

Департамент образования мэрии города Ярославля
МОУ «Городской центр развития образования»

**МУНИЦИПАЛЬНАЯ ИННОВАЦИОННАЯ ПЛОЩАДКА
МОУ ДО ЦЕНТР АНИМАЦИОННОГО ТВОРЧЕСТВА «ПЕРСПЕКТИВА»
В 2021/22 УЧ. ГОДУ**

**«РАЗРАБОТКА МОДЕЛИ СОЦИАЛЬНОГО НАСТАВНИЧЕСТВА ПО ФОРМИРОВАНИЮ
ГАРМОНИЧНОГО ПРОСТРАНСТВА, РАСШИРЯЮЩЕГО ВОЗМОЖНОСТИ ДЕТЕЙ
С ООП СРЕДСТВАМИ МЕДИАОБРАЗОВАНИЯ»**

Гимнастика для мозга

*Педагог дополнительного образования
Лепилина Елена Ивановна*

Сегодня современный мир требует от детей не шаблонных, привычных действий, а творческой подвижности, гибкости мышления, быстрой ориентации и адаптации к новым условиям. Восприятия предметов и явлений окружающего мира начинается с познания. Все другие формы познания — запоминание, мышление, воображение — строятся на основе образов восприятия, являются результатом их переработки. Поэтому нормальное интеллектуальное развитие невозможно без опоры на полноценное восприятие.

Сенсорное развитие, с одной стороны, составляет фундамент общего умственного развития ребенка, с другой стороны, имеет самостоятельное значение, так как полноценное восприятие необходимо и для успешного обучения ребенка в детском саду, в школе, и для многих видов трудовой деятельности. Интеллектуальное развитие детей дошкольного и младшего школьного возраста имеет первостепенное значение, потому что формирует навыки для успешного овладения учебной деятельностью. В развитии интеллектуальных способностей дошкольников и младших школьников особое место занимает дидактическая игра, которая является средством обучения и помогает детям усваивать и закреплять знания, а также овладевать способами познавательной деятельности.

Головной мозг у нас состоит из двух полушарий. Всем известно, что правое полушарие головного мозга — гуманитарное, образное, творческое — отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга — математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое — отвечает за восприятие — слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон. В большинстве случаев

одно из полушарий является, доминирующим. Идеальное взаимодействие между полушариями есть эффективная творческая работа мозга.

Работая с детьми ООП, составляя программу, готовясь к занятиям, изучая материал, очень часто встает вопрос о выборе подходящего задания, формы подачи материала. Нами были изучены, апробированы на себе и детях, подобраны различные коррекционные упражнения для активизации работы мозга: методика «Таблица Шульте», методика «Рисование двумя руками», нейропсихологические упражнения, мнемотехника. Актуальная и эффективная, на наш взгляд, инновационная технология, включенная в развивающую и коррекционную педагогику, является кинезиология. Кинезиология или «гимнастика мозга» - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Кинезиологические упражнения особенно важны для детей с затруднениями в обучении, различными речевыми, психологическими нарушениями, трудностями в адаптации. Кинезиология относится к здоровьесберегающей технологии. Под влиянием кинезиологических упражнений в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения. Данная методика позволяет выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие у детей.

По мнению К. Ханнофорд, «именно двигательная активность «подкармливает» мозг информацией, идущей от окружающей среды, формируя, таким образом, понимание мира, и создает основу для развития новых интеллектуальных возможностей».

Программа "Гимнастика Мозга" (ГМ) была разработана в 1970-х годах американским доктором Полом Деннисоном. Он разработал систему быстрых, простых, специфичных движений, приносящих пользу каждому обучающемуся независимо от его проблемы. Особенно эффективна оказалась она в отношении детей, диагностированных как "неспособных к обучению". При помощи «Гимнастики мозга» можно улучшать эффективность обучения детей с ООП. Все упражнения данной системы — перекрестные. Перекрестность — главный принцип гимнастики мозга - означает подключить оба полушария мозга. Но на наш взгляд эти упражнения актуальны для всех категорий детей, так же они оказывают положительный эффект на работу мозга и взрослых людей.

Цель кинезиологических упражнений:

- развитие межполушарного взаимодействия;
- увеличение и укрепление нейронных связей;
- синхронизация работы полушарий;
- развитие мелкой моторики;
- развитие познавательных процессов;
- развитие речи.

Кинезиологические упражнения влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, они позволяют выявить и развить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга, активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует коррекции проблем в различных областях психики.

Нами были изученные многие упражнения и апробированы в ходе реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ «Умный

ребенок», «Своими руками». Контингент обучающихся составляли дети с нозологией: слабослышащие, слабовидящие, дети с тяжелыми нарушениями речи, дети с нарушением опорно-двигательного аппарата, дети с задержкой психического развития.

Кинезиологические упражнения можно проводить на любом этапе занятия в качестве динамических пауз, минуток отдыха, упражнений для переключения внимания. Время проведения от 2 до 5 минут. Но есть одно но. Творческую деятельность прерывать кинезиологическими упражнениями нецелесообразно. Их логичнее всего выполнять или перед творческим заданием, во время смены деятельности или во время отдыха. Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и накапливающийся. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При более интенсивной нагрузке и значительнее изменения. Занятия проводятся в доброжелательной обстановке. От детей требуется точное выполнение движений и приемов. Упражнения проводятся стоя или сидя за столами. Одной из важных составляющих при выполнении данных упражнений, для получения положительных результатов является тот фактор, что упражнения выполняются ежедневно, без пропусков. Как этот пробел заполнить, если реализация программы рассчитана на занятия 1 – 2 раза в неделю. При выполнении упражнений дети мотивируются на ежедневное, самостоятельно выполнение заданий дома («Научи родителей и друзей», «Научись четко делать движения», «Научись работать в паре» и т.д.). За время реализации программ были достигнуты положительные результаты, которые заметны не только педагогами нашего Центра, но и классными руководителями данных организованных групп.

И в заключении хочется отметить, что все упражнения кинезиологического характера направлены на формирование, установление и закрепление нейронных связей между полушариями нашего головного мозга. Выполняя данные упражнения, мы заставляем полушария работать одновременно. Упражнения «Гимнастика для мозга» также формируют навыки речи, мелкую моторику, активизируют сенсорное и интеллектуальное развитие, облегчают процесс обучения чтению и письму, снижают утомляемость, излишнее напряжение, повышают стрессоустойчивость организма.

Мы сделали подборку упражнений для развития нейронных связей. Присоединяйтесь!