

Низамова Дильбар Галимовна
Воспитатель
МБДОУ Детский сад «Северная сказка»

Сенсомоторная коррекция как эффективная практика в работе с детьми с ОВЗ

Цель: повышение уровня знаний педагогов по использованию нейрогимнастики, применение которой возможно в образовательном процессе дошкольного учреждения, распространение эффективных практик в работе с детьми.

Задачи:

1. Познакомить участников мастер-класса с эффективными практиками (упражнениями), способствующими комплексному развитию дошкольников.
2. Вовлечь педагогов в совместную практическую деятельность, вызывая интерес к данной проблеме.
3. Побуждать педагогов использовать в своей работе новые формы и методы работы.

Практическая значимость: данный мастер – класс может быть интересен педагогам, работающим с детьми дошкольного возраста для развития речевых навыков.

План проведения мастер-класса:

- 1 этап.** Приветствие. Введение в тему.
- 2 этап.** Практический.
- 3 этап.** Подведение итогов. Рефлексия.

1 Этап. Вводный

Добрый день, уважаемые коллеги! Когда задача кажется сложной, мозг выбирает то, что приносит быстрый дофамин. Согласны? Кто - то выбирает сериалы, соц. сети, вкусняшки и т.п.

А что еще можно предложить? К чему этот вопрос?!

Я работаю на группе комбинированной направленности, которую посещают дети различных нозологий: дети с РАС, ЗПР и УО. И есть множество простых задач, с которыми нам не всегда под силу справиться.

И здесь нам на помощь приходят различные техники, например - нейроупражнения (нейрогимнастика). Нейрогимнастика, умная гимнастика, гимнастика для мозга — это популярные названия двигательной нейропсихологической коррекции (или сенсомоторной коррекции). Это немедикаментозный вид помощи детям, имеющим различные неврологические заболевания и синдромы, в том числе, расстройства аутистического спектра. Польза его состоит в общем психофизическом развитии, он направлен на коррекцию различных нарушений ребёнка с целью восстановления у него нормального функционирования мозга. С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. А это важная составляющая в работе с детьми ОВЗ, а конкретнее с детьми с РАС и ЗПР

Цели нейрогимнастики:

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

- Развитие речи.
- Развитие мышления.

Задержка психического развития (ЗПР)

- В первую очередь начинаем работать с рукой, телом это поможет ребенку лучше ощущать свое его в пространстве, контролировать и распределять усилия.
- Можно использовать дыхательное ползание, различные двуручные задания и упражнения для развития тактильного восприятия и вестибулярной системы.
- Разбиваем объемные задания на несколько более простых, при необходимости важно делать паузу, давать ребенку чаще отдыхать.
- В целом, дети с ЗПР могут овладеть всеми моторными движениями, но они могут быть замедленными, угловатыми, больше времени может уйти на овладение ими.

Расстройства аутистического спектра (РАС)

- Первостепенная задача так построить упражнение, чтобы привлечь внимание ребёнка, стать для него важным. источником удовольствия.
- Определить предпочитаемую ребенком сенсорную модальность.
- Сначала выполняем задания «рука в руке», затем постепенно отдаляем ребенка, учим выполнять рядом со взрослым, затем по словесной инструкции без демонстрации и тактильного сопровождения (если это доступно).
- Ищем альтернативные средства коммуникации именно через движение.

А затем мы переходим из индивидуальной формы в микрогрупповую, когда нейроупражнения выполняются «по подражанию», «по цепочке», «рядом» и «вместе». Совместное действие детей с РАС возникает не сразу, и является самым сложным и важным их достижением. Однако, если такое взаимодействие получается, у детей оно вызывает самые яркие эмоции и общий энергетический подъём.

В своей работе используем комплекс кинезиологических упражнений, которые имеют свою конкретную цель, 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).

Когда лучше начать заниматься?

Что бы эффективность занятий была максимально высокой, следует соблюдать несколько правил:

- Продолжительность занятий – 5-7 минут.
- Регулярность – каждый день.
- Заинтересованность ребёнка.
- Постепенно усложнять задания и увеличивать темп.
- Следить за правильностью.
- Не перегружать ребёнка 5-6 упражнений, вполне достаточно и 2, если эмоциональное состояние ребенка нестабильно

Когда и где можно применить нейрогимнастику в режиме детского сада?

В любом режимном моменте

2 этап. Практический (приложение)

3 этап. Подведение итогов. Рефлексия.

Таким образом, специфическими преимуществами нейрогимнастики при аутизме и других нозологиях являются такие функции как, развитие способности к имитации (подражанию), способность следовать инструкции, формирование навыков

произвольной регуляции движений своего тела, воспитание коммуникативных навыков и способности взаимодействовать внутри группы сверстников.

Кроме того, с помощью правильно подобранной программы нейрогимнастики можно обучить ребенка с ОВЗ выполнять определенные действия без посторонней помощи. Главными помощниками в этом деле являются родители, которые наряду со своими детьми также осваивают нейроупражнения, легко воспроизводимые в домашних условиях.

Приложение

1. **«Лезгинка».** Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторите 6-8 раз. Постепенно увеличивайте скорость.

2. **«Кулак – ребро – ладонь»** На плоскости стола три положения руки, сменяющие друг друга. Кулак – сжатые пальцы собраны в кулак, ребро – ладонь на ребре, пальцы сомкнуты и сжаты друг с другом, ладонь-лежит на плоскости. Сначала правой рукой, затем левой, потом двумя вместе. Повторять по 8- 10 раз. Если ребёнок затрудняется – давайте себе команды (кулак – ребро-ладонь) проговаривая их вслух или про себя. Можно усложнить добавить хлопок при перемене положения рук.

3. **«Колечко».** Быстро и поочередно перебирать пальцы рук, соединяя с большим пальцем в кольцо. Выполнять можно как от указательного пальца, от мизинца и в разные стороны (одна рука от указательного к мизинцу, другая от мизинца к указательному).

4. **«Ухо – нос».**левой рукой берёмся за нос, а правой рукой берёмся за противоположное ухо. Одновременно отпускаем нос и ухо и меняем положение рук с точностью до наоборот. Можно усложнить перемена с хлопком.

5. **«Лиса - заяц».** Указательный и подняты вверх, а средний и безымянный, и большой вытянуты вперёд (мордочка лисички). По команде «Заяц» указательный и средний пальцы поднимаются вверх, а безымянный и мизинцы удерживаются большим пальцем у ладони. Сначала на одной руке, потом двумя одновременно, а потом (зайчик не должен встречаться с лисичкой) на каждой руке разное и меняем животных.

6. **«Мизинчик и указательный».** Хлопок и на правой руке мы показываем мизинец, а на левой указательный палец, остальные сжаты в кулак, хлопок меняем – на левой указательный, на правой – мизинчик.

7. **«Яблочко - червячок».** Пальцы сжаты в кулачок - яблоко, большой спрятан внутри – червячок. Правая рука – червячок спрятался, левая – выглянул, затем меняемся левая – спрятался, правая – выглянул. Увеличиваем скорость перемены положений и, когда уже легко, усложняем сменой через хлопок.

8. **«Блинчик с начинкой».** На плоскости стола одна рука ладонью вниз, другая ладонью вверх и не спеша меняем положение (блинчик должен прожариться, но не сгореть). Потом в каждый третий блинчик заворачиваем начинку – сжимаем руку в кулак.

9. **«Заяц, коза, вилка».** «Заяц» – указательный и средний пальцы вытянуты вверх, мизинец и безымянный пальцы прижаты к ладони большим пальцем. Меняем на «козу» - указательный и мизинец выпрямлены и подняты вверх, напряжены, большой палец, средний, безымянный пальцы прижаты к ладони большим пальцем, затем меняем на «вилку» – указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены в стороны, большой палец прижимает мизинец к ладони.

10. **«Кошка»** Подушечки пальцев правой руки прижаты к верхней части ладони, пальцы левой выпрямлены, расставлены в стороны и напряжены. Затем по очереди меняем положения рук – выпускаем «коготки».

Растяжки

1. «Снеговик»

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала “тает” и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

2. «Дерево»

Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

3. «Тряпичная кукла и солдат»

Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнувшегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

4. «Сорви яблоки»

Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните.

Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем поднимите как можно выше левую руку и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.