**НЕЙРОУПРАЖНЕНИЯ В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ, ИМЕЮЩИМИ ОВЗ**

**Хисамиева Лейсан Зиннуровна**

**Учитель-дефектолог**

**МБДОУ детский сад «Аленка»**

**п.г.т. Южно-Курильск**

**Аннотация.** Статья посвящена применению нейроупражнений в коррекционно-развивающей работе с дошкольниками, имеющими ограничения в жизнедеятельности (ОВЗ). В ней рассматриваются цели нейроупражнений, такие как улучшение моторных и когнитивных навыков, а также развитие эмоциональной устойчивости и социальных компетенций. Описываются методики проведения нейроупражнений, включающие игровые задания, комбинированные упражнения и сенсорные стимуляции, которые делают занятия привлекательными и эффективными. Статья подчеркивает положительное влияние нейроупражнений на психоэмоциональное состояние детей, их самооценку и академическую успеваемость.

**Введение.** Коррекционно-развивающая работа с дошкольниками, имеющими ограничения в жизнедеятельности (ОВЗ), требует особого подхода и применения разнообразных методов. Одним из наиболее перспективных направлений в этой области являются нейроупражнения, которые помогают развивать различные аспекты когнитивной, моторной и эмоциональной сфер у детей с особыми образовательными потребностями.

**Понятие нейроупражнений.** Нейроупражнения представляют собой специфические физические и интеллектуальные задания, направленные на активизацию нейропластичности мозга. Нейропластичность — это способность мозга изменяться и адаптироваться в ответ на опыт, что особенно важно для детей с ОВЗ, поскольку их развитие может быть замедленным или искаженным. Нейроупражнения способствуют формированию новых нейронных связей, улучшению координации движений, развитию памяти и внимания.

**Цели нейроупражнений в коррекционной работе.** Основными целями применения нейроупражнений являются:

1. **Улучшение моторных навыков**: Упражнения развивают координацию, равновесие и общую физическую активность детей. Например, через игры с мячом или конструктором можно развивать мелкую и крупную моторику.
2. **Развитие когнитивных функций**: Задания помогают развивать память, внимание и логическое мышление. Это может включать в себя упражнения на запоминание последовательностей действий или решение простых логических задач.
3. **Эмоциональная поддержка**: Нейроупражнения способствуют снижению тревожности и повышению самооценки, что особенно важно для детей с ОВЗ. Техники, которые развивают осознанность и эмоциональную регуляцию, помогают детям лучше справляться с трудными ситуациями.
4. **Социальные навыки**: Работая в группе, дети учатся взаимодействовать друг с другом, что способствует развитию навыков коммуникации и сотрудничества.

**Методика проведения нейроупражнений.** Нейроупражнения могут быть включены в игровую деятельность, что делает их более привлекательными для детей. Важно учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и адаптировать упражнения под его способности.

1. **Игровые задания**: Например, игра «Повтори за мной» включает в себя выполнение различных движений, которые ребенок должен повторить. Это развивает как физическую активность, так и внимание. Другие примеры могут включать игру с использованием музыкальных инструментов, где дети следуют ритму и движению.
2. **Комбинированные упражнения**: Задания, которые требуют одновременного выполнения двигательных и умственных действий, например, раскладывание фигур по цвету и форме, активизируют мозговую деятельность. Это также может включать в себя задачи на нахождение предметов по описанию, что развивает зрительное восприятие и внимание.
3. **Медитация и релаксация**: Простые техники дыхания и релаксации помогают детям научиться контролировать свои эмоции и снижать уровень стресса. Можно использовать визуализацию, например, представление о «светлом месте», где ребенку комфортно и спокойно.
4. **Нейросенсорные стимуляции**: Использование различных материалов и текстур (песок, вода, глина) помогает развивать сенсорные навыки, что критически важно для детей с ОВЗ. Сенсорные занятия способствуют интеграции информации из различных источников и помогают детям лучше понять окружающий мир.

**Результаты и преимущества.** Исследования показывают, что регулярное выполнение нейроупражнений значительно улучшает качество жизни детей с ОВЗ. Дети становятся более уверенными в себе, легче адаптируются в социальных ситуациях и демонстрируют более высокие результаты в обучении. Кроме того, такие занятия способствуют формированию положительного отношения к физической активности.

1. **Психологические изменения**: Повышение самооценки и уверенности в себе. Дети, которые занимаются нейроупражнениями, часто показывают меньшее проявление стресса и тревоги, что положительно сказывается на их общем эмоциональном состоянии.
2. **Социальные взаимодействия**: Нейроупражнения, проводимые в группах, способствуют развитию навыков общения и взаимодействия с окружающими. Дети учатся работать в команде, что может значительно улучшить их социальные навыки.
3. **Академическая успеваемость**: Развитие когнитивных функций напрямую связано с учебной деятельностью. Дети, занимающиеся нейроупражнениями, показывают лучшие результаты в обучении, так как у них улучшается память, внимание и способность к решению задач.

**Заключение.** Нейроупражнения являются эффективным инструментом в коррекционно-развивающей работе с дошкольниками, имеющими ОВЗ. Их внедрение в образовательный процесс позволяет не только улучшить физическое и психическое развитие детей, но и создать поддерживающую и мотивирующую среду. Используя нейроупражнения, специалисты могут значительно повысить эффективность своей работы и помочь детям реализовать их потенциал. Комплексный подход, сочетающий физическую активность, когнитивные задания и эмоциональную поддержку, обеспечивает всестороннее развитие и гармоничное взросление детей с особыми образовательными потребностями.