Использование нейрокоррекционных упражнений в работе учителя

Нейрокоррекционные игры не заменяют полноценное обучение, а помогают и корректируют небольшие нарушения у детей. Кому особенно полезны нейрокоррекционные игры? Ребятам, которым сложно сосредотачиваться, запоминать материал, переключаться с одного вида деятельности на другой, а также тем, у кого есть проблемы с поведением и обучением в школе. Они будут полезны и тревожным детям, которые боятся ошибок. Стоит обратить внимание и на тех ребят, которые порой чересчур импульсивно реагируют на что-то или, напротив, слишком медлительны. «Я учил, но уже забыл», «Перепутал», «Не заметил», «Мне сложно представить» и так далее – всё это корректируется нейропсихологическими играми.

КАКИЕ ИСПОЛЬЗУЮТСЯ УПРАЖНЕНИЯ?

В нейрокоррекционные занятия входят несколько групп упражнений, каждая из которых имеет свою специфику и направленность:

дыхательные (концентрация на дыхании не только помогает научиться расслабляться и успокаиваться, но и тренирует способность сосредотачивать внимание на других, более важных, вещах);

глазодвигательные (улучшают кровообращение, тренируют глазные мышцы и способствуют снятию напряжения с глаз);

упражнения на развитие артикуляционного аппарата (так как речь — это одна из высших психических функций, то воздействие на артикуляционный аппарат активизирует развитие других психических функций — мышления, внимания, воображения, памяти);

упражнения на развитие межполушарной асимметрии головного мозга (межполушарная асимметрия — различия между ведущими функциями левого и правого полушарий мозга, МА отвечает за проявление высокого интеллекта); упражнения на развитие мелкой моторики (оказывают положительное воздействие на развитие речи, логики и работу левого полушария);

релаксация, снятие мышечного напряжения (данные упражнения помогают устранить мышечные зажимы; они будут полезны и взрослым тоже).

Также в нейрокоррекции могут применяться методы арт- и музыкотерапии.

Ее можно использовать просто как прием в работе с «трудными» детьми (особенно с теми, у кого наблюдаются поведенческие нарушения).

Признаки нейропсихологических проблем

плохо запоминает информацию,

не может сосредоточиться,

плохо себя контролирует,

медленно читает,

неловок в движениях,

истощен (нет энергии),

плохо спит,

пишет буквы зеркально,

имеет навязчивые движения,

обладает макро- или микропочерком,

имеет несформированность межполушарного взаимодействия.

Нет детей, которые хотели бы учиться плохо. Но есть дети, у которых не получается учиться хорошо. В начальной школе простые упражнения на уроке или на дополнительных занятиях в форме зарядки или игрового задания помогают справиться с некоторыми проблемами. Главное понимать, что все в организме человека взаимосвязано и успех ребенка зависит от того, насколько хорошо он умеет собой управлять. К слову, распространенная «болезнь» современных родителей, в том числе самых любящих и заботливых, – они берут абсолютно все решения на себя и буквально отбирают у ребенка самоконтроль и самодостаточность. Но без этих качеств человек развиваться не может.

Примеры упражнений и игр для развития мозга

Дыхательная разминка

Дыхание — самый простой, самый привычный процесс, которым легко руководить. Существует множество дыхательных упражнений (их можно без труда найти в интернете), через которые дети учатся концентрироваться и управлять своими органами.

Гимнастика для глаз

Упражнения для глаз не только помогают сохранить и улучшить зрение. Они активизируют разные участки мозга. Проверено: если перед диктантом уделить пару минут такой разминке, то ученики пишут работу гораздо лучше.

«Пальчиковые» упражнения

Моторика — наше все (особенно, если речь идет о письме). Неспроста задания на моторику активно используются в диагностике нейропсихологических проблем. Непривычные движения, концентрация на разных комбинациях пальцев помогают «зажечь лампочки» в голове.

Проговаривание слов

Проговаривание орфограмм, увы, сегодня не в моде. Более того — учитель может и отругать ученика: «Что ты шепчешь на диктанте?». Но речеголосовой аппарат имеет мышечную память, что можно успешно использовать при развитии грамотности. Кроме того, проговаривание развивает внимание.

Игра с мячом

Учитель задает вопрос и кидает мяч ученику. Ученик должен бросить мяч учителю и дать ответ на вопрос. Так параллельно с познавательным действием развивается координация.

Игра с хлопками

Перед уроком учитель объявляет: «Если на занятии я хлопну один раз в ладоши, все тоже должны хлопнуть. Если два раза — затопать ногами. Если три раза — крикнуть „Ура“». Такое задание помогает сохранять внимание учеников на протяжении всего урока.

Игра «Солнечная система»

Учитель условно распределяет планеты по пространству класса, указывая рукой: «Здесь у нас Марс, здесь Юпитер...» и т.д. Несколько раз повторяет с детьми это расположение, чтобы ученики запомнили. Далее дети закрывают глаза. Учитель дает команды указать с закрытыми глазами на планеты определенными руками и пальцами. Например: «Покажите безымянным пальцем левой руки на Венеру и указательным пальцем правой руки на Меркурий». Аналогично можно распределять в пространстве любые понятия и образы, связанные с темой урока.

Упражнение «Задай вопрос»

Учитель говорит утверждение с научным фактом и дает задания ученикам: «Задайте мне по этому утверждению такой вопрос, чтобы на него можно было ответить „да“», «Задайте по этому утверждению такой вопрос, чтобы ответ был „возможно“» («нет», «информации нет в утверждении»).

Игра «Услышь слово»

Ученик выходит из кабинета. Учитель распределяет среди оставшихся детей несколько слов (например, один ряд — одно слово). Ученики должны говорить их хором. Важно задать темп, потому что все говорят по-разному. Далее ученик возвращается в класс. Он слушает, как одноклассники хором проговаривают свои слова. За три попытки он должен распознать как можно больше слов. Если у ребенка возникают сложности с восприятием, каждый ряд говорит свое слово отдельно.

Упражнение «4 за 4»

Дети получают задание: за 4 минуты написать мини-сочинение из 4 предложений. Обязательные условия: в заголовке 2 слова, у сочинения есть начало и конец. Хотя это творческое задание, ученики обычно пишут что-то банальное. Но если учитель начинает вслух зачитывать самые красивые сочинения, то мотивация резко возрастает, и в следующий раз дети выдают замечательные художественные тексты.

Упражнения направлены на активизацию активизируют умственных способностей, улучшение контроля и регуляции деятельности, стимулируют развитие познавательных функций, решают проблемы эмоционального плана.

Нейропсихологические приемы и упражнения повышают работоспособность, формируют самоконтроль, снимают усталость, раздражительность, создают благоприятный микроклимат на занятиях