

Использование инновационных здоровьесберегающих технологий в работе учителя-дефектолога с детьми группы компенсирующей направленности

Многие психофизические нарушения детей с ограниченными возможностями здоровья имеют органическую природу. И устойчивый положительный результат в психофизическом развитии может быть получен только с использованием нейрокоррекционных приемов.

Пирамида Вильямса и Шеленбергера наглядно иллюстрирует развитие любого ребенка. Его интеллект, поведение, речь зависят от нижних этажей пирамиды, и особенно от фундамента, нервной системы. Зная, что в онтогенезе развитие психомоторики намного опережает формирование речи и мышления, составляя базис для их становления, выстраиваю работу от двигательной сферы к мыслительной (интеллектуальной). Таким образом, психика развивается через двигательную сферу, а мелкая моторика базируется на крупной.

Оптимальный возраст для нейрокоррекции – от 5 до 9 лет. Именно в этом возрасте дети уже способны понимать достаточно сложные инструкции и выполнять упражнения, а многие зоны головного мозга еще продолжают свое формирование и поэтому достаточно легко поддаются коррекционному воздействию.

Детям с астено-невротическими нарушениями оценивались педагогами как «ленивые», а дети с гиперкинетическим расстройством считались невоспитанными «озорниками» и «хулиганами». В действительности эти состояния объясняются патологическими причинами работы ЦНС. Таким детям необходима комплексная помощь: систематическое, планомерное проведение совместной коррекционной работы всеми специалистами ДОУ (дефектологами, логопедами, психологом, воспитателями, музыкальным руководителем, инструкторами по физической культуре и ЛФК).

Концептуальной основой применения нейропсихических приёмов в работе дефектолога является теория А.Р. Лурии о 3-х блоках мозга – общая структурно-функциональная модель мозга:

1 блок – энергетический или блок регуляции уровня тонуса и активности мозга: участвует в организации внимания, памяти, эмоционального состояния, мотивации, перерабатывает разномодальную информацию (через органы чувств) и поддерживает общий тонус ЦНС;

2 блок – приём, переработка и хранение информации (включает основные анализаторные системы);

3 блок – программирование регуляции и контроля за протеканием психической деятельности.

Знание педагогами основ нейропсихологии расширяет возможности грамотного применения ими нейрокоррекционных приёмов, упражнений и игр, способствует оздоровлению дошкольников с ОВЗ, снижению их утомляемости, повышению работоспособности и оптимизации психического развития воспитанников. А работа, проводимая в системе, даёт как немедленный, так и накапливающий эффект.

Кроме того, применение данной системы в процессе индивидуальной, подгрупповой и фронтальной коррекционно-развивающей работы способствует формированию у дошкольников мотивации к сохранению своего психофизического здоровья.

Комплексный подход в преодолении психофизических нарушений у дошкольников с применением приёмов нейрокоррекции существенно меняет качество работы дефектолога, основными направлениями которой являются:

- формирование и развитие крупной и мелкой моторики, координации, чувства ритма и равновесия;
- развитие сенсорных функций;
- формирование и развитие пространственных и временных представлений;
- развитие познавательных процессов (восприятие, внимание, мышление, речь).

Практикуемая нами система коррекции и компенсации включает в себя упражнения, которые формируют и развивают работу отдельных областей мозга и головной мозг в целом.

Организуя работу, учитываем период работоспособности у дошкольников – с 9:00 до 11:00 и с 16:00 до 17:00 часов. В соответствии с целями и задачами, решаемыми на индивидуальных или подгрупповых занятиях, помимо традиционных приёмов, мы практикуем следующие упражнения, которые широко используют в своей работе ведущие нейропсихологи, медицинские психологи, кинезиологи, педагоги-новаторы:

- дыхательные;
- нейроигры и дидактические упражнения на вертикальных поверхностях;
- упражнения на равновесие с использованием балансировочных подушек;
- кинезиологические (синхронизация работы левой и правой гемисферы).

Интересен тот факт, что вес мозга составляет только 2% от веса вашего тела, однако 20% крови, проходящей через сердце, несет питательные вещества именно к мозгу. Мозг, имея очень низкую толерантность к отсутствию кислорода, в 10 раз потребляет его больше всех других органов, при этом, не имея собственного кислородного запаса.

Работая с детьми, имеющими задержку психического развития и нарушения опорно-двигательного аппарата, выявляем дизартрический компонент (наличие у них тихого голоса, поверхностного дыхания, слабой воздушной струи и назального (носового) оттенка в речи). Эти нарушения приводят к гипоксии мозга и значительно затрудняет коррекцию звукопроизношения.

Систематическое и последовательное применение в повседневной коррекционной работе дыхательных игр и упражнений повышает у детей энергетическое обеспечение деятельности мозга, улучшает дыхательные ритмы, увеличивает силу и длительность воздушной струи, снижает соматические нарушения.

Это и элементы упражнений, адаптированные под физические возможности детей с ОВЗ, гимнастики А.Н. Стрельниковой, А.В. Семенович, и логоритмические повторения стихов с движением (в соответствии с лексическими темами). Учим детей стрельниковскому шумному короткому вдоху с одновременным движением рук, который идёт на предельную глубину легких, не искажая их природную конусообразную форму, восстанавливает утраченное носовое дыхание и оздоравливает не только дыхательную систему, но и весь организм в целом.

Большой интерес и положительные эмоции у воспитанников вызывают игры «Дыхательный футбол», «Аэробол» («Фокус»), «Губки», «Весёлые язычки», «Воздушный шарик», трубочка «Креатив» и другие. Не первый год в своей работе используем игры с микрофоном образовательного портала «mersibo»: «Вертолёт», «Букет для мамы», «Снежинки», «Нет сорнякам!», «Ветерок и жуки» и многие другие. Все выше перечисленные игры формируют навык правильного дыхания, направленную длительную воздушную струю, глубокий вдох и продолжительный, равномерный выдох.

Нам кажется интересным обратить внимание детей на сам процесс дыхания. Ведь мы не замечаем, как дышим. Предлагаем детям:

- на 3 – 5 секунд задержать дыхание;
- подышать часто, как запыхавшаяся собачка;
- сказать на одном выдохе длинную фразу;
- выдыхать и вдыхать воздух носом, а затем ртом и т.д.

Человек развивается и живёт в движении. Двигательная система человека, как и все другие системы, помнит генетически шаги своего развития и должна все эти шаги реализовать. Вертикализация – строго регламентированный процесс. Знакомясь с анамнезами воспитанников группы, нередко отмечаем запаздывание сроков поднимания головы, сидения, ползания, вставания и начала ходьбы. Так, по мнению доктора Анатолия Смолянинова у ребенка, не прошедшего в онтогенезе этапа опоры на руки, не включается антигравитационный механизм и, как следствие, нарушается порядок развития (не работают мышцы спины, разгибательные мышцы ног), поэтому он не сможет вертикализироваться, что в свою очередь приведёт к нарушению психофизического развития.

Нейропсихологи, в свою очередь, отмечают, что человек – это нейро-психо-соматическое единство. Человеческое тело является точкой отсчёта для всей системы координат, которую ребёнок в дальнейшем будет осваивать. Поэтому окружающая дошкольника среда должна предоставлять возможность развития именно той системы, которая находится в сенситивном периоде.

Проводя коррекционную работу, мы часто наблюдаем, что детям с дефицитом внимания, утомляемым, истощаемым, расторможенным, и даже заторможенным, тяжело усидеть на месте, и

тогда у одних детей развивается гипердинамика (отвлечение внимания, импульсивность), у других наоборот – гиподинамия (инертность, окончательно затормаживаются психические реакции, увеличивается латентный период деятельности).

Нейропсихологи выделяют следующие симптомы дефицитарности нейродинамики, которые проявляются у наших воспитанников (ЗПР и НОДА) и снижают продуктивность усвоения ими программного материала. Это:

- неустойчивость внимания и ограничение его объёма;
- утомляемость, истощаемость;
- отвлекаемость (низкая помехоустойчивость);
- неустойчивый темп деятельности и трудности включения в неё (застывание);
- низкая умственная работоспособность.

Поддержание нормального уровня активации ребёнка является одной из важных задач, стоящих перед дефектологом в его работе. Поэтому систему коррекционной работы мы выстраиваем снизу вверх, от движения к мышлению, а не наоборот.

Нежелание двигаться, недоразвитие крупной моторики у детей приводит к непониманию ими своего тела, трудностям овладения пространственными представлениями. На протяжении нескольких лет активно используем многофункциональный метод работы на вертикальных поверхностях, тем самым предлагая ребёнку встать, потому что после долгого сидения – это целительно для дошкольника. Рекомендуем выполнять работу на вертикальных поверхностях не только стоя на ногах, но и на коленях, на одном колене и даже на неустойчивых поверхностях (балансире).

Что включает метод работы на вертикальных поверхностях?

- Свободное рисование, раскрашивание, штриховка (один – группа; вместе – поочередно) одной или двумя руками одновременно.
- Изображение одной или двумя руками вертикальных, горизонтальных, параллельных и наклонных линий, кругов, зигзагов, спиралей, петелек, ломанных и волнистых линий (однонаправленных или разнонаправленных).
- Рисование, раскрашивание одной и двумя руками одновременно.
- Упражнения с трафаретами, лекалами (обведение трафаретов, ладоней, бытовых предметов) сначала правой (ведущей) рукой, а затем левой.
- Конструирование из деталей (д/и «Танграм», «Колумбово яйцо» и т.д.) сначала правой (ведущей) рукой, а затем левой.
- Манипулирование намагниченными объектами (ребёнок убирает/собирает в корзину или прикасается к тем объектам, который называет педагог; располагает намагниченные изображения по словесной инструкции дефектолога) одной или двумя руками одновременно с пересечением средней линии тела.

В различных видах деятельности на вертикальных поверхностях применяем индивидуальный подход. Например, если ребёнку трудно провести сплошную линию от начала до конца, мы разбиваем «дистанцию» на короткие промежутки или даём опорные точки, либо делим поверхность на две части, предлагая провести линию от «старта» до середины вертикальной поверхности, а потом – до «финиша». Данные упражнения отрабатываются сначала правой (ведущей) рукой, потом левой, а затем двумя руками одновременно.

ЦНС человека построена по вертикальному принципу. В процессе работы на вертикальных поверхностях в произвольной игровой форме дошкольник осваивает схему собственного тела и пространственные направления, знакомится с листом бумаги, что актуально для детей с нарушениями ОДА и ЗПР.

Зачем применяем данный метод?

- включается 1 блок мозга и происходит активация психо-физической деятельности;
- положение стоя – экологично для ребёнка: меньше статичности, утомления, выше работоспособность;
- смена положения тела – активация и концентрация внимания;
- мощная вестибулярная афферентация;
- развитие и укрепление мышечного корсета позвоночника;
- развитие силы и гибкости лучезапястного сустава, подготовка к школьному письму (формирование его правильного направления);

- формирование зрительно-моторных связей, произвольного контроля;
- развитие пространственных представлений (движение – слово – изменение положения тела; также с пересечением средней линии тела);
- увеличение амплитуды движений;
- профилактика мышечной и психологической зажатости.

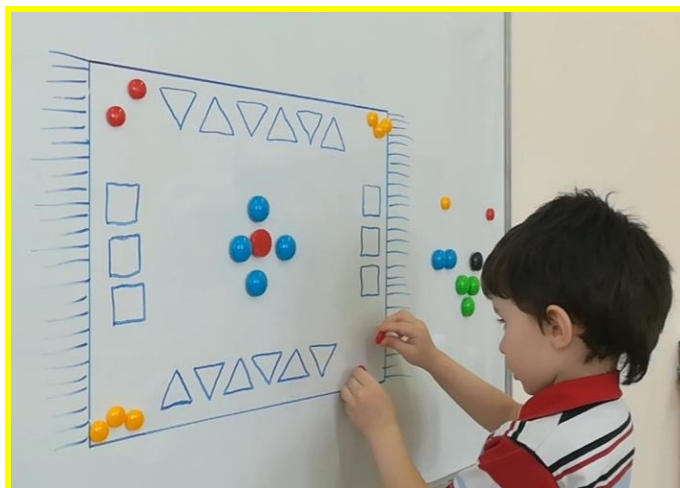
На чём работаем?

- Стеновые панели.
- Рулон обоев, обои для раскрашивания с контурными изображениями.
- Мольберт на треножнике.
- Магнитно-маркерная доска.
- Тренажер «Сетка».



Какие требования существуют для данной технологии?

- Доступность.
- Соответствие возрастным психологическим особенностям детей.
- Четкость и краткость инструкций.
- Наличие конкретной обучающей задачи.



Данный метод работы можно использовать в качестве мотивации, когда специалисту необходимо быстро включить ребенка в совместную деятельность; как поощрение за хорошо выполненное задание; физкультминутки, перерыва или паузы отдыха.

Последние научные исследования подтверждают, что мозжечок выполняет не только функцию поддержания равновесия и мышечного тонуса, но и обеспечивает синхронизацию обработки информации от разных анализаторов, участвует в построении речевого высказывания, формировании навыков счета. Доказано, что мощное активирующее воздействие на мозжечок и ствол мозга оказывают ежедневные упражнения на равновесие с использованием различных балансиров.

В индивидуальной работе и совместной деятельности в малых подгруппах (от 3-х до 6-ти человек) используем разноцветные балансировочные подушки.

Специалисты рекомендуют занятия с применением балансировочных подушек детям с задержкой психического, моторного, речевого развития и дизартрией, с детским церебральным параличом, нарушением осанки и плоскостопием, а также детям с расстройствами аутистического спектра.

Но данная технология не используется с детьми с эпилепсией и теми, кто не способен соблюдать правила в силу грубых психических и поведенческих нарушений.

В своей деятельности упражнения с балансирами организуем для развития у дошкольников познавательных процессов, улучшению межполушарного взаимодействия, лучшему восприятию информации, снижению утомляемости и повышению работоспособности, сенсорных функций, коррекции нарушений речи, совершенствования всех видов координации, чувства ритма и равновесия, для формирования произвольности поведения и саморегуляции. Кроме того, имеющиеся на подушках «шипы» оказывают массажный эффект на стопы ног, стимулируя их поверхность.

Первоначально знакомим детей с правилами техники безопасности при выполнении упражнений на балансировочных подушках. Даём ребенку время познакомиться с оборудованием, подстраиваясь под его индивидуальные возможности. Вовлечение в игру и подключение воображения помогают отвлечь ребёнка от первоначальных неприятных физических ощущений.

Развитие реакции равновесия начинаем с овладения навыком самостоятельного сидения на балансирах, что способствует выработке защитной реакции рук и снижению чувства страха у ребёнка. Затем организуем упражнения на формирование навыка удержания равновесия в позиции «стоя».

Предлагаем простые, доступные детям упражнения: встать и/или сойти с подушки по сигналу; перенести центр тяжести с одной ноги на другую; раскачиваясь из стороны в сторону, руками имитировать движение пловца; ползать на четвереньках по балансировочным подушкам, разложенным в ряд, по кругу, парами, в шахматном порядке; медленно приседать, стоя на двух балансирах, затем – на одном, начиная с 5 приседаний. Постепенно упражнения усложняются.

Комбинируем упражнения на удержание равновесия на балансирах с использованием спортивного инвентаря и включаем такие упражнения, как: подбрасывание мяча перед собой и его ловля; подбрасывание мяча вверх и его ловля с хлопком в ладоши; подбрасывание вверх набивных мешочков раскрытой ладонью правой или левой рукой (мономануально), затем двумя руками вместе (бимануально).

Затем происходит усложнение: выполнение упражнений в паре со взрослым или ребенком с разного расстояния, отбивание мяча от пола двумя руками одновременно, а в дальнейшем – левой/правой рукой попеременно.

Гиперактивным детям предлагаем упражнения только с набивными мячами.

Сочетаем работу на балансировочных подушках с дидактическими упражнениями на внимание, классификацию, развитие мелкой моторики. Для развития межполушарного взаимодействия включаются и кинезиологические упражнения.



Так же для развития артикуляционной моторики и автоматизации звуков используем упражнения на балансировочном оборудовании. У детей с выраженным дизартрическим компонентом и с ЗПР этап автоматизации часто растягивается на длительное время из-за трудностей понимания звукового состава слова, снижения навыка самоконтроля и мотивации. Дети проговаривают звуки, слоги, слова или фразы с автоматизируемыми звуками в процессе выполнения упражнений на балансирах в игровой занимательной форме, что позволяет сократить сроки автоматизации и сделать этот процесс

нескучным и динамичным. Комбинация игр и упражнений на балансировочных подушках способствует не только повышению эффективности работы по развитию межполушарного взаимодействия, но и привносит игровой характер и положительную эмоциональную окраску в занятия.

Коррекционная деятельность с различными балансировочными объектами, организуемая нами как часть системы в дополнение к другим методам и приёмам, даёт как немедленный, так и накопительный эффект. Ведь при сохранении равновесия тела, хорошо скоординированный и синхронизированный мозг быстрее и качественнее обрабатывает информацию, поступающую от органов чувств и обоих полушарий.

Ещё одним из универсальных методов является кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия – это выполнение различных однонаправленных и перекрестных движений. Регулярные упражнения способствуют развитию высших психических функций. Одновременные движения глаз и языка улучшают межполушарное взаимодействие и повышают энергетику мозга. За основу мы взяли систему работы Сиротюк А.Л. «Упражнения для психомоторного развития дошкольников».

Кинезиологические комплексы движений делятся на три блока:

- упражнения, увеличивающие тонус коры головного мозга (дыхательные упражнения), которые повышают энергетику коры головного мозга;
- упражнения, улучшающие возможности приёма и переработки информации (движения конечностями перекрёстно-латерального характера) – восстанавливают нарушенные межполушарные связи и функциональную асимметрию мозга;
- упражнения, улучшающие контроль и регуляцию деятельности (движения и позы перекрёстного характера) – восстанавливают связи между лобным и затылочным отделами мозга, устанавливают баланс между правым и левым полем человека, снимают эмоциональный стресс.

И в процессе диагностики, и при наблюдении за детьми в разных видах деятельности, отмечаем симптомы несформированности межполушарных взаимодействий:

- трудности переноса программ (действий, движений) с одной руки на другую;
- трудности освоения схемы собственного тела;
- трудности освоения схемы пространства и понимания расположения рисунка на листе;
- вектор работы исследования зрительного материала справа налево;
- трудности в выполнении действий двумя руками одновременно;
- зеркальность написания цифр, букв.

Регулярное использование кинезиологических техник в различных видах детской деятельности помогает создать новые нейронные сети и улучшают межполушарное взаимодействие у воспитанников. Это система быстрых, простых и специфичных движений, таких как:

- перекрестные движения рук;
- перекрестные шаги;
- рисование двумя руками одновременно;
- упражнение «Ленивые восьмерки»;
- пальчиковая гимнастика.

При проведении данных упражнений обогащается и словарный запас воспитанников по теме «Части тела» (схема собственного тела и тела человека, стоящего напротив; названия частей тела: локоть, пятка, стопа, кисть, плечо).

В результате систематической комплексной коррекционной работы прослеживается стабильная положительная динамика в психофизическом развитии дошкольников.

Многолетний опыт использования практикуемых нами техник свидетельствует об их эффективности: улучшились показатели в развитии межполушарного взаимодействия, общей двигательной сферы, ручного праксиса и артикуляционной моторики, сократился период вызывания и автоматизации звуков, процесс формирования фразовой речи.

По результатам обследования дошкольников 6 – 7 лет (на момент выпуска из ДОУ), можно сделать вывод, что более 90% воспитанников осваивают программный материал на высоком и среднем уровне (в группе детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата) и 60% дошкольников с задержкой психического развития имеют возможность обучаться в массовой школе.

Литература

1. Визель Т.Г. Ребенок и его развитие. – М.: В. Секачев. 2018. – 140 с.
2. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми. Часть 1. – М.: 2015.
3. Лурия А. Р. Лекции по общей психологии. – СПб.: Питер. 2006. – 320 с.
4. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ. – 2008. – 60 с.
5. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. – М.: ТЦ СФЕРА. 2001. – 48 с.