамическая гимнастика для дошкольников дает возможность решить массу конкретных задач. Польза ее в следующем:

- стимулирует развитие внимания, памяти и мыслительной деятельности;
- помогает получить энергию, необходимую для обучения;
- снижает утомляемость;
- улучшает моторику, как мелкую, так и крупную;
- повышает продуктивную работоспособность;
- формирует уверенность в себе.

Регулярные занятия помогут улучшить ряд физических навыков, в частности выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия, подвижность плечевого пояса, ловкость рук и кистей. Дошкольники учатся сидеть прямо и не испытывать при этом дискомфорт, становятся более ловкими.

Также такие тренировки позволяют усовершенствовать эмоциональные навыки, сделать ребенка менее подверженным стрессу и более общительным. Приступать к выполнению гимнастики для мозга необходимо в среднем дошкольном возрасте, то есть в 4-5 лет. В 5-6 лет ребенку можно предложить более сложные упражнения, которые учитывают специфику его возрастного развития. Это станет важнейшей частью подготовки детей к школе. Для детей дошкольного возраста следует проводить тренировки так, чтобы участникам было весело и интересно. На занятиях должна царить доброжелательная атмосфера, поэтому можно включать музыку, которая нравится детям.

При проведении гимнастики следует придерживаться следующих правил:

- Заниматься каждый день, не пропуская, но без принуждения. Лучше сделать меньше, но качественнее.
- Продолжительность гимнастики – не более 5-7 минут.
- Не стоит ограничиваться стандартными рамками. Ребенку будет гораздо интереснее, если сегодня упражнения будут выполнены на занятии, а завтра, например, на улице. Удобство комплекса и состоит в том, что тренировка не привязана к месту и временному промежутку.
- В зависимости от индивидуальных способностей ребенка следует постепенно усложнять задание – например, ускорить темп выполнения.
- Важно, чтобы каждое упражнение выполнялось точно и правильно.
- Чтобы дети не утрачивали интерес, упражнения можно комбинировать и менять местами. В одну тренировку не надо включать «все и сразу», 5-6 качественно выполненных заданий вполне достаточно.

Чтобы сохранить баланс между полушариями мозга, необходимо развивать связи между ними. И в этом нам помогают различные упражнения, игры на развитие межполушарного взаимодействия у детей, которые мы применяем в своей практике.

Хочу с Вами поделиться некоторыми из них.

Практическая часть

1. Для начала проведем упражнения, направленные на разогрев кистей рук и пальцев. Разогрев кистей рук и пальцев - это основополагающая часть

любого пальчикового занятия, основой которых является подготовка кистей рук и пальцев к выполнению дальнейших упражнений.

- Похлопайте в течение 10 - 15 секунд похлопать в ладоши так, чтобы пальцы обеих рук соприкасались.
- «Костяшками» сжатых в кулак пальцев правой руки двигать вверх-вниз по ладони левой руки («прямолинейное движение»). Повторите это движение с левой рукой.
- В течение 10 - 15 секунд выполнить движения, имитирующие растирание «замёрзших» рук.

2. Упражнения на основе синхронных движений кистей рук и пальцев. Данные упражнения помогают мягко «включить» в работу оба полушария головного мозга ребёнка.

Упражнение «Колечко»

Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале движения выполняются каждой рукой отдельно, затем вместе.

Упражнение «Зайчик-колечко-цепочка»

Чередование пальчиковых позиций: из указательного и среднего пальцев обеих рук формируем пальчиковую позицию «ушки зайца».

Смена позиции: указательный и большой пальцы обеих рук соединяются в колечко.

Смена позиции: колечки из указательных и больших пальцев обеих рук соединяются в цепочку.

Упражнение «Кулак-ребро-ладонь»

Ребенку показывают три положения руки, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет движения вместе с инструктором, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом—левой, затем—двумя руками вместе. При затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

3. Упражнения на основе асинхронных (попеременных) движений кистей рук и пальцев. Выполнение ассиметричных (попеременных) движений

правой, левой руками повышает «контроль внимания» каждого из полушарий за координацией движений кистей рук и пальцев, обеспечивает особую «тренировку» баланса активности между полушариями головного мозга ребёнка.

Упражнение «Уши зайца»

Чередование пальчиковых позиций: пальцы правой руки собраны в кулак, на левой руке формируем пальчиковую позицию «ушки зайца».

Смена позиции: пальцы левой руки собраны в кулак, на правой руке формируем позицию «ушки зайца».

4. Упражнения на основе развития динамической координации кистей рук и пальцев направлены на развитие сложно – координированных движений.

Упражнение «Ёжик»

Кулак левой руки прижать к правой ладони - «спинка ёжика». Большие пальцы обеих рук соединить - «носик». Остальные пальцы правой руки развести – «иголки».

Смена позиции: кулачок правой руки прижать к левой ладони - «спинка ёжика». Большие пальцы обеих рук соединить - «носик». Остальные пальцы левой руки развести – «иголки».

Д/и «Квадраты, круги»

Цель: формирование нейropsychологических связей, развитие пространственных представлений, развитие координации движения, развитие навыков употребления предлогов, навык счета; развитие умения ориентироваться на листе бумаги, слуховое и зрительное внимание.

Правила игры: - поставить две руки одновременно на квадраты определенного цвета согласно словесной инструкции, в соответствии с последовательностью расположения цветовой схемы; - ребенок ставит ладони на квадраты определенного цвета, затем сдвигает на одну вверх, на одну вправо, на одну вниз, на две влево и т.д., сообщает на каких цветах оказался, сколько над ладошками квадратов, сколько под; - одна ладошка ставится на один цвет, другая на другой, по сигналу руки ставятся на противоположные цвета.

Игра «Фасовка»

Материал: счетные палочки, фасоль, камешки, горох, мелкие игрушки, пластмассовые ложки...

Правила игры: одновременно двумя руками доставать из одной корзинки предметы (руками, ложками, пинцетами...) и раскладывать их в две разные корзинки.

Очень эффективным средством является **рисование двумя руками**.

В процессе выполнения упражнений (обводки одинаковых или симметричных рисунков поочередно сначала пальцами левой, правой руки, затем карандашами то левой, то правой, одновременно двумя руками) у ребёнка развиваются зрительно-пространственная координация и пространственно-графическая ориентация, синхронизация работ глаз и рук, закрепляются навыки зрительного восприятия при дифференциации различных элементов, активизируется деятельность головного мозга в целом, что будет способствовать успешной подготовке старших дошкольников к обучению в школе.

- «Указательными пальцами правой и левой рук одновременно проведи по заданным линиям».
- «Одновременно двумя руками обведи рисунок по пунктирным линиям в заданном направлении. Дорисуй и раскрась его».
- «Одновременно двумя руками нарисуй рисунок по образцу».

(Работа с заданиями по карточкам)

Упражнение «Нарисуй схему» - Одновременно двумя руками в зеркальном отображении необходимо нарисовать любую предложенную схему.

Остается только добавить, что такие тренировки при грамотном подходе педагогов не только будут полезными для стимулирования мышления, памяти, умения думать, но и улучшат настроение, подарят уверенность в себе, зарядят детей энергией.

Литература:

1. Гимнастика Мозга. Книга для педагогов и родителей. Деннисон П.И. и Деннисон Г.И. Москва. 2017 г.
2. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учебное пособие для высших учебных заведений. – М., 2018.
3. Сиротюк А. Л. Коррекция обучения и развития школьников. М., 2018.
4. Шанина Г. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., ВНИИФК, 2018.

Интернет ресурсы:

Комплекс упражнений нейрогимнастики для детей и рекомендации родителям. -

Источник: <https://razvivashka.online/metodiki/gimnastika-dlya-mozga>

Назимова Л.В. Нейрогимнастика для детей и взрослых. -

Источник: <http://www.slideboom.com/presentations/2139765/Назимова-Л.В.>