

Сержантова Марина Вячеславовна | smv720610@mail.ru

Учитель-дефектолог, учитель-логопед
МАДОУ ЦРР г. Калининграда д/с № 70
Калининград, Россия

Нейрокоррекционные упражнения в работе учителя-дефектолога

Аннотация. В статье кратко представлены возможности расширения коррекционно-образовательного процесса в структуре занятия учителя-дефектолога с учетом современных научно-практических подходов. Основная задача — познакомить педагогов с нейрокоррекционным блоком упражнений. С его помощью организм ребенка сможет скоординировать работу левого и правого полушарий, развивать и контролировать взаимодействие тела и интеллекта. Статья будет полезна коррекционным педагогам и воспитателям при разработке конспектов занятий.

Ключевые слова: нейрокоррекционные занятия, кинезиологические упражнения, психические процессы, дети с ОВЗ.

Нейрокоррекционные занятия представляют собой один из самых эффективных методов безмедикаментозной помощи при отдельных видах нарушений (синдроме дефицита внимания, задержке развития, гиперактивности и др.). У таких занятий, по медицинским данным, отсутствуют побочные действия. Если

осуществляемый подход грамотный, то и результативность оказывается высокой.

Нейрокоррекционные упражнения разработаны с учетом формирования и развития многих психических процессов в головном мозге — пространственной ориентации, восприятия, речи, внимания, эмоционального реагирования, памяти и всех видов моторики. Методика применяется при коррекции нарушений в психических функциях детей от 2 до 13 лет, однако возможен вариант и более ранней коррекции.

Процесс формирования головного мозга происходит всю жизнь. Он имеет четкий порядок и проходит определенные стадии развития. Однако по различным причинам они могут нарушаться, что приводит к общим проблемам в формировании и развитии психических функций ребенка [1].

Необходимо помнить, что при различных мозговых нарушениях диагноз может быть не поставлен, но при отсутствии своевременной коррекции дети не

смогут полноценно учиться в школе, станут объектом обидных насмешек сверстников и «вечно неуспевающими» для учителей. Вследствие этого к большому количеству интеллектуальных, эмоциональных нарушений прибавятся еще и психологические проблемы. Они, в свою очередь, могут привести к психосоматическим проблемам. Таким детям проблематично сделать над собой волевое усилие, выполнить определенную задачу. Как следствие, возможны проявления нарушения внимания (например, неустойчивость, снижение концентрации, повышенная отвлекаемость и др.).

Задержка развития часто сопровождается проблемами развития речи, связанными в первую очередь с темпом ее развития. Неизбежно появляется задержка и во всех формах мыслительного процесса: трудно осваивается словесно-логический материал, дети очень тяжело овладевают операциями синтеза, анализа, обобщения, абстрагирования, сравнения.

К началу школьного обучения дети не в полной мере владеют интеллектуальными операциями (синтез, анализ, абстрагирование, сравнение, обобщение).

Таким образом, целесообразно как можно раньше начать проводить коррекционную программу — тогда у ребенка будет достаточно времени пойти в школу подготовленным.

В детском возрасте активно применяют две основные методики коррекции:

- 1) двигательную;
- 2) когнитивную.

Первый метод способствует стимуляции отдельных зон коры головного мозга, отвечающих за регуляцию движений, улучшение межполушарного взаимодействия, развитие ассоциативных связей. Этой методикой в большей степени занимаются нейропсихологи.

Когнитивная коррекция направлена на развитие познавательных навыков, преодоление трудностей в учебной деятельности. Для более успешного решения данных проблем учитель-дефектолог включает в свою работу нейрокоррекционные занятия, направленные на мозговую организацию психических процессов — внимания, памяти, моторики, речи, мышления, эмоционального реагирования, саморегуляции и самоконтроля. Именно эти процессы лежат в основе коррекционной работы педагога. Если они не сформированы, процесс развития и обучения будет идти очень долго и тяжело [3].

Нейрокоррекционный блок, которым может воспользоваться учитель-дефектолог на своих занятиях, включает в себя шесть элементов.

1. Растяжки — метод нормализации гипотонуса (снижение мышечной силы) и гипертонуса (перенапряжение) мышц. Все это сочетается с пониженным темпом переключения нервной системы, психических процессов, невозможностью приложения волевых усилий, эмоциональной

незрелостью или, напротив, — излишней двигательной активностью. Регулировка проходит в соответствии с физиологией — от головы, шеи спускаемся к кистям рук и нижним конечностям.

2. Дыхательные упражнения улучшают ритмическую работу организма, способствуют развитию самоконтроля. При нарушении ритма дыхания, активности мозга, сердцебиения, работы кишечника неизбежно возникают проблемы в психическом развитии ребенка. Способность произвольно контролировать дыхание развивает умение самоконтроля.
3. Глазодвигательные упражнения. При расширении объема поля зрения ребенка значительно улучшаются межполушарные взаимодействия корковых и подкорковых структур головного мозга. Научно доказано, что разнонаправленные движения глаз значительно активизируют процесс обучения.
4. Упражнения для мышц гортани и языка приводят к активизации определенных долей головного мозга, отвечающие за формирование речи.
5. Перекрестные телесные движения — это кинезиологические упражнения. С их помощью развиваются равновесие, подвижность, сила, пластичность нервной системы. Значительно расширяется ее регулирующая роль, появляется возможность увидеть скрытые способности ребенка.
6. Упражнения для развития мелкой моторики рук. Медики утверждают, что развитие мелкой моторики тесно связано

с развитием височных и лобных долей головного мозга, которые задействованы в формировании учебных навыков и в развитии многих психических функций (опускание рук в сосуды с различными наполнителями, опознавание фигур, игрушек, различных предметов в закрытых мешочках, перекачивание мячика или карандаша в ладошках, игры с предметами домашнего обихода и др.). Разнообразные движения пальцев и тела, тактильные ощущения обеспечивают активное развитие межполушарного взаимодействия, работают над снятием мышечных зажимов и синкинезий [2].

При помощи упражнений появляется возможность координировать синхронную работу правого и левого полушарий, развивать и контролировать взаимодействие тела и интеллекта.

Определенные упражнения отвечают за возбуждение «своего» участка мозга, что активизирует способность взаимодействия мысли и движения. Поэтому учебный материал усваивается естественно, целостно. Упражнения способствуют развитию координации движений и психофизических функций организма.

Каждое упражнение рассчитано на определенный возраст. До 5-6 лет важно хвалить ребенка, даже если у него не получается выполнить упражнение. Постоянное напоминание о недостатках может отбить охоту заниматься. Позже дети могут распознавать ложные похвалы, поэтому следует стимулировать их к успеху. По

этой теме было написано немало интересных книг. Одна из наиболее качественных — практическое пособие В. С. Колганова и Е. В. Пивоварова [2].

При включении данного блока занятий в коррекционную работу необходимо учитывать индивидуальный подход и помнить, что каждый ребенок уникален — так же, как уникальны проявления его задержек и сохранных функций головного мозга. Соответственно подход строится исходя из актуальной и желаемой ситуации (реальность и цель работы): одному ребенку можно осмысленно дать задержку дыхания на счет 1-3, другому — на 1-5, а с третьим необходимо будет усложнять и расширять всю программу от раза к разу. Примеры занятий есть у Колгановой В. С. и Семенович А. В. [4].

Занятия имеют как моментальный, так и накопительный эффект. Для полноценного освоения упражнений требуется их точное и систематичное выполнение [5].

Список литературы

1. Глозман, Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте / Ж. М. Глозман, А. Ю. Потанина, А. Е. Соболева. — СПб.: Питер, 2006. — 80 с.
2. Колганова, В. С. Нейропсихологические занятия с детьми / В. С. Колганова, Е. В. Пивоварова. — М.: Айрис-Пресс, 2019. — 416 с.
3. Микадзе, Ю. В. Нейропсихология детского возраста / Ю. В. Микадзе. — СПб.: Питер, 2008. — 288 с.

4. Семенович, А. В. Введение в нейропсихологию детского возраста / А. В. Семенович. — М.: Генезис, 2005. — 319 с.
5. Семенович, А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте / А. В. Семенович. — М.: Академия, 2002. — 232 с.

Marina V. Serzhantova

Municipal autonomous preschool educational institution
Child development center —
Kindergarten №70
Kaliningrad, Russia

Neuro correction exercises in the work of a defector teacher

Abstract. *The article briefly presents the possibilities of expanding the correctional and educational process in the structure of the teacher-defectologist's classes, taking into account modern scientific and practical approaches. The main task is to acquaint teachers with the neuro-correction block of exercises, with the help of which the child's body coordinates the work of the right and left hemispheres and can develop the interaction of the body and the intellect. The article will be useful to corrective teachers and educators in developing class notes.*

Keywords: *neurocorrection exercises, kinesiological exercises, mental processes, children with disabilities.*