

Использование нейроразминки на логопедических занятиях в школе (из опыта работы)

В настоящее время в логопедической практике увеличивается количество детей с комплексными нарушениями в развитии, с трудностями в обучении, проблемами с адаптацией. Для преодоления имеющихся у них нарушений, предупреждения развития патологических состояний, укрепления психического здоровья необходимо проведение комплексной психокоррекционной работы. Одним из составляющих элементов такой работы является использование нейрогимнастики или кинезиологическая коррекция.

Применение нейрогимнастики позволяет улучшить у ребёнка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Использование кинезиологических упражнений на логопедических занятиях способствует улучшению почерка, повышению работоспособности, активизации интеллектуальных и познавательных процессов.

Научные исследования, проводимые в психологии и нейрофизиологии выявили, что определенные физические движения оказывают влияние на развитие интеллекта человека. На основе полученных выводов возникла новая система – Образовательная кинезиология, направленная на изучение связей ум-тело, и оптимизацию деятельности мозга через физические движения. На теоретической базе образовательной кинезиологии американскими психологами Полом и Гейлом Деннисон была разработана программа Нейрогимнастики – “Гимнастика мозга”. Эта методика активации природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли.

С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. Каждое из упражнений нейрогимнастики, способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения. В результате этого новый учебный материал воспринимается более целостно и естественно, как бы умом и телом, и поэтому лучше запоминается. Кроме этого упражнения для мозга 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. Совершенствуются регулирующая и координирующая роль нервной системы. Гимнастика мозга позволяет выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга. Нейрогимнастика – это универсальная система упражнений, она эффективна и для детей и для взрослых в любом возрасте. Но особенно актуально применение кинезиологических упражнений у детей с проблемами в развитии.

Упражнения для мозга собраны в четыре группы.

Первая группа объединяет движения, которые пересекают среднюю линию тела. Они оказывают стимулирующее действие на крупную и мелкую моторику. Механизм, объединяющий движение и мысль, заложенный в основу этих

движений, способствует повышению эффективности связей между правым и левым полушариями мозга, качества восприятия материала.

Вторая группа движений – это упражнения, направленные на растягивание мышц тела. Эти упражнения способствуют снятию напряжения с мышц и сухожилий. В результате применения этих упражнений мышцы принимают нормальное состояние и посылают в мозг сигнал о том, что они находятся в спокойном расслабленном состоянии и человек готов к познавательной работе. Если рассматривать это с точки зрения работы мозга, это означает возможность свободного перехода информации из задних отделов мозга (зон выживания) в передние (причинно-обуславливающие) через лимбическую систему, пропускающую знание в высшие отделы мозга.

Третья группа – это группа упражнений, направленных на энергетизацию тела, то есть обеспечивающих нужную интенсивность и скорость протекания процессов между нервными клетками головного мозга.

Четвертая группа представляет собой позы упражнения, которые оказывают влияние на лимбическую и эмоциональную системы мозга. Они оказывают ритмическое и стабилизирующее действие на нервные процессы, способствуя эффективному обучению.

В логопедической работе можно использовать упражнения из любой группы. Их можно включать как в начало занятия, для лучшего включения детей в работу, так и в середине занятия в виде физкультминуток. Подбирать упражнения надо с учетом целей занятия, а также индивидуальных особенностей детей, которые будут заниматься.

В видео-разминке показаны применённые упражнения и их выполнение обучающимися.

С помощью этих специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Каждое из упражнений нейрогимнастики, способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения. В результате этого новый учебный материал воспринимается более целостно и естественно, как бы умом и телом, и поэтому лучше запоминается. Кроме этого упражнения для мозга 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. Нейрогимнастика — это универсальная система упражнений, она эффективна и для детей и для взрослых в любом возрасте. Но особенно актуально применение кинезиологических упражнений у детей с проблемами в развитии.

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: Учебное пособие/ Л.С. Цветкова, А.В. Семенович, С.Н. Котягина, Е.Г. Гришина, Т.Ю. Гогберашвили. – М. : 2001. – 272с.
2. Лурия А.Р., Цветкова Л.С. Нейропсихология и проблемы обучения в общеобразовательной школе. – М. : 1996. – 64 с.
3. Использование нейропсихологических методик в логопедической работе. – LogopedHome.ru
<https://logoped-home.ru/logopedam/ispolzovanie-nejrogimnastiki-na-lo>