Нейроупражнения в работе с детьми с интеллектуальными нарушениями

Коррекционно-развивающая работа с детьми, имеющими умственную отсталость (интеллектуальные нарушения), представляет собой сложный и многогранный процесс. В этом контексте нейропсихологические приемы играют ключевую роль в создании эффективных методов обучения и коррекции. Они позволяют глубже понять особенности функционирования мозга ребенка, а также разрабатывать индивидуализированные подходы, которые помогут максимально раскрыть его потенциал.

Психическое недоразвитие при умственной отсталости носит тотальный характер, охватывая все сферы психики: моторику, восприятие, память, речь, интеллект, эмоции и личность в целом. Важным аспектом является то, что такие дети часто имеют значительные трудности в обучении и развитии, что требует применения специальных методов и техник.

Чтобы повысить результативность своих уроков я использую нейропсихологические технологии. Нейропсихологический подход дополняет коррекционную программу и вместе с ней реализуется. Активизация межполушарных взаимодействий дает возможность учителю более продуктивно корректировать имеющиеся у детей речевые, двигательные, интеллектуальные недостатки, поведенческие расстройства и способствует созданию базы для успешного преодоления психоречевых нарушений. Функции между полушариями мозга разделены, но только их взаимосвязанная работа формирует полноценную работу всех психических процессов. Если межполушарное взаимодействие не сформировано, то 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 также в целом восприятии учебной информации).

Нейроупражнения — это популярное название двигательной нейропсихологической коррекции (или сенсомоторной коррекции). Это немедикаментозный вид помощи детям.

Оценив положительное воздействие кинезиологических упражнения на развитие ребёнка, я стала применять их в своей работе, в качестве коррекции недостатков речевого развития у детей с ОВЗ.

Практическая значимость использования таких упражнений состоит в том, что система оригинальных упражнений и игр, помогает целостно развивать не только психофизическое здоровье детей, но и исправляет недостатки устной речи, а также предупреждает нарушения чтения и письма будущих школьников. Данные упражнения позволяют выявить скрытые способности ребёнка и расширить границы возможностей его мозга.

Самым главным вопросом для меня в начале каждого учебного года становится: «Как же ускорить процесс становления и развития речи детей и сделать его интересным, эффективным и нескучным?». Именно это побудило к поиску нестандартных методик решения проблемы. В итоге я решила остановиться на методике образовательной кинезиологии – нейроупражнения. Метод образовательной кинезиологии (гимнастика мозга) применяется как для коррекции развития детей с ОВЗ, так и для развития высших психических функций у нормально развивающихся детей. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Каждое нейроупражнение способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения, также способствуют развитию координации движений и психофизических функций. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Гимнастика мозга позволяет выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга.

Нейроупражнения — это универсальная система упражнений, она эффективна не только для детей дошкольного возраста, но и для младших школьников. Но особенно актуально применение кинезиологических упражнений у детей с проблемами в развитии.

Основная цель применения нейроупражнений с детьми — это активизация речевой активности у детей с нарушениями.

Для достижения цели сформулированы следующие задачи:

* Развитие слухоречевого внимания детей.
* Развитие нейродинамических процессов головного мозга, отвечающие за речь ребёнка.
* Развитие познавательных процессов: внимание, память, мышление.
* Поддержка детской инициативы.

В своей работе я использую комплексы кинезиологических упражнений, которые имеют свою конкретную цель, а разделить их условно можно на три функциональных блока:

* Упражнения, которые поднимают тонус коры полушарий мозга (дыхательные упражнения, самомассаж).
* Упражнения, которые улучшают возможности приема и переработки информации (движения перекрестного характера, направленные на развитие мозолистого тела головного мозга).
* Упражнения, которые улучшают контроль и регулирование деятельности (ритмичное изменение положений руки).

Занятия проводятся систематически в спокойной, доброжелательной обстановке. Важно точное выполнение каждого упражнения, поэтому необходимо индивидуально обучить каждого ребёнка. Занятия начинаются с изучения упражнений, которые постепенно усложняются, и увеличивается объем выполняемых заданий. Регулярные занятия помогут улучшить ряд физических навыков, в частности выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия, подвижность плечевого пояса, ловкость рук и кистей. Также такие тренировки позволяют усовершенствовать эмоциональные навыки, сделать ребенка менее подверженным стрессу и более общительным, научат его проявлять свои творческие способности в процессе игры.

Кроме того, гимнастика для мозга – это еще и способ предотвратить появление дислексии, то есть нарушения навыков чтения.

Вот пример некоторых упражнений, используемых мною в работе с детьми:

1. Упражнения, поднимающие тонус коры полушарий мозга (дыхательные упражнения, самомассаж)

* «Энергетическая зевота». Снимается напряжение с мышц лица, глаз, рта, шеи. Улучшаются функции голосовых связок, речь становится четче. Необходимо широко открыть рот и попытаться зевнуть, надавив при этом кончиками пальцев на натянутый сустав, соединяющий верхнюю и нижнюю челюсти.
* Указательными и средними пальцами обеих рук одновременно «рисовать» круги по контуру щек (массирующими круговыми движениями).
* Указательными и средними пальцами рук «рисовать» вокруг глаз очки (глаза в это время должны быть открыты).

1. Упражнения, улучшающие возможности приема и переработки информации (движения перекрестного характера, направленные на развитие мозолистого тела головного мозга).

* «Путаница». Нужно положить правую ладонь на голову, левую — на живот. Затем поглаживайте по голове от макушки к лицу, а живот поглаживайте круговыми движениями сопровождая проговариванием речевого материала.
* «Нос-ухо». Левой рукой держимся за правое ухо, правой рукой – за нос, затем хлопок и меняем положение: правой рукой – за левое ухо, левой рукой – за нос при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков.
* «Собери урожай». Если в названии картинки есть звук [А], нужно положить в правую корзинку.

Если звук [У] – в левую. (ребенок подходит к дереву, срывает кружок и отвечает: — Это грУша. В этом слове есть звук [У]. Положу в левую корзинку и т. д.) Можно брать картинки на дифференциацию любых звуков.

* «Скажи и покажи нужной рукой». Используется для дифференциации оппозиционных звуков.

Ребёнок поочерёдно повторяет слова, изображённые на картинках, выполняя соответствующие движения руками (если в слове есть звук [Р], движение выполняется правой рукой, если в слове есть звук [Л], движение выполняется левой рукой)

1. Упражнения, улучшающие контроль и регулирование деятельности (ритмичное изменение положений рук).

* «Кольцо». По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами обеих рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем. Правая рука — от указательного пальца к мизинцу, а левая – от мизинца к указательному при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков. Упражнение повторять в прямом порядке и в обратном.
* «Фонарики» — надеваем на руки детям браслетики с изображением символов звуков [А], [У]. Браслет с символом звука [А] надеваем на правую руку, браслет с символом звука [У] надеваем на левую руку. Если слышите звук [А], зажигайте правый фонарик (открывают правую ладошку, если слышите звук [У] зажигайте левый фонарик (открывают левую ладошку).
* «Жаба». Руки положить на стол или на колени. Одна рука сжата в кулак, ладонь другой руки лежит на плоскости стола или на коленях. Задание: одновременно и целенаправленно изменять положения рук при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков.
* «Кулачок — ладошка». Дети показывают руками печку: правая рука согнута в локте перед собой, на уровне груди, ладонь расправлена. Левая рука согнута в локте и поднята вверх, перпендикулярно правой руке, ладонь сжимаем в кулак. По хлопку меняем руки. На верху всегда должен быть кулачок, а внизу – ладошка. проговариванием речевого материала для автоматизации какого-либо звука.
* «Зеркальное рисование». Способствует синхронизации работы полушарий, восприятию информации, улучшает запоминание информации. Исходное положение: на доске или на чистом листе бумаги, или возле бассейна с песком, взяв в обе руки по карандашу, одновременно рисовать зеркально-симметричные рисунки, буквы при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков.

Подводя итог, следует отметить, что регулярное использование нейроупражнения в работе оказывает положительное влияние на коррекционный процесс обучения, улучшает состояние физического, психического, эмоционального здоровья, повышает интерес к занятиям и положительный эмоциональный настрой, активизирует познавательную и мыслительную деятельность, способствует профилактике и коррекции нарушений письма и чтения.

Список использованной литературы:

1. Колесников А. «Гимнастика мозга, или Легкие способы развития ребенка». Издательство: Центрполиграф, 2009.

2. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. — М. : Академия, 2002.3. Цветкова Л. С. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста : Учебное пособие / Под ред. JI. С. Цветковой. — М. : МПСИ, 2006.4. Лурия А.Р., Цветкова Л.С. Нейропсихология и проблемы обучения в общеобразовательной школе. – М. : 1996.