

НЕЙРОГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Батманова М.С.

*Батманова Майя Сергеевна - воспитатель,
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №4 «Родничок»,
п. Красногвардейское, Республика Крым*

Аннотация: рассмотрена проблематика нейрогимнастики как средства развития детей дошкольного возраста и ее актуальность в современных условиях. Приведены основные положения применения нейрогимнастики как средства развития детей дошкольного возраста. Также рассмотрены ключевые направления использования упражнений нейрогимнастики для коррекции детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: нейрогимнастика, коррекция неврологических нарушений у детей, нейропсихологический подход в развитии детей дошкольного возраста.

NEUROGYMNASTICS AS A MEANS OF DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN

Batmanova M.S.

*Batmanova Maya Sergeevna - teacher,
MUNICIPAL BUDGETARY PRE-SCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTION 'KINDERGARTEN № 4 "RODNICHOK",
KRASNOGVARDEYSKOYE VILLAGE, REPUBLIC OF CRIMEA*

Abstract: the problematics of neurogymnastics as a means of development of preschool children and its relevance in modern conditions are considered. The basic provisions of application of neurogymnastics as a means of development of preschool children are given. The key directions of using neurogymnastics exercises for correction of preschool children are also considered.

Keywords: neurogymnastics, correction of neurological disorders in children, neuropsychological approach in the development of preschool children.

УДК: 373.3

В детских дошкольных учреждениях характерен рост количества детей с различными нарушениями поведения, которые затрудняют усвоение образовательных программ и осложняют концентрацию внимания. Данные наблюдения подтверждаются результатами исследований, проводимых специалистами. Психологами и неврологами регулярно выявляется значительный рост количества детей с задержками в развитии речи, а также двигательных навыков.

Одним из самых эффективных и современных методов коррекции неврологических нарушений является нейрогимнастика. Двигательная нейропсихологическая коррекция, известная также как нейрогимнастика, была разработана для помощи детям с разнообразными неврологическими заболеваниями и синдромами [4, с. 108].

Эффективность нейропсихологического (психомоторного) подхода как средства развития детей дошкольного возраста доказана наукой и практикой. Он является здоровьесберегающей и игровой технологией. Данный подход предполагает коррекцию нарушенных психических процессов (внимания, памяти, мышления, речи), а также 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. Элькониним.

В работах ученых В.М. Бехтерева, А.Н. Леонтьева, А.Г. Лурия, отмечена взаимосвязь манипуляций рук и движений с высшей нервной деятельностью и развитием речи. Согласно научным доказательствам Л.С. Выготского, А.Р. Лурии мозжечок отвечает не только за координацию движений, регуляцию равновесия и мышечного тонуса, но и принимает участие в интеллектуально-речевом, эмоциональном развитии ребенка.

Нейрогимнастика – это телесно-ориентированный комплекс, который относится к кинезиологическим упражнениям позволяющих через тело воздействовать на мозговые структуры [5, с. 34]. Благодаря нейрогимнастике 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 [2, с. 136].

Отсутствие гармоничной, слаженной работы полушарий мозга – частая причина неусидчивости, задержки речи, отсутствия сосредоточенности, плохой ориентации в пространстве и эмоциональной нестабильности детей.

Гимнастика мозга, или нейрогимнастика, представляет собой набор простейших движений, которые стимулируют различные умственные процессы. Результат достигается с помощью синхронизации работы обеих половин мозга. Левое полушарие управляет правой половиной тела, и наоборот. Упражнения нейрогимнастики разработаны таким образом, чтобы оба полушария могли сотрудничать друг с другом. Это дает возможность повысить восприятие информации, увеличить концентрацию и общую умственную производительность. При постоянном применении в сочетании с дыхательной гимнастикой и остальными видами упражнений, нейрогимнастика оказывает положительный эффект [7, с. 169].

Комплекс гимнастики для развития памяти и мышления включает в себя несколько видов нейроупражнений; в зависимости от проблем, которые необходимо решить в процессе занятий, и возраста ребенка могут добавляться разнообразие упражнения:

- дыхательные – снижают гиперактивность, помогают лучше управлять эмоциями;
- двигательные – помогают наладить синхронную работу обоих полушарий мозга, улучшают координацию, ориентацию в пространстве, навыки письма и чтения;
- глазодвигательные – развивают межполушарное взаимодействие, облегчают восприятие информации во время учёбы;
- растяжка – снимает напряжение, тонизирует и помогает подготовить руку к письму;
- для развития мелкой моторики – способствуют развитию интеллекта;
- артикуляционные – для детей с задержкой речевого развития;
- массаж и релаксация – для расслабления мышц и нервной системы, снятия гипертонуса.

Выполняя упражнения с элементами нейрогимнастики, ребенок лучше ощущает свое тело, ориентируется в пространстве, развивает сенсорную активность, улучшает зрительно-моторную координацию, точность движений, что влияет на речь, мышление и поведение. Например, если связи между полушариями мозга развиты слабо, то одно из них берет ведущую функцию, а работа другого замедляется. Результатом могут быть проблемы с письмом, речью, восприятием информации на слух, эмоциями. Такому ребенку сложно учиться, он неусидчив, может быть обидчивым, замкнутым или наоборот – чересчур эмоциональным [1, с. 182]. Особенное значение межполушарное развитие приобретает к трем годам. В этом возрасте закладывается зрительное, слуховое и кинетическое восприятие, напрямую влияющее на интеллект. Поэтому использование нейрогимнастики является полезным каждому ребенку, вне зависимости от наличия или отсутствия каких-либо проблем. Упражнения довольно быстро дают эффект, который накапливается и закрепляется со временем [9, с. 103]. В дальнейшем это не только хорошо сказывается на развитии мышления ребенка, но и делает его более общительным, эмоционально стабильным и творчески развитым. Выполнение синхронных симметричных и асимметричных упражнений развивают физическую активность, помогая сохранять равновесие и стимулировать кровообращение.

При помощи специально подобранных нейроупражнений и игр организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. Каждое из упражнений нейрогимнастики способствует стимулированию определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения, а также способствуют развитию координации движений и психофизических функций. Нейрогимнастика – это универсальная система упражнений, она особенно актуальна для детей с проблемами в развитии.

Таким образом, эффективность нейрогимнастики доказана наукой и практикой. Она является здоровьесберегающей и игровой технологией, синхронизирует работу полушарий мозга, содействует улучшению запоминания, активно концентрирует внимание детей, позволяет быстро переключиться с одной деятельности на другую, а также снимает стресс и нервное напряжение. Использование нейрогимнастики педагогами и специалистами в дошкольных образовательных учреждениях оказывает положительное воздействие на сформированность мозговых процессов детей, что способствует достижению возрастных нормативов в общем и речевом развитии.

Список литературы / References

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: учеб. пособие / Под ред. Л.С. Цветковой. – 3-е изд; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2021. – 320 с.
2. Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. Преодоление трудностей учения: Нейропсихологический подход: учеб. пособие / Т.В.Ахутина, Н.М.Пылаева. – Москва: Издательский центр «Академия», 2022. – 288 с.
3. Баулина М.Е. Нейропсихологическая диагностика в детском возрасте: учебно-методическое пособие / М.Е. Баулина – Москва: Lennex Corp: Издательство Нобель Пресс, 2020. – 180 с.
4. Глозман Ж.М. Нейропсихология детского возраста: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.М. Глозман. – Москва: Издательский центр «Академия», 2023. – 272 с.
5. Демидкина М.В. Нейроигры как эффективный инструмент развития младших дошкольников / М.В. Демидкина, Н.В. Залипа. – Текст: непосредственный // Вопросы дошкольной педагогики. – 2024. – № 3 (73). – С. 33-35.
6. Москвин В.А., Москвина Н.В. Основы дифференциальной нейропедагогики. Учебно-методическое пособие / В.А. Москвин, Н.В. Москвина. – Оренбург: РИК ГОУ ОГУ, 2023. – 152 с.

7. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста: Учебное пособие / А.В. Семенович. – Москва: Генезис, 2021. – 319 с.
8. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте Учебное пособие для высш. учеб. заведений / А.В. Семенович. - Москва: Издательский центр «Академия», 2022. - 232 с.
9. Цветкова Л.С. Нейропсихология счета, письма и чтения: нарушение и восстановление / Л.С. Цветкова. - Москва: Юристъ, 2020. - 256 с.