

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
центр образования «Альянс» п.Харик
665340 Иркутская область, Куйтунский район, п.Харик, ул.Ленина, 14
тел. 8 – 39536-94-1-78, email: aljans.69@mail.ru, сайт: <http://alyans.edukuitun.ru>

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ РАБОТЫ

Нейрогимнастика как способ снятия эмоционального напряжения и улучшения психологического здоровья во время летней оздоровительной смены в лагере (с дневным пребыванием) «Журавлик» МКОУ ЦО «Альянс» п.Харик

Автор:

Горячка Альбина Васильевна,
Педагог - психолог МКОУ ЦО «Альянс» п. Харик

Рецензент:

Панковец Елена Владимировна,
руководитель аналитической группы
МКУ «Центр ППиФСОУ КР»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современном мире все чаще встречаются дети с особенностями развития, с гиперактивностью, с задержкой психического развития, задержкой речевого развития, с недостаточно развитыми высшими психическими функциями, такими как память, внимание и мышление. У детей нарушена координация, плохо развита крупная и мелкая моторика, они плохо ориентируются в пространстве. Зачастую их развитие не соответствует возрастным нормам. Одной из причин является малоподвижный образ жизни современных детей и замена реального мира на виртуальный. Из-за недостаточной физической активности у детей головной мозг плохо снабжается кислородом, что приводит к дисгармоничному развитию межполушарных связей. Для преодоления имеющихся нарушений и укрепления психического здоровья необходимо проведение комплексной психокоррекционной работы. Одной из современных технологий, применяемых сегодня в работе с детьми, является здоровьесберегающие технологии. Данные технологии занимают главное место в психологии и педагогике. Одним из самых популярных методов данных технологий является нейрогимнастика. Учеными давно доказана связь специальных двигательных упражнений развития мозга и организма в целом.

Нейропсихология – молодое направление в науке, которое изучает формирование и развитие познавательных процессов головного мозга, его свойства, способность к быстрому или долгому запоминанию информации, к примеру, числовых упражнений и иностранного языка.

Предметом исследования нейропсихологии становится внимание человека, возможности его концентрации и переключения. Самым универсальным средством для развития интеллектуальных и психических возможностей, как для детей, так и для взрослых, является **нейрогимнастика**.

Нейрогимнастика- это специально подобранный **комплекс упражнений**, который способствует улучшению памяти, внимания, восприятия, речи, моторики, мышления, творческих способностей, саморегуляции, самооценки, мотивации и общего соматического здоровья.

В рамках оздоровительной смены в лагере (с дневным пребыванием) «Журавлик» МКОУ ЦО «Альянс» метод нейрогимнастики был применен.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ОПЫТ

Описание основных игр, упражнений, методов, используемых в представленном опыте работы.

В течении лагерной смены с ребятами проводились различные занятия с элементами нейрогимнастики.

Задачи нейрогимнастики:

- Развитие межполушарного взаимодействия.
- Синхронизация работы полушарий.
- Развитие мелкой моторики.
- Развитие памяти, внимания.
- Снятие эмоционального напряжения
- Развитие речи.
- Развитие мышления.

Ниже представлен перечень упражнений и игр, которые используются с детьми в лагерную смену в МКОУ ЦО «Альянс».

Упражнение с помощью нейроковрика «Ладочка-Кулачок».

Игра направлена на развитие межполушарного взаимодействия, развитие моторики пальцев рук и предпосылки для становления многих психических процессов.

«Нейродорожки». Предлагаемая игра на развитие межполушарных связей синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению памяти, внимания, содействуют развитию речи, развитию общей и

и мелкой моторики, позволяют быстро переключиться с одной деятельности на другую.

Развивающая игра «Межполушарные доски». Упражнения способствуют развитию зрительно-моторной координации и формированию межполушарных нейронных связей.



Игра «Кубики Никитина». Развивающая игра, способствует развитию сообразительности, логики, пространственного воображения, математических, конструкторских и прочих способностей и приемов мышления. Главное при этом - творчество: ребенок сам, выполняя различные задания, делает множество открытий и приучается к самостоятельному, творческому мышлению.

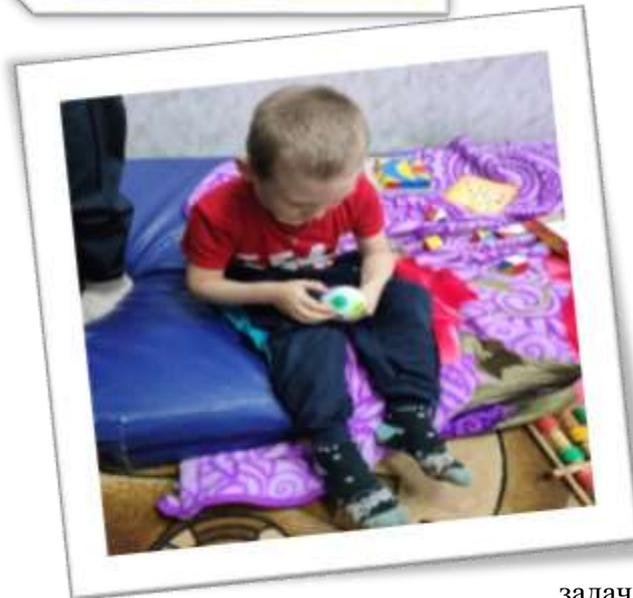


«Тактильный сенсорный куб». Сенсорный куб "Парочки" для развития тактильных ощущений, сенсорного опыта, внимания, памяти, мышления, воображения.





Танграм. Танграм развивает множество способностей. Одна из целей танграма заключается в обучении детей самостоятельному поиску решения. Складывая фигурки в том или ином порядке, школьники пробуют различные варианты, выбирая оптимальную композицию в соответствии с заданными правилами.



«Умные мячики».

Упражнение с использованием мячиков направлено на развитие мелкой и крупной моторики, развитие координации движений, позволяет улучшить возможность слышать задачи, правильно и последовательно их реализовывать, вовремя переключаться с одного компонента задачи на другой, даёт возможность почувствовать свое тело. Все движения с мячиками активизируют детей, методика решает задачи эмоционально – волевой регуляции.

«Аэробол». Это тренажер для развития речевого дыхания и концентрации внимания у детей школьного возраста.



Цель игры - дуть в трубочку с такой силой, чтобы шарик парил над кольцом. Сложность заключается в том, что нужно контролировать свое дыхание: если дуешь очень сильно - шарик улетит, а если слабо - вовсе не взлетит.

Кинетический песок

На первый взгляд, он напоминает влажный морской песок, но как только берешь его в руки — проявляются его необычные свойства. Он течет сквозь пальцы и в то же время остается сухим. Он рыхлый, но из него можно строить разнообразные фигуры. Он приятен на ощупь, не оставляет следов на руках.

С помощью данного песка происходит развитие осязательного чувства ребенка и мелкой моторики рук;

Развитие тактильных ощущений при работе двумя руками, что благотворно отражается на речи ребенка.

Формирование нестандартного творческого мышления;

Закрепление умения сосредотачиваться и концентрировать внимание



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализируя проведенную работу по использованию метода нейрогимнастики с детьми, можно сказать, что выше представленные упражнения и игры не требуют какой-то определенной подготовки как от педагога, так и от детей. Благодаря простоте и увлекательности, нейроигры и нейроупражнения являются эффективным инструментом.

Регулярное их использование в работе оказывает положительное влияние на процесс обучения, развитие когнитивной сферы младших школьников, а также играет огромную роль в поддержании их физического и психологического здоровья.

Ребята на протяжении всей оздоровительной смены в лагере «Журавлик» с особым удовольствием выполняли выше перечисленные упражнения.

Надеемся, что данный опыт будет полезен и для других оздоровительных организаций отдыха детей и их оздоровления.