

Развитие навыков саморегуляции у дошкольников. Нейропсихологический подход.

Составитель:
Педагог-психолог ГБДОУ
№2 Малик Н.М.



RoozeShadi.com

motivators.ru

Дети - это вечный двигатель,
вечный прыгатель, бегатель, скакатель, хвататель и хохотатель!

Функциональная система

- - любая психическая функция (и поведение в целом) реализуется благодаря функциональному воздействию различных зон мозга, т.е. любая функция реализуется через связь факторов, но эта связь может динамически меняться, переструктурироваться, что и создает возможности для компенсации функции в целом при нарушении отдельных факторов.
- *Можно активировать, создать новую нейронную связь.*

Этапы формирования психических функций в онтогенезе

возраст	Этапы развития головного мозга	функции
Зачатие-15 мес.	Стволовые структуры	Основная потребность- выживание- питание, укрытие, защита, безопасность. Сенсорное развитие вестибулярного аппарата, слуха, тактильных ощущений, обоняния, вкуса, зрения- основа для саморегуляции, спокойствия.

возраст	Этапы развития головного мозга	функции
15 мес.- 4,5 г.	Лимбическая система	Развитие эмоциональной и речевой сферы, воображения, памяти, овладение грубыми моторными навыками
4,5-7 лет	Правое (образное) полушарие	Обработка в мозге целостной картины мира на основе образов, движения, ритма, эмоций, интуиции, внешней речи, интегрированного мышления

возраст	Этапы развития головного мозга	функции
7-9 лет	Левое полушарие (логическое)	Детальная, линейная обработка информации, совершенствование навыков речи, чтения, письма, счета, рисования, танцевальных, восприятия музыки, моторики.
8 лет	Лобная доля	Совершенствование мелкой моторики, внутренней речи, контроля социального поведения. Развитие координации движений глаз: слежение, фокус.

Три функциональных блока мозга по А.Р. Лурия

- **I блок** регуляции тонуса и бодрствования (уровень **непроизвольной саморегуляции** и самоорганизации)
«Я хочу!» (от зачатия до 1,5 лет)

II блок приема, переработки и хранения информации
(операциональный)
«Я могу!»

III блок программирования,
регуляции и контроля сложных форм
деятельности
(уровень произвольной саморегуляции
самоорганизации)
«Я должен!»



1 блок мозга (1ФБМ) обеспечивает :

- тонус, энергичность, пластичность протекания психических процессов
- внутренние адаптивные ресурсы
- сенсомоторный контроль



Признаки нарушений в развитии 1-го блока мозга:

- истощаемость, утомляемость, вялость;
- эмоциональная неуравновешенность;
- это дети невротики, т.к. реагируют на любой стимул окружающего мира ,
- аллергии в самых разнообразных проявлениях;
- повышенная частота заболеваний,
- гипо- или гипертонус;
- Дети пишут «как курица лапой»,
- долго не могут научиться завязывать шнурки.
- двигательная неловкость;
- синкинезии (движения, присоединяющиеся к основным – движения языком во время письма);
- вычурные позы;
- дизартрии, дисграфии;
- сужение полей зрения;
- слабая (или полное отсутствие) конвергенция глаз.
- Часто богатая речь (более взрослая, чем надлежит в их возрасте),
- хорошо развитое мышление.

3 блок мозга (3 ФБМ)

Управляющий блок «Я должен»
Начинает свое развитие с 4 лет.

Функции:

1. Программирование, управление и контроль за протеканием психической деятельности:
 - Постановка и достижение целей
 - Контроль за выполнением
 - Самоконтроль за своим поведением и эмоциями
 - Сознательность, ответственность
2. Интеллектуальное развитие



Признаки ~~не~~ недостаточной сформированности 3 блока мозга

- ПЕРВОЕ что говорят о таких детях - их совершенно нельзя ничем увлечь, они безразличны ко всякого рода деятельности.
- ВТОРОЕ - они «пересчитывают всех ворон за окном». На языке нейропсихологии такое поведение называется полевым.
- Это дети с повышенной отвлекаемостью на любой стимул, который появляется в поле их зрения.
- У этих детей наблюдается тенденция к упрощению любой программы.
- Они не могут решать смысловых задач.
- В письме - это пропуски букв и недописывание слов, недоделывание упражнений.
- У этих детей крайне бедная речь.

Коррекция 1 ФБМ

- регуляция тонуса и бодрствования.

1. Общеукрепляющие мероприятия

Спорт, подвижные игры, ванны с морской солью, оздоровительные практики (у-шу, цигун и т.д.), полноценное питание, все витамины, минеральные вещества, массаж, самомассаж.

2. Выработка правильного дыхания. Лежа, сидя, стоя.

3. Дыхание с движением.

4. Массаж, самомассаж.

5. Растяжки,

6. Упр. на чередование напряжения и расслабления.

7. Релаксация.

8. Формирование и коррекция базовых сенсорных взаимоотношений (однонаправленных и разнонаправленных движений глаз, руки, ног, языка... Семенович А.В. Упр. Крестики)

9. Перекрестные движения, ладушки, различные варианты ползанья.



Релаксационные игры

Цель: развитие стрессоустойчивости у детей, саморегуляции.

Виды игр:

- игры с природным материалом
- игры на мышечное расслабление
- игры на дыхание
- медитативные игры, визуализация
- телесноориентированные игры

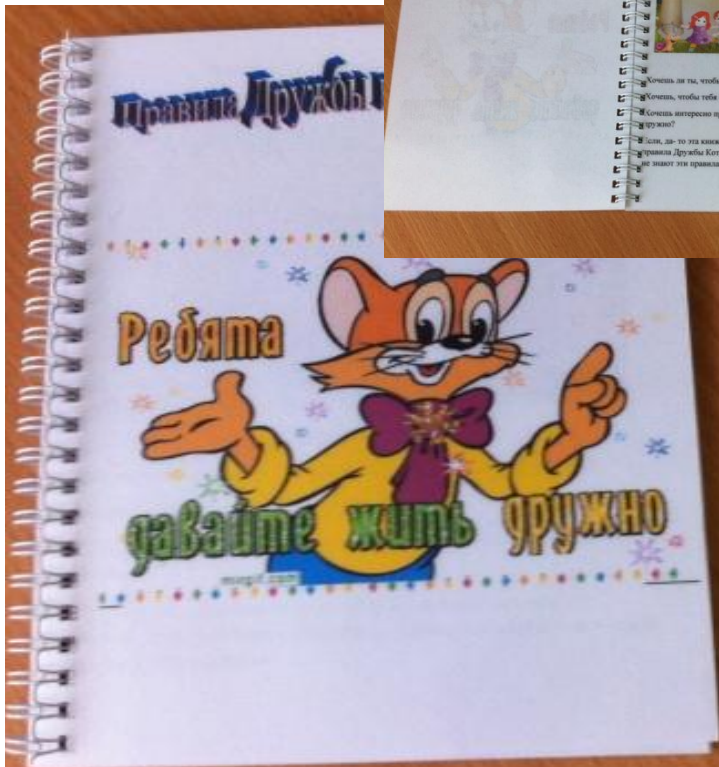
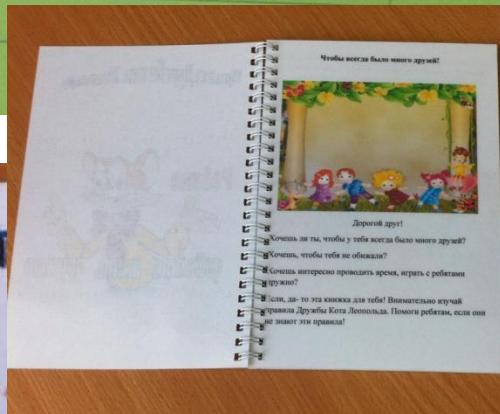


Коррекция 3 ФБМ

- 1. Разнообразные задания, где ребенку предлагается придумать, спланировать дело для друга, взрослого... При этом он должен объяснить, показать последовательность действий и цель другим так, чтобы они его поняли. А далее проконтролировать процесс выполнения задания и оценить результат, назвав допущенные ошибки и объяснив, как их можно было исправить.

Произвольная регуляция строится всегда на основе речевого опосредования (т.е. программу действий важно проговаривать)

2. Режим, ритуалы, нормы, правила.



3. Максимально использовать игры с правилами.

4. Игры и упр. на развитие внимания

- Найди отличия
- Корректирующие пробы
- Лабиринты
- 5. Игры и упражнения на преодоление поведенческих стереотипов (Запрещенное движение, Зеваки...)
- 6. Работа в режиме «глухой инструктор»
- В любой деятельности можно спросить «а что мы обычно делаем в этом задании?»
- 7. «Детекция ошибок» -ребенку дается заранее неправильная ситуация, которую он должен исправить (нелепицы, перевертыши)
- 8. Упр. на формирование причинно-следственных связей (пересказы, рассказы по серии картинок, составление сказок...)

Примеры игр для 3 ФБМ

- «Послушайте тишину»
- «Час можно и нельзя»
- «Черепаша» «Улитка»
- «Зеваки»
- «4 стихии»
- «Огонь-лед»
- «Тише едешь»
- «Море волнуется»
- «У оленя»
- «Колпак мой»



Воспитывай волю !
Это броня, сохраняющая разум.

Зарядка на развитие саморегуляции (1,3 ФБМ)

- Упр. на преодоление поведенческих стереотипов (3 ФБМ)
- - Зеваки. Движение по кругу. 1 хлопок – идем, 2 хлопка- руки в стороны, 3 хлопка - остановились.
- - Запрещенное движение.
- - 4 стихии.
- - Светофор. и т.д.
- 2. Массаж, самомассаж с мячиками, карандашами...(1 ФБМ)
- 3. Растяжки - потягивание (1 ФБМ).
- 4. Упр. на чередование напряжения и расслабления. (1 ФБМ)
- - «Тяжелая штанга»
- - «Насос и мяч»
- - «Огонь и лед»
- - «На палубе корабля»
- 2. Упр. на дыхание. (1 ФБМ)
- Релаксация (1 ФБМ)
- - «Теплый ветерок»
- - «Солнышко согревает ...»
- Коррекция базовых сенсомоторных взаимодействий (1 ФБМ)
- - Упр. «Крестики» - глаз-рука
- - Перекрестные движения
- - Ладушки
- - ползание – «Черепашки»
-
-



Главное - верить в себя!

Мнение окружающих меняется ежедневно....



ЖИЗНЬ-ЭТО ТО,
что ты делаешь с ней. Сделай это красиво!

Спасибо за внимание !