

Научно-исследовательская работа

Тема: «Нейрогимнастика – как средство речевого и комплексного развития детей в дошкольном возрасте»

Выполнила: воспитатель 1 кв. категории

Земцова Е.Н.

Красноярск

2023г.

Введение

*«Источники способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев.
От пальцев, образно говоря, идут тончайшие ручейки,
которые питают источник творческой мысли»*

В.А. Сухомлинский

Многими учеными доказано, что уровень развития речи находится в прямой зависимости от степени развитости тонких движений пальцев рук. Изучая деятельность детского мозга, психику детей вообще, ученые отмечают большое стимулирующее значение функции руки, и заключают, что формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических импульсов от кончиков пальцев.

Следствие слабого развития общей моторики, и в частности руки, есть общая неготовность большинства современных детей к письму или проблем с речевым развитием. С большой долей вероятности можно сказать, что если с речью не все в порядке, это наверняка проблемы с моторикой.

Тонкая работа пальцами способствует развитию речи детей. Поэтому очень важно уже с самого раннего возраста развивать у ребёнка мелкую моторику.

Под термином мелкая моторика понимаются координированные движения мелких мышц пальцев и кистей рук. Известно, что на начальном этапе жизни именно мелкая моторика отражает то, как развивается малыш, свидетельствует о его интеллектуальных способностях. При выполнении мелких движений пальцами рук происходит давление на кончики пальцев, и активизация незрелых клеток головного мозга, отвечающих за формирование речи ребенка. Вот почему при выполнении разнообразных движений пальцами рук происходит развитие речи. От того, насколько ловко научится ребёнок управлять своими пальчиками в самом раннем возрасте, зависит его дальнейшее не только развитие речи, а и внимание, мышление, воображение, зрительной и двигательной памяти.

Таким образом, ловкие, умелые пальчики – залог полноценного интеллектуального развития.

Актуальность исследования.

Использование **нейрогимнастики** в дошкольном возрасте очень актуально, так как в последние годы значительно увеличилось количество детей с нарушениями речи, и развитие детей в целом, такими как:

- нарушение координации движений
- гиподинамия
- дефицит внимания
- гиперактивность
- агрессия
- общее снижение иммунитета

Причина этих расстройств – нарушение в работе головного мозга, поэтому в период от 3 до 7 лет, когда кора больших полушарий головного мозга ещё окончательно не сформирована, важно уделить внимание развитию познавательных процессов и двигательной деятельности.

Нейрогимнастика – это телесно-ориентированный комплекс, который относится к кинезиологическим упражнениям позволяющих через тело воздействовать на мозговые структуры.

Благодаря нейрогимнастики оптимизируются интеллектуальные процессы, повышается работоспособность, улучшается мыслительная деятельность, синхронизируется работа полушарий головного мозга, снижается утомляемость, восстанавливается речевая функция, повышается иммунная система, улучшается память, внимание, мышление.

Объект исследования: Нейрогимнастика, как средство развития детей дошкольного возраста.

Предмет исследования: Нейрогимнастика как средство стимулирования развития мыслительной деятельности, психических функций, моторики и укрепления вестибулярного аппарата.

Цель исследования: Через использование комплексов кинезиологических упражнений и **нейрогимнастики** создать условия для формирования правильного речевого и психомоторного развития у детей дошкольного возраста.

Для достижения цели исследования мной были поставлены следующие **задачи**:

- Проанализировать передовой педагогический опыт по использованию нейрогимнастики в практике работы с детьми, имеющими речевые нарушения;
- Определить эффективность использования **нейрогимнастики** и кинезиологических упражнений при работе с детьми дошкольного возраста;
- Сформировать комплексы **нейрогимнастики** и кинезиологических упражнений для коррекционной работы с детьми дошкольного возраста,
- Внедрить комплексы **нейрогимнастики** и кинезиологических упражнений в коррекционную работу по развитию речи у детей.

Методы исследования: Изучение и анализ социально-педагогической и психолого-педагогической литературы; игры, наблюдения в ходе игровой деятельности; беседа, игровые методы, анализ результатов педагогического эксперимента.

Практическая значимость исследования состоит в том, что результаты работы можно будет использовать при планировании работы по развитию речи детей дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

1.1. Особенности использования методов нейрогимнастики как средства развития речи и комплексного развития детей дошкольного возраста.

Родоначальником кинезиологии стал американский исследователь и остеопат Джордж Гудхард. Он впервые заметил, что одна и та же мышца может иметь разную силу. Из этого наблюдения выросла наука, которая базируется на целостном подходе к человеку.

Эффективность нейропсихологического (психомоторного) подхода доказана наукой и практикой. Он является здоровье сберегающей и игровой технологией. Данный подход предполагает коррекцию нарушенных психических процессов (внимания, памяти, мышления, речи и др.), эмоционально-волевой сферы ребёнка через движение. Отечественная нейропсихология базируется на **принципах**, разработанных классиками психологии – Л. С. Выготским, А. Р. Лурией, Л. С. Цветковой, А. В. Семенович, А. Л. Сиротюк, А. Н. Леонтьевым, А. В. Запорожцем, Л. А. Венгер, Д. Б. Элькониным.

Научные исследования выявили, что определенные физические движения оказывают влияние на развитие интеллекта человека. На основании полученных выводов возникла новая система - образовательная кинезиология, направленная на изучение связей ум-тело, и оптимизацию деятельности мозга через физические движения. Метод образовательной кинезиологии (гимнастика мозга) применяется не только для коррекции развития детей с ОВЗ, но и для развития высших психических функций у нормально развивающихся детей, вплоть до одаренности.

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, 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.

Цели нейрогимнастики:

- Развитие межполушарной специализации
- Развитие межполушарного взаимодействия
- Развитие комиссур (межполушарных связей)
- Синхронизация работы полушарий
- Развитие мелкой моторики.
- Развитие способностей.
- Развитие памяти, внимания.
- Развитие речи.
- Развитие мышления.

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. 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, научат его проявлять свои творческие способности в процессе игры, а затем – и в учебной деятельности. Кроме того, гимнастика для мозга – это еще и способ предотвратить появление дислексии, то есть нарушения навыков чтения. Развивать мозг необходимо с дошкольного возраста, тогда в школе и во взрослой жизни ребенку удастся избежать массы проблем, связанных с работой на компьютере, управлением автомобилем, каким-либо иным сложным устройством; он сможет полностью раскрыть свой внутренний потенциал и стать успешным.

В сентябре 2022 г. мы набрали группу детей второго младшего возраста (3 – 4 лет). В группе много детей с задержкой речевого развития. Слушая и не всегда понимая их речь, появилась необходимость в поиске путей решения этой проблемы.

Недостаточный опыт в работе с такими детьми побудил меня к поиску дополнительных методик решения проблемы. В итоге я решила остановиться на методике образовательной кинезиологии – нейрогимнастике.

Основная цель применения нейрогимнастики с детьми нашей группы - это активизация процесса говорения и развития речи у детей.

Для достижения этой цели поставлены следующие задачи:

- увеличить интенсивность развития речи;
- исключить перестановку звуков, «каверкание» слов,
- сделать речь ребенка чище и понятной окружающим,
- развить нейродинамические процессы головного мозга, отвечающие за речь ребёнка,
- формировать умение слушать и слышать.

2. Использование нейрогимнастики при речевом развитии дошкольников

2.1 Описание основных методов и форм организации деятельности

В своей работе я использую комплекс 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).

Упражнения, используемые мной в работе с детьми:

- Взявшись за мочки ушных раковин, потянуть их вниз. Взявшись за верхушки ушных раковин, потянуть их вверх. Взявшись за среднюю часть ушных раковин, потянуть их вперед, потом назад и в стороны.

- Указательными и средними пальцами обеих рук одновременно «рисовать» круги (массажировать круговыми движениями) по контуру щек.

- Указательными и средними пальцами рук «рисовать» вокруг глаз очки (глаза в это время должны быть открыты).

- «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.

- «Кольцо». По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (последовательно: указательный, средний, безымянный и мизинец). Упражнение повторять в прямом порядке (от указательного пальца до мизинца) и в обратном (от мизинца до указательного).

- «Кошка». Подушечки пальцев левой руки прижаты к верхней части ладони. Пальцы правой руки выпрямлены, расставлены в стороны и напряжены. Следует по очереди изменять положения рук – выпускать и прятать «коготки»

- «Цепочка». По очереди и как можно быстрее перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (поочередно: указательный, средний, безымянный и мизинец). В «кольцо» попеременно пропускаем «кольца» из пальцев другой руки. Упражнение повторять в прямом порядке и в обратном.

- «Энергетическая зевота». Снимается напряжение с мышц лица, глаз, рта, шеи. Улучшаются функции голосовых связок, речь становится четче.

Широко открыть рот и попытаться зевнуть, надавив при этом кончиками пальцев на натянутый сустав, соединяющий верхнюю и нижнюю челюсти.

- «Зеркальное рисование». Способствует синхронизации работы полушарий, восприятию информации, улучшает запоминание информации. Исходное положение: на доске или на чистом листке бумаги, взяв в обе руки по карандашу или фломастеру, одновременно рисовать зеркально-симметричные рисунки, буквы.

- «Путаница» Нужно положить правую ладонь на голову, левую — на живот. Затем поглаживайте по голове от макушки к лицу, а живот поглаживайте круговыми движениями.

- «Молоток-пила» (упражнение выполняется либо на столе, либо на коленях)левой рукой как бы пилим пилой, правой в это же время «забиваем молотком гвозди».

- «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.

- «Перекресты» - стоя Правая рука на поясе, левая в это время – на правом плече, затем меняем положение: левая рука на поясе, правая – на левом плече.

Подводя итог, следует отметить, что регулярное выполнение комплексов оказывает положительное влияние на коррекцию обучения, развитие интеллекта и улучшает состояние физического, психического, эмоционального здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, что в свою очередь способствует коррекции недостатков развития дошкольников с задержкой речевого развития.

Заключение

Дети с нарушениями речи имеют системное нарушение речевой деятельности, незрелость психических процессов, приводящие к расстройствам эмоционально-волевой, личностной сфер, снижению работоспособности, отставанию в развитии двигательной сферы, в дальнейшем может приводить к нарушению чтения и письма.

Я заметила, что даже кратковременные занятия нейрогимнастикой положительно влияют на эмоциональное состояние ребенка. Регулярные тренировки помогают значительно улучшить состояние психических функций и мыслительных способностей, снизить утомляемость, улучшить мелкую и крупную моторику, укрепить вестибулярный аппарат, снять стресс и напряжение предотвратить нарушения связанные с восприятием пространства, что способствует профилактике комплексного развития детей.

Оценив, какое положительное воздействие оказывает нейрогимнастика на развитие ребёнка, планирую и в дальнейшем применять в своей педагогической деятельности, в качестве коррекции недостатков речевого развития у детей.

Список литературы:

1. Михеева Е.В. Здоровье сберегающие технологии в ДОУ // Методические рекомендации, М., 2009.
2. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. –М.: ТЦ Сфера,2001.
3. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: Практическое пособие. - М.: Аркти,2008. - 60с.
4. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие. - М.: ВНИИК,1999.
5. Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика. - Изд.2-е. Ростов н/Д.: Феникс, 2019. - 32с.
6. Брейн Джим «Гимнастика мозга»
7. Трясорукова Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика»
8. Пол и Гейл Деннисон «Гимнастика мозга». Книга для учителей и родителей

Интернет источники

Самопознание.ру.:https://samopoznanie.ru/articles/chto_takoe_neyrogimnastika_i_c_hem_ona_polezna/#ixzz685Wk1yDx

Совушка: <http://sovushka-zheldor.ru/nuzhno-znat/kompleks-uprazhnenij-nejrogimnastiki-dlya-detej-i-rekomendatsii-roditelyam.html>

Мир психологии: <http://www.psyworld.ru/for-adults/stories-for-parents/for-all/800-2009-10-20-15-40-57.html>

Открытый

урок: <http://urok.1sept.ru/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/313690/>

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

Нейрогимнастика: <https://www.b17.ru/blog/58658/>