Кравченко Светлана Петровна, учитель –дефектолог(тифлопедагог)

Муниципальное Специальное (Коррекционное) Общеобразовательное Учреждение для детей с нарушением зрения (школа-детский сад) №44 г.Тирасполь Молдова(ПМР) E-mail: [shkolasad44@mail.ru](mailto:shkolasad44@mail.ru)

**«Практическое использование кинезиологических упражнений для развития когнитивных функций мозга на занятиях по развитию зрительного восприятия у слабовидящих младших школьников ».**

**Аннотация**

Статья посвящена проблематике, опыту, перспективе развития когнитивных функций мозга,посредством использования кинезиологических упражнений на коррекционных занятиях по зрительному восприятию у учащихся младших классов с ОВЗ. Благодаря адаптированной коррекционной программе раскрывается путь к освоению практических навыков, который помогает наполнить мир «особого ребенка» яркими, светлыми тонами.

**Ключевые слова:** когнитивные функции мозга;кинезиологические упражнения; развитие компенсаторных возможностей; дети с патологией зрения; коррекционные занятия по развитию зрительного восприятия; адаптированная коррекционная программа.

**Правополушарные люди за лесом, не видят отдельных деревьев,**

**а левополушарные за отдельными деревьями не видят леса.**

**(Б.Белый)**

Каждый человек рождается с определенным уровнем умения воспринимать информацию, наиболее активно проявляющимся в первые годы жизни.

Мозг человека представляет собой «содружество» функционально ассиметричных полушарий левого и правого. Каждое из них является не зеркальным отображением другого, а необходимым дополнением. Для того,чтобы творчески осмыслить любую проблему человеку необходимы оба полушария.

Детский мозг созревает в три этапа:

1(снизу вверх) внутриутробный - до 2-3 лет

2(справа налево) - от 3 до 7-8 лет

3(сзади наперед) - от 7 до 12-15 лет

Несформированность незрелого мозга выдает:

- бедность,однотипность движений тела в пространстве ,их недостаточная дифференцированная координация,неловкость;

-несформированность сенсомоторных координаций;

-несформированность пространственных представлений.

Когнитивные способности являются высшими функциями мозга, которые обеспечивают человеку возможность быть человеком . К ним относятся :

-мышление

-пространственная ориентация

-понимание

-вычисление

-обучение

-речь

-способность рассуждать.

Все мы знаем,что зрение,является основополагающей функцией человеческого организма. Некоторые дети рождаются с патологиями органов зрения, это отражается на их способности при знакомстве с окружающей средой и в дальнейшем развитии.

Для оптимальной адаптации ребенка с ограниченными возможностями во взрослой жизни необходимо направить особое внимание его развитию и воспитанию. Практическое использование кинезиологических упражнений для развития когнитивных функций на занятиях по развитию зрительного восприятия у слабовидящих младших школьников, в значительной мере повышает качество и скорость усвоения изучаемого материала у детей с ОВЗ.

В МС(К)ОУ №44«Тираспольская школа-детский сад для детей с патологией зрения, обучаются слабовидящие дети, у которых имеются по 3-4 сопутствующих диагноза (астигматизм, косоглазие, нистагм, амблиопия), дети инвалиды по зрению с сопутствующими заболеваниями, дети с нарушениями зрения. Для них в школе созданы  коррекционно-развивающая среда,здоровье сберегающая среда,которые обеспечивают сохранность физического и психического здоровья, созданы соответствующие условия для развития личности каждого ребёнка,формирования коррекционно-компенсаторных навыков, способствующих социальной адаптации воспитанников в обществе. Эта работа осуществляется в тесной связи педагогов со, специалистами психолого-педагогического сопровождения.

Одним из направлений коррекционной работы по развитию зрительного восприятия в нашей школе, является непосредственно коррекционный курс по развитию зрительного восприятия школьников (РЗВ),разработанный Плаксиной Н.Б.

Работа на коррекционных занятиях по развитию зрительного восприятия осуществляется по следующим направлениям:

-расширение и коррекция предметных представлений о предметах и явлениях окружающего мира ;

-совершенствование сенсорных эталонов ;

-развитие зрительно-моторной координации (ЗМК) ;

-расширение и автоматизация способов обследования предметов ;

-совершенствование зрительно-пространственного восприятия и восприятия глубины пространства ;

     -совершенствование умения воспринимать сюжетное изображение .

При работе на коррекционных занятиях особое значение уделяется когнитивным упражнениям ,которые увеличивают возможности усвоения информации ,потому как ,для детей с нарушениями зрения характерны:

- низкая концентрация ,устойчивость и объем внимания ;

- плохо скоординированные, недостаточно целенаправленные, неуверенные движения (с малым объемом движений);

- быстрое забывание, рассеянность, низкая скорость запоминания;

- признаки речевой расторможенности и вербализма (ребенок не умея дать ответ на конкретный вопрос об окружающем мире, составить простой рассказ по картинке,может очень много рассказывать на отвлеченные темы);

- повышенная эмоциональная ранимость, обидчивость, конфликтность, напряженность ;

- неспособность к пониманию эмоционального состояния собеседника и адекватному самовыражению;

Кроме медицинского обследования и прохождения физиопроцедур, активизирующих работу определенных участков мозга, систематическое выполнение кинезиологических упражнений, значительно увеличивает уровень запоминания изученного материала, развивает речь, память ребенка.

В действительности, как показывает практика, актуальность использования когнитивных упражнений для слабовидящих школьников не вызывает сомнения. Изучив множество различных пособий по развитию познавательных способностей и апробировав самые эффективные ,мы остановились на следующих авторах;

- Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: логика для младших школьников;

- Винокурова Н.К., Лифанов Т.Б. Развиваем способности детей;

- Данилов И.В. Система упражнений;

- ЯзыкановаЕ.В. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения;

- Истомина Н.Б. Учимся решать логические задачи

У данных авторов разработаны занятия, развивающие все познавательные процессы. Опираясь , на разработанные ими пособия мы выбрали упражнения, которые дают положительные результаты в работе по формированию разностороннего познавательного процесса у слабовидящих обучающихся. Во время коррекционного занятия кинеозиологические упражнения можно использовать на разных этапах работы.

Начиная с психологического настроя (релаксация «Лучики солнца»,«Погреем руки»), как основное задание (паззлы ,кроссворды ,лабиринты ,«Буква потерялась», «Что изменилось?» и т.д) ,использование двигательных гимнастик (перекрестные движения, прыжки в разных направлениях, нос –хлопок–ухо и многиедруг ие),дыхательные упражнения(«Свеча»,«Ныряльщик»), рефлексия(двойные рисунки в цветовом настроении являющиеся результами проделанной работы) ,так же продолжают развивать когнитивные функции мозга.

Необходимы умственные тренировки (заучивание и перечисление с детьми дней недели, времен года, месяцев в прямом и обратном порядке,чтение литературы с пересказами сюжетов, заучивание стихов).

Перерывы в работе позволяют мозгу усваивать только что полученные сведения. Глазодвигательные гимнастики являются обязательным компонентом коррекционной работы с детьми, имеющими нарушения зрения. Они проводятся несколько раз в течение дня от 3-х до5-ти минут. Важно проводить гимнастику после непрерывной зрительной нагрузки , в учебной , в бытовой, игровой деятельности, на прогулке, во время занятий, после занятий. В общей сложности зрительная гимнастика проводится до 6-ти раз в день во всех возрастных группах.Особая роль отводится зрительной гимнастике «Ленивые восьмерки».Регулярное выполнение этой гимнастики помогает ребенку стать внимательнее ,быстрее решать математические задачи ,запоминать иностранные слова ,быстрее читать ,и что немаловажно грамотнее писать.

Для каждого заболевания глаз характерна определенная группа упражнений. В своей работе мы применяем:

1.Упражнения для профилактики зрительного утомления.

2.Общеукрепляющие упражнения для глазо-двигательных мышц.

3.Упражнения для улучшения процесса аккомодации.

4.Упражнения на улучшение циркуляции крови.

5.Кинезиологические упражнения на расслабление «Пальминг»(с мячиком, флажок-рыбка-лодочка ,зайчик-колечко-цепочка и мн.др)

У учеников младших классов с патологией зрения к концу коррекционной работы с использованием когнитивных упражнений, формируются следующие предметные умения:

1. Самостоятельное выполнение заданного тифлопедагогом задания;
2. Проявление активности в получение знаний;

Умение контролировать собственные действия при выполнении задания.

Тифлопедагог может в значительной степени помочь методически и рекомендательно так же и родителям ребенка с ограниченными возможностями зрения, оказывая поддержку ребенку, имеющему когнитивные нарушения, это имеет очень важную роль в его дальнейшем развитии и обучении.

**Литература:**

- Винокурова Н.К., Лифанов Т.Б. Развиваем способности детей.- Росмэн 2002.

- Данилов И.В. Система упражнений./Развитие навыков учебной деятельности младших школьников.-М.: У Ц «Перспектива», 2001

- Истомина Н.Б. Учимся решать логические задачи.-М. Просвещение/Бином 2022.

- Истомина Н,Б. Программы Специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений IV вида для слабовидящих детей / ИКП РАО-М. «ГороД»1999г.

- Тихомирова Л.Ф. Упражнения на каждый день: логика для младших школьников.-М.Академия Развития 1998г.

- Языканова Е.В. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения.-М.Экзамен 2022