

**Государственное автономное учреждение Астраханской области  
«Научно-практический центр реабилитации детей «Коррекция и развитие»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО КУРСА  
«НЕЙРОДИНАМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА»**

**Составитель:**  
Акчунов Т.И.,  
педагог-психолог

Астрахань

## Пояснительная записка

Нейродинамическая гимнастика состоит из простых и доставляющих удовольствие упражнений. Этот комплекс рекомендуется использовать во время обучения детей, чтобы повысить навык целостного развития мозга. Упражнения облегчают все виды обучения и особенно эффективны для оптимизации интеллектуальных процессов и повышения умственной работоспособности. Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют запоминанию, повышают устойчивость внимания, помогают восстановлению речевых функций, облегчают процессы чтения и письма.

Научные исследования, проводимые психологами и нейрофизиологами, выявили, что определенные физические упражнения оказывают влияние на развитие интеллекта человека. На основании полученных выводов возникла новая система – Образовательная Кинезиология, направленная на изучение связей ум-тело, и оптимизацию деятельности мозга через физические движения. На теоретической базе образовательной кинезиологии американскими психологами Полом и Гейлом Деннисон была разработана программа Нейрогимнастики - "Гимнастика мозга". Это методика активации природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли.

С помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта.

Каждое из упражнений нейрогимнастики, способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения. В результате этого новый учебный материал воспринимается более целостно и естественно, как бы умом и телом, и поэтому лучше запоминается. Кроме этого упражнения для мозга также способствуют развитию координации движений и психофизических функций.

Под влиянием кинезиологических тренировок, в организме происходят положительные структурные изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Гимнастика мозга позволяет выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга. Нейрогимнастика - это универсальная система упражнений, она эффективна и для детей и для взрослых в любом возрасте. Но особенно актуально применение кинезиологических упражнений у детей с проблемами в развитии. Все движения комплексов ГМ воздействуют на различные системы управления организмом. Все их можно разделить на три блока: Упражнения, увеличивающие тонус коры головного мозга: дыхательные упражнения, массаж биологически активных точек.

**Цель программы:** повышение энергетики коры головного мозга.

Упражнения, улучшающие возможности приёма и переработки информации (движения конечностями перекрёстно-латерального характера).

Цель: восстановление нарушенных межполушарных связей и функциональной асимметрии мозга.

Упражнения, улучшающие контроль и регуляцию деятельности (движения и позы перекрёстного характера).

Цель: восстановление связи между лобным и затылочным отделами мозга, установление баланса между правым и левым полем человека, снятие эмоционального стресса.

Выполнение упражнений ГМ требует осмысленности и высокого уровня саморегуляции. Осуществление такого движения и доведение его до автоматизма возможно только при условии создания в коре г/м новых нейронных сетей, что в свою очередь расширяет резервные возможности мозга.

Система работы, опирающаяся на двигательные методы, наиболее оптимальна для коррекции отклонений и развития компенсаторных способностей.

Задачи:

- Овладение навыками восстановления, гармонизации и улучшения работы мозга
- улучшение интеллектуальных и творческих способностей,
- развитие долговременной и кратковременной памяти, концентрации внимания, формирование абстрактного мышления,
- снятие тревожности, нервного напряжения, гармонизация связи между телом и мозгом
- оптимизация внутренних ресурсов ребенка и повышение энергии тела.

Навыки чтения	Кнопки мозга; перекрестные шаги; ленивые 8-ки; прослеживание глазами за горизонтальной линией
Организация	Кнопки мозга; Выходим в космос
Активное слушание	Думающий колпак; слон; крюки Деннисона; крюки Кука
Понимающее чтение	Помпа; заземлитель
Выразительное чтение и пересказ	Вращение шеи; энергетическая зевота, перекрестные шаги
Координация «рука-глаз» : письмо, рисование	Ленивые 8-ки; алфавитные 8-ки; двойные рисунки; активация рук
Написание сочинений	Помпа; упражнения на координацию «рука-глаз»; энергетическая зевота
Правописание	Слон; думающий колпак; сова
Математика	Слон, сова, помпа, вращение шеи; двойные рисунки

### Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Краткое содержание занятий/целевые установки	Кол-во занятий
<b>Модуль 1. Формирование психомоторной координации детей с ограниченными возможностями здоровья</b>			
1.	Вместе веселей!	Ознакомление с комплексом нейрокоррекционных	1

		упражнений, развитие межполушарного мышления	
2.	На пути к математике	Развитие межполушарного мышления, математических способностей через комплекс нейропсихологических упражнений	1
3.	Правильные буквы	Развитие межполушарного мышления, навыков правописания через комплекс нейропсихологических упражнений	1
4.	В стране воображения	Развитие межполушарного мышления, навыков написаний сочинений и развития сферы воображения через комплекс нейропсихологических упражнений	1
5.	Пришел – увидел – нарисовал!	Развитие межполушарного мышления, координации глаз-рука, навыков письма и рисования через комплекс нейропсихологических упражнений	1
6.	Сказка слов и движений	Развитие межполушарного мышления, навыков выразительного чтения и пересказа через комплекс нейропсихологических упражнений	1
<b>Модуль 2. Формирование познавательной компетентности у детей с ограниченными возможностями здоровья</b>			
7.	Всезнайки	Развитие межполушарного мышления, навыков понимающего чтения через комплекс нейропсихологических упражнений	1
8.	Все вижу, все слышу!	Развитие межполушарного мышления, навыков активного слушания через комплекс нейропсихологических упражнений	1
9.	Сам могу!	Развитие межполушарного мышления, навыков самоорганизации и волевого самоконтроля через комплекс нейропсихологических упражнений	1
10.	Книга в движении	Развитие межполушарного мышления, навыков чтения через комплекс нейропсихологических упражнений	1
11.	Танки и танкисты	Развитие межполушарного мышления, закрепление полученных навыков в системе нейропсихологии	1
12.	Карлики-великаны	Развитие межполушарного мышления, закрепление полученных навыков в системе нейропсихологии	1
<b>Модуль 3. Формирование углубленной профилактики и коррекции речевого развития у детей с ограниченными возможностями здоровья</b>			
13.	Будь внимательней!	Развитие межполушарного мышления, развитие внимания	1
14.	В гости в зоопарк	Развитие межполушарного мышления, навыков самовыражения и уверенности в себе через выполнение кинезиологических упражнений в рамках нейрокоррекции	1
15.	Супергерои в строю	Развитие межполушарного мышления, закрепление полученных навыков в системе нейропсихологии	1
16.	В самостоятельное плаванье	Развитие межполушарного мышления, закрепление полученных навыков в системе нейропсихологии	1
		ИТОГО	16

## Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование оборудования	Количество
1.	Ноутбук	Д
2.	Колонки	Д
3.	Цветной принтер	Д
4.	Интерактивная доска	Д
5.	Наушники	Д
6.	Проектор	Д
7.	Мячи массажные	Д
8.	Магнитная доска	Д
9.	Экран	Д
10.	Мыльные пузыри	Д
11.	Воздушные шары	К
12.	Батут детский	К
13.	«Бочка» для сенсорной интеграции	Д
14.	Спортивный мат	Д
15.	Дорожка для массажа	Д
16.	Фитобол большого диаметра	Д
17.	Картон	П
18.	Ножницы	П
19.	Клей	П
20.	Карандаши цветные и простые	П
21.	Фломастеры	П
22.	Салфетки	П
23.	Бумага цветная	П
24.	Альбом	П

Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного на класс)

К – полный комплект (на каждого ученика класса)

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее одного на двух учеников)

П – комплект для работы в группах (один на 5-6 учащихся)

## Список литературы

1. Бадалян Л.О. Невропатология: учебник для студ. высш. учеб. заведений - М., 2007.
2. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М., 2003.
3. Микадзе Ю.В. Нейропсихология детского возраста. Учебное пособие. - СПб., 2008.
4. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста. Учебное пособие. - М., 2005.
5. Хомская Е.Д. Нейропсихология: Учебник для вузов. 4-е изд. - СПб., 2010.