

## Нейропсихологические подходы к занятиям с детьми дома Советы родителям



В последние десятилетия компьютерный экран всё более подменяет для малышей физическую активность, предметную и продуктивную деятельность, игру, общение с близкими взрослыми, обуславливая недоразвитие моторики и пространственного образа себя, телесного самовосприятия.

Большинство современных детей не возятся дома с отцами на полу, не играют в жмурки, а на улице зимой - в «царя горы» и снежки, не строят снежные крепости, летом не прыгают через скакалки, не играют в «резиночку», «классики», «вышибалы», не строят из спичек «колодцев», а из карт - «пирамид», не мастерят перочинным ножом деревянные мечи и кинжалы, не выжигают картины на фанере и не выпиливают лобзиком.

Все эти развлечения естественным образом развивали и совершенствовали общую и тонкую моторику. Их заменило азартное игровое манипулирование двумя пальцами на планшете. И, как следствие, современные дети психически, физически, соматически ослаблены.

Трудности в обучении, странное поведение, возбудимость, ранимость ребенка - эти и другие особенности связаны с механизмами работы мозга и нервной системы. Справиться с этими трудностями детям помогают нейропсихологические методы.

Применение методов нейропсихологии особенно важно в дошкольном возрасте, когда мозг ребенка активно развивается и создается фундамент работы нервной системы. Если не заниматься подготовкой как следует, незаметные пока особенности поведения повлияют на жизнь ребенка в школьном возрасте, когда корректировать отклонения в развитии будет гораздо сложнее.

Нейропсихологические игры и упражнения не только помогут подготовить ребенка к школе, но и легко встроятся в повседневную жизнь, занятия или обычные игры.

### **Разминки-физкультминутки**

*«Железные объятия».* Крепко обнимите ребенка с захватом целой ладонью, запястьями (как лапой медведя, ластой дельфина), предложите ребенку из этих объятий выкарабкаться.

Борьба с папой на ковре, освобождение конечностей из «капкана», «наручников», езда на папе-лошадке «по кочкам», прыгания на «батуте» (на пружинном матрасе), перепрыгивание через «ручей» (со стула или с дивана в объятия взрослого).

*«Вода-земля».* Сделайте «берег». Это может быть верёвка, плинтус, край ковра, пледа или любая другая вещь, которая обозначит границу.

Предложите ребенку встать на «землю». Взрослый говорит: «Вода», ребенок прыгает на другую сторону. «Берег» - возвращается на «землю». Взрослый может прыгать вместе с ребенком, командуя: «Вода», «Земля», «Вода», «Земля».



Затем, измените последовательность: «Вода», «Земля», «Земля», «Вода». Если ребёнку сложно переключаться моментально, то можно предложить ему проговаривать действия вслух. Речь поможет сосредоточиться.



Разложите на полу веревочку и предложите ребенку пройти от одного конца к другому, наступая только на веревочку.

Попросите ребенка попрыгать или постоять на одной ноге (можно это делать с закрытыми глазами и под разнообразную музыку). Чередуйте левую и правую ногу и одновременно закрепляйте понятия «лево-право».

Поиграйте в «животных» с ползанием, ходьбой на четвереньках, прыганием, скаканием и т.п.

«Полоса препятствий». Полосу можно сделать из стульев, подушек, использовать ортопедические коврики, обручи, кубики и т. д. Чем сложнее, тем лучше. Предложите ребенку проанализировать полосу и выбрать ту траекторию движения, по которой он успешно справится с заданием. Полосу можно проходить ползком попластунски, перелезть через неподвижные и подвижные преграды.

«Перенос и передача предмета». Предложите ребенку перенести и передать яблоко, мячик, мягкую игрушку и т.п., удерживая подбородком, плечом, локтевым сгибом, коленями.

«Слепые шаги». Предложите ребенку завязать глаза и встать спиной к взрослому. «Если я дотронусь до головы, сделай шаг вперед, если дотронусь до правого плеча – шаг вправо, если до левого плеча – шаг влево, если дотронусь до спины – сделай шаг назад».

Такая игра отлично развивает быстроту реакции, ловкость, умение ориентироваться в пространстве, опираясь на слух.

### **Качели и карусели**

Качели и карусели - больше, чем просто развлечение. Когда ребенок катается, у него работают разные зоны головного мозга, в том числе мозжечок.

Используйте это: улыбайтесь, закрепляйте позитив, просите во время катания рассказать стихотворение, четко проговорить проблемные звуки, посчитать прохожих, деревья. Так вы укрепите положительные нейронные связи между образовательной деятельностью и интересным занятием, сформируете мотивацию к изучению цифр, букв, проговариванию разных звуков.



### **Упражнения на взаимодействие между полушариями мозга**

Чтобы успешно развивать интеллект, важно активизировать оба полушария головного мозга. В этом помогают одновременные или последовательные движения разными частями тела. Выполнять активности можно стоя, сидя или даже лежа.



Попросите ребенка совершить одновременно одинаковые движения двумя руками, например, сжимать кулаки и разжимать, затем сжимать и разжимать кулаки по очереди.

Научите совершать разные движения - указательным пальцем правой руки писать на столе букву В, а указательным пальцем левой руки - букву С.

Предложите ребенку выполнять задания, чередуя правую и левую руки.

### **Как сочетать нейропсихологические методы с обычными занятиями**

В нейропсихологии важен комплексный подход. Старайтесь задействовать разные типы восприятия - зрение, обоняние, осязание, слух и вкус. Это позволяет развивать максимальное количество элементов нервной системы.

Вот пример нейропсихологического подхода при изучении цифры 4:

- покажите яркий рисунок цифры - это развивает зрительный анализатор и зрительную память;

- попросите ребенка нарисовать четыре предмета - это также задействует зрительный анализатор, правое полушарие у левшей;

- предложите написать цифру прописью - это развитие моторики пальцев;

- попросите ребенка присесть 4 раза, хлопнуть в ладоши 4 раза, подпрыгнуть 4 раза - это поможет снять физическую усталость, повысить мышечный тонус, развить уровень осознания частей тела и вестибулярного аппарата;

- предложите ребенку с закрытыми глазами угадать, какие цифры вы нарисовали пальцем на руке, на спине, на ладошке - это развивает тактильную чувствительность, передает нервные импульсы от кожных покровов в головной мозг, создает эмоциональную привлекательность нового знания;

- вылепите вместе с ребенком цифру 4 из пластилина - так развиваются зрительное и тактильное восприятие, которые напрямую связаны с мозговой активностью;

- спойте вместе песню про цифру 4 или произнесите нараспев слово «четыре» - работает слуховая память, фонематическое восприятие, ритмика;

- нарисуйте пальцами цифру 4 на песке, на манке, в воздухе - это разовьет тактильные ощущения и зрительную память;

- предложите ребенку на ощупь с закрытыми глазами в мешочке найти цифру 4 среди других цифр.

Выполняя такие упражнения, ребенок не будет утомляться, проведет время весело и интересно, а главное - качественно усвоит каждую тему благодаря образованию крепких, многочисленных нейронных связей.

Развивайте мозг ребенка с помощью несложных нейропсихологических игр и приемов, это поможет комплексно подготовить нервную систему к новому жизненному этапу - школе.



**Удачи вам и вашим детям!**

Учитель-дефектолог Панкратова Наталия Евгеньевна