РАЗВИТИЕ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ УМСТВЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ПОСРЕДСТВОМ НЕЙРОДИНАМИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Мауенова Н.Т., Алшынбекова Г.К.

Карагандинский университет имени Е.А.Букетова.

При работе с детьми с ограниченными возможностями мы используем различные здоровьесберегающие технологии. Одна из технологий - нейродинамические упражнения. То есть упражнения, направленные на стимуляцию мозжечка и прилегающих областей головного мозга, а также развитие межполушарных связей. При выполнении нейродинамических упражнений мозг постоянно вынужден интегрировать двигательные, сенсорные функции и функции моторного планирования. Таким образом, увеличивается количество нейронных связей, улучшается и ускоряется передача информации из одной части мозга в другую, а также сокращается время на перевод каких-либо умений в навыки. Все вышесказанное значительно повышает эффективность процесса обучения и улучшает результаты коррекционной работы [2, с. 17].

Нейрогимнастика - это метод двигательной нейропсихологической коррекции, разработанный в 1970-х годах Полом Деннисоном. Это немедикаментозный вид помощи детям с различными неврологическими заболеваниями, который направлен на коррекцию различных нарушений у ребенка с целью восстановления нормального функционирования мозга [1, с. 3].

Исследования показали, что формирование межполушарных связей происходит у детей до определенного возраста: у девочек - до 7 лет; у мальчиков - до 8-8,5 лет. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие между телом и интеллектом. Каждое из упражнений нейрогимнастики способствует стимуляции определенной части мозга и включает механизм объединения мысли и движения, что, в свою очередь, способствует развитию координации движений и психофизических функций.

Нейрогимнастика активно задействует все органы восприятия, необычным образом и в различных сочетаниях.

В научной литературе существует два основных способа стимуляции мозжечка:

- путем развития чувства равновесия (сюда входят упражнения без использования оборудования и с использованием инвентаря);

- путем выполнения ритмичных движений в определенном темпе;

Развитие равновесия без использования инвентаря - это упражнения статического и динамического характера, направленные на поддержание равновесия в различных положениях. Кроме того, эти упражнения направлены на решение других коррекционных задач.

Выполняя статическое упражнение “Объятия”, дети одновременно выполняют дыхательные упражнения: ставим ноги на одну траекторию, разводим руки - вдыхаем воздух, крепко обнимаемся - выдыхаем воздух.

Развитие равновесия с использованием тренажеров включает в себя упражнения на фитболах, массажные балансиры, оборудование из тренажерного комплекса TISA и различные балансировочные доски. Мы сочетаем упражнения для коррекции звукопроизношения и улучшения мелкой моторики с развитием чувства равновесия, усаживая детей на фитболы. Сидя на таком “стуле”, ребенок вынужден поддерживать равновесие с помощью двух своих ног. Такое неустойчивое положение активизирует вестибулярный аппарат.

На наших занятиях мы активно используем оборудование из тренировочного комплекса TISA. Сначала работа начинается с использования досок с неровным основанием (полусфер); по мере улучшения чувства равновесия эти доски заменяются балансирами. Детей просят встать на балансировочное оборудование и выполнять различные задания, связанные с синхронизацией двигательных и когнитивных функций, а также координацией рук и глаз [2, с. 2].

Я использую балансиры на индивидуальных занятиях для коррекции звукопроизношения. Ребенок, стоя на балансире, перебрасывается мячом с учителем, одновременно проговаривая речевой материал по автоматизации или дифференциации определенных звуков. Это оборудование можно использовать при работе с подгруппой. Дети встают на бревна-балансиры, их просят, сохраняя равновесие, выполнить какое-нибудь задание на развитие лексического и грамматического строя речи.

Одним из любимых упражнений детей является “Балансировочный снаряд”. Стоя на балансировочном оборудовании, ребенок, сохраняя равновесие, бросает мешок или мяч в заданную учителем мишень, расположенную на полу. В зависимости от того, какой демонстрационный материал будет размещен в карманах напольной мишени, одновременно решаются различные образовательные задачи: расширение и активизация словарного запаса по различным лексическим темам; закрепление знаний о цифрах, буквах, цветах, геометрических фигурах; закрепление понимания и употребления предлогов, автоматизация и дифференциация звуков в речь.

Вторым направлением работы является улучшение функциональных возможностей мозжечка путем тренировки чувства ритма. Для этих целей в своей работе я использую метроном, прыгаю на батуте и использую эластичную ленту.

Упражнения с метрономом - отличный способ активизировать работу мозжечка. Ребенок слышит ритмичные удары метронома и пытается синхронизировать с ними свои движения: хлопать в ладоши, топать, стучать деревянными палочками, подбрасывать мяч, ловить его, двигать кинезиологическими мешочками. Можно выполнять познавательно-ритмические упражнения. Например, ребенок называет геометрические фигуры с помощью метронома. Рисует геометрические фигуры, печатные буквы под метрономом[2, с. 3].

Прыжки на батуте или с резинкой в заданном ритме помогают стимулировать мозжечок. Ритм может быть задан метрономом или учителем. Сначала ребенок просто прыгает в определенном ритме, а затем добавляются задания на развитие слогового анализа или декламацию считалочного стишка или ритмичного стихотворения. Помимо стимуляции мозжечка, мы включаем в нашу работу нейродинамические упражнения, направленные на развитие межполушарных связей.

Нейропрыгалка - незаменимый тренажер, так как передвижение на ней требует разнонаправленной работы ног. Одна нога совершает прыжки, а другая должна совершать вращательные движения. В то же время улучшается межполушарное взаимодействие и функционирование вестибулярного аппарата, а также гармонизируется работа мозга! И если мы включим музыку или метроном и будем прыгать в такт ритму, мы также разовьем правое полушарие, если для каждого круга на скакалке мы будем считать 1-2-3-4 или произносить какие-либо автоматические ряды (времена года, месяцы, дни недели), мы также разовьем левое полушарие.

Игра “Ступни и ладошки” также способствует развитию межполушарных связей. Ребенок должен пройти по всей дорожке, одну за другой, ставя руки и ноги на соответствующие отпечатки.

Ползание - это тоже нейродинамическое упражнение. Оно необходимо для координации движений нижней и верхней половины тела, для поочередного включения правого и левого полушарий головного мозга. Ученые сделали интересное наблюдение, что многие дети с дислексией и дисграфией в свое время не научились ползать. Вот почему мы активно ползаем, а чтобы сделать это еще более увлекательным, мы также используем самокатную доску - ребенок, лежащий на доске, “ползает на животе”, при этом левая нога и правая рука работают одновременно, а затем наоборот.

Основные правила выполнения нейрогимнастических упражнений:

- должны быть задействованы как минимум два органа чувств;

— нужно концентрировать внимание на тех объектах или параметрах окружающей среды, которые ранее оставались незамеченными;

- следует изменить привычные маршруты передвижения;

- упражнения нужно выполнять регулярно.

Включение нейродинамических упражнений в рамки коррекционной работы превращает занятия в увлекательную и интересную игру, значительно повышающую эмоциональный настрой как детей, так и педагога[2, с. 4].

Обзор литературы:

1. Акатова, Е. В. Нейродинамические упражнения в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья / Е. В. Акатова, Н. Г. Кан, С. Н. Попова. — Текст: немедленно // Молодой ученый. — 2021. — № 24 (366). — С. 320-323. — URL: <url> https://moluch.ru/archive/366/82192 / (дата обращения: 30.12.2023).

2. Телепнева Н. А., Чехлыстова Т. Ю., Галуцкая М. Ю. Нейрогимнастика в коррекционно-развивающих занятиях с дошкольниками с тяжелыми нарушениями речи // Актуальные исследования. 2021. № 50 (77). С. 119-121.