СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Остапенко Мария Николаевна
педагог-психолог
Казакова Людмила Геннадиевна
воспитатель
Коржиманова Вера Васильевна
воспитатель

ГБОУ «Школа №1191» –
Дошкольное отделение «Бриз»
г. Москва

ВНЕДРЕНИЕ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС ЧЕРЕЗ ПРОЕКТНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ДОО

Аннотация*: в статье рассматриваются вопросы развития межполушарного взаимодействия у детей в дошкольном возрасте, доказана необходимость введения нейропсихологических упражнений в режимные моменты детского сада. Авторами разработан и описан проект «Минутки-малютки». Сделаны выводы об эффективности реализации данного проекта, представлены упражнения.*

Ключевые слова*: проект, мозолистое тело, двуручное рисование, перекрестные движения, режимные моменты, нейропсихологические упражнения, подготовка к школе, гимнастика мозга.*

В нашем дошкольном учреждении все группы компенсирующей направленности, которые посещают дети с ЗПР, со сложной структурой дефекта. Педагогический коллектив постоянно в поиске новых коррекционных методов, ведется проектная деятельность в целях улучшения образовательного процесса. Один из наших удачных проектов – «Минутки-малютки».

Мы назвали наш проект «Минутки-малютки» так потому, что упражнения, о которых пойдет речь, хороши тем, что для их выполнения не нужны специальные условия, инвентарь и специально выделенное время в расписании детского сада, каждое упражнение занимает не больше 1 минутки.

На сегодняшний день остро стоит проблема искаженного психического развития детей. Значительное число современных детей демонстрируют объективно существующие признаки недостаточности, отставания и/или искажений психического развития, несформированность произвольной регуляции, повышенную возбудимость/истощаемость, склонность к неврозам, соматическую и психосоматическую уязвимость. В совокупности это приводит к эмоционально-личностной и когнитивной неготовности к обучению и к адекватной адаптации к социуму. Вызвано это вытеснением игровой деятельности, сокращением коммуникативных процессов, в угоду раннему обучению, компьютерам и малоподвижному образу жизни. Поступая в 1 класс 70% детей не готовы к школьному обучению, при том, что умеют читать и писать.

Приоритетное участие в решении широкого круга проблем искажения процессов развития в современной детской популяции принимает детская нейропсихология – наука о формировании функциональной мозговой организации в онтогенезе (процессе развития). Поэтому мы решили ввести нейропсихологические упражнения в образовательную деятельность подготовительной к школе группе.

Концепция нашего проекта в том, чтобы путем внедрения в образовательную деятельность нейропсихологических упражнений способствовать формированию межполушарных связей у детей 6–7 лет, что является необходимым условием для успешного обучения детей в школе. Главный принцип этих упражнений – задействовать противоположные конечности вместе и попеременно. По мнению многих ученых именно слаженная работа обоих полушарий является основой интеллектуального развития ребенка.

Идея нашего проекта состоит в том, что нейропсихологические упражнения вводятся в режимные моменты детского сада, учитывая специфику образова-

тельной деятельности в учреждении. Вся изюминка проекта в том, что упражнения вводятся как игровой момент, как разминка перед и во время продуктивной деятельности, как игровой элемент утренней гимнастики. Мотивация взрослого для детей: «А ты так можешь?»

Цель проекта: способствовать гармоничному сбалансированному развитию тонкой моторики рук и взаимодействию обоих полушарий мозга детей 6–7 лет.

– Расширить представление детей о собственном теле и его возможностях, снять психомоторную напряженность.

– Сформировать у детей позитивную оценку собственного «Я».

– Вовлечь родителей в образовательный процесс ДОО, активизировать и обогатить их педагогические возможности.

– Повысить психолого-педагогическую компетентность воспитателей.

Этапы реализации проекта:

1. Обучение педагогов и родителей теории по вопросам формирования мозговой организации в дошкольном возрасте (педагог-психолог).

2. Подбор упражнений на развитие межполушарного взаимодействия у детей (педагог-психолог).

3. Классификация упражнений по видам деятельности (педагог-психолог, воспитатели).

4. Ежедневное выполнение упражнений (воспитатели)

5. Привлечение специалистов. Включение двуручного рисования и других упражнений в ООД с дефектологом.

6. Вовлечение родителей (качественное выполнение упражнений с ребенком дома, используя диск с видео – материалами).

Теоретической базой нашего проекта является понимание того, что человеческий мозг – это не только левое и правое полушарие, это и мозолистое тело, которое их связывает. Мозолистое тело (межполушарные связи) – пучок нервных волокон, соединяющих два полушария, который обеспечивает целостность ра-

боты головного мозга. Межполушарное взаимодействие необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое. Его основное развитие происходит у девочек до 7 лет, у мальчиков – до 8–8,5 лет. Одним из основных условий высокой стрессоустойчивости ребенка в школе является полноценное развитие мозолистого тела в дошкольном возрасте. Мероприятия по развитию мозолистого тела проводить необходимо при помощи специальных упражнений.

Все это транслировалось воспитателям и родителям на мастер-классах, на индивидуальных консультациях. На одном из мастер-классов, пробуя на себе упражнения, родители, вдруг, пришли к выводу о том, что любой цикличный спорт тоже способствует развитию межполушарных связей у детей. Обсудив это, родители приняли сами для себя решение, что обязательно запишут ребенка с 1 сентября в спортивную секцию, родители по-новому для себя оценили физкультуру в детском учреждении. Многим родителям захотелось больше узнать об упражнениях для развития детского мозга. Изучив дополнительный материал, родители пришли к выводу о том, что бесконтрольная игра в гаджеты в дошкольном возрасте тормозят развитие детей.

Мы записали для родителей видео – диск, как правильно выполнять упражнения, также на этот диск записаны презентации с теоретической базой, теперь родители дома ежедневно занимаются с детьми, соревнуясь, у кого лучше получится.

Мы с воспитателями классифицировали упражнения по режимным моментам, например, перекрестные упражнения внесли в утреннюю зарядку, перед лепкой, аппликацией, конструированием, рисованием разные пальчиковые упражнения, упражнения с кистями рук, двуручное рисование ввели в свободную деятельность. Детям воспитатели представили эти упражнения как «гимнастика для мозга» и они это восприняли с большим интересом и удивлением.

Мы предложили детям попробовать порисовать двумя руками. Они восприняли это на «ура»!

Двуручное рисование: координирует работу левого и правого полушария, расширяет поля зрительного восприятия, развивает пространственные представления, способность к произвольному самоконтролю, улучшает деятельность мышц рук, повышает внимание и организованность ребенка.

Нам пришла идея сформировать папку с контурными изображениями предметов по лексическим темам для двуручного обведения в разных направлениях, тем самым закрепляя эти самые темы на коррекционном часу и развивая межполушарные связи. Также дети с удовольствием пробуют рисовать двумя руками то, что сами захотят или по предложенному образцу, например, солнышко, домик, огурчик, яблоко и т.п. Также используются схемы двуручного рисования, разработанные Е.В. Пивоваровой и В.С. Колгановой. Родителям рекомендовано практическое пособие этих авторов, дан мастер-класс по этой теме. Многие уже начали дома этим заниматься, родители увлечены не меньше, чем дети.

Пальчиковые упражнения и упражнения с кистями рук подобраны таким образом, чтобы обязательно были использованы две руки одновременно, а также те упражнения, где можно работать в разноименных направлениях. Движения пальцев и кистей рук оказывают огромное влияние на развитие речевой и всей высшей нервной деятельности ребенка, проекция кисти руки в головном мозге расположена очень близко с речевой моторной зоной, Тренировка движений пальцев и кистей рук повышают работоспособность коры головного мозга и, следовательно, уровень развития мышления.

В ходе реализации проекта мы увидели, что выполнение упражнений доставляет детям удовольствие, заряжает их энергией и позитивом, повышает работоспособность, улучшается внешняя социализация и коммуникация детей (дети с радостью делятся новыми навыками со сверстниками, демонстрируя свои новые умения), повысилась их самооценка. День за днем повышается мотивация родителей в участии в образовательной деятельности ДОО, значительно растет уровень психолого-педагогической компетентности воспитателей.

Таким образом, социальная значимость нашего проекта очевидна. Для детей это открыло новые возможности для коммуникаций. Дети стали увереннее в собственных силах и возможностях. Появились вопросы о собственном организме, расширились познания о схеме тела, дети научились чувствовать свое тело. А главное, мы увидели, что они тренируются сами, даже перед сном во время тихого часа (кому не спится), им это интересно, их это захватило! Дети получили новый игровой инструмент для развития. Мы уверены, что, придя в школу, они с удовольствием будут делиться своими новыми достижениями со сверстниками, спрашивая их: «А ты так можешь?»

Реализация нашего проекта способствовала возникновению новой формы общения родителей с детьми и развития собственных детей. Эти упражнения можно выполнять и по дороге домой и в машине, путешествуя на самолете или в поезде.

Из бесед с родителями мы поняли, что начала меняться конструкция взаимодействия родителей с ребенком, появилась новая тема для общения, стал меняться стиль взаимоотношений в семье.

Наш проект долгосрочный. Мы будем продолжать работу над формированием сборника с контурными рисунками по лексическим темам, расширять картотеку упражнений, пополнять видеотеку для родителей. У нас есть идея ввести в свободную игровую деятельность детей нейропсихологические коллективные игры на развитие произвольности и концентрации внимания.

Приложение

Начинаем с простого. Одновременные движения руками.

1. Ладошка-кулачок. Выставляем руки впереди себя: одна рука ладошкой, другая сжата в кулачок. Затем попеременно сжимаем одну руку в кулачок, другую раскрываем ладошкой. Выполняем упражнение в течение 30 секунд.

2. Круги руками. Выставляем руки перед собой и выполняем в воздухе круговые движения в разные стороны: правая – по часовой, левая – против, затем наоборот.

3. Голова – живот. Одной рукой гладим себя по голове, другой делаем круговые движения по животу (гладим живот), следим, чтобы движения выполнялись синхронно. Затем руки меняем. Попробуйте выполнить эти движения вместе с ребенком. Масса позитивных эмоций и смеха вам обеспечены.

4. Кулак – ребро – ладонь. Положите обе руки на стол ладонями вниз. Сожмите их в кулачки. Затем обе руки поставьте на «ребро», (как будто отрезаете что-то) и, наконец, положите обе ладони раскрытые на стол. Выполняйте эти три последовательно сменяющих движения в течение минуты. Меняйте темп выполнения. Усложните упражнение, используя «запаздывание», когда одна рука уже на ребре, другая на кулачке и т. д. Это сложно, но очень эффективно. Следите, чтобы сами движения (разные) выполнялись синхронно (т.е. когда одна рука «идет на ребро», другая в тот же момент времени (а не чуть позже) сжимается в кулак).

Круговые движения кистями рук.

Ребенок стоит, ноги на ширине плеч, руки вытянуты вперед, локти слегка согнуты, плечи и предплечья неподвижны, пальцы собраны вместе, не сгибаются. Вращать руками в лучезапястном суставе:

Первый блок:

1. Вращение правой рукой вправо.
2. Вращение правой рукой влево.
3. Вращение левой рукой влево.
4. Вращение левой рукой вправо.

Второй блок:

1. Синхронное вращение рук 5 раз вправо двумя руками одновременно.
2. Синхронное вращение рук 5 раз влево двумя руками одновременно.
3. Двумя руками одновременно – правая рука вращается вправо, левая рука вращается влево, 5 раз.
4. Двумя руками одновременно – правая рука вращается влево, левая рука вращается вправо, 5 раз.

5. Ребенок стоит, ноги на ширине плеч, руки вытянуты перед собой на уровне груди и слегка согнуты в локтях, локти прижаты к туловищу, ладони «смотрят» друг на друга, пальцы «смотрят» вперёд. Ладони и пальцы напряжены. Ребенок не должен совершать движений в лучезапястных, локтевых и плечевых суставах.

6. Ребенок большим пальцем правой руки совершает плавающие движения (ныряет). И так каждым следующим пальцем правой руки. Опустить руки вниз, встряхнуть кисти, чтобы напряжение спало.

7. Ребенок большим пальцем левой руки совершает плавающие движения (ныряет). И так каждым следующим пальцем левой руки. Опустить руки вниз, встряхнуть кисти, чтобы напряжение спало.

8. Ребенок выполняет упражнение на двух руках одновременно. Сначала навстречу друг другу «ныряют» большие пальцы обеих рук, затем – указательные и т.д. Опустить руки вниз, встряхнуть кисти, чтобы напряжение спало.

9. Ребенок выполняет упражнение на двух руках одновременно. Ребенок «ныряет» пальцами в противоположных направлениях – на правой руке «ныряет» большой палец, а на левой – мизинец; затем на правой руке «ныряет» указательный палец, на левой руке – безымянный палец и т. д.

Список литературы

1. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. – Ростов н/Д: Феникс, 2010.

2. Корсакова Н.К. Клиническая нейропсихология / Н.К. Корсакова, Л.И. Московичюте. – М., 1988/2003.

3. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми: Практическое пособие 2 / В.С. Колганова, Е.В. Пивоварова. – М., Айрис-пресс.

4. Семенович А.В. Актуальные проблемы нейропсихологической квалификации отклоняющегося развития // Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста / Под ред. Л.С. Цветковой. – М., 2001.

5. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. – М.: Генезис, 2007.

6. Сиротюк А.Л. Обучение без стресса: психофизиологическая подготовка // Дошкольное воспитание. – 2005. – №1.

7. Ткачева М.В. От линии к линии. Рисуем обеими руками. Рабочая тетрадь. – М.: Дрофа, 2004.