

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребёнка - детский сад»**

**Нейропсихологические методы психолого-педагогического сопровождения детей с  
ограниченными возможностями здоровья**

Составитель:  
Муллаянова Р.Р.,  
педагог–психолог МАДОУ ЦРР –  
детский сад

Применение методов нейропсихологии особенно важно в дошкольном возрасте, когда мозг ребенка активно развивается и создается фундамент работы нервной системы.

В рамках нейропсихологического подхода существуют **два основных направления нейропсихологической коррекции:**

**1. Первое направление - когнитивная нейропсихологическая коррекция**, направлена на развитие и коррекцию познавательных функций и входящих в них компонентов. В этом направлении акцент ставится на развитие слабого звена при опоре на сильные звенья в ходе специально организованного взаимодействия ребенка и взрослого, где взрослый сначала берет на себя функции слабого звена ребенка, а затем постепенно передает их ребенку, выстраивая 8 задания от простых к сложным, от совместного к самостоятельному действию. Адекватные по сложности задачи, предъявляемые в определенной последовательности, оптимальная помощь со стороны педагога при постоянном ее сокращении является необходимыми условиями эффективности коррекционно-развивающего обучения.

**Когнитивная коррекция** способствует развитию познавательных функций — внимания, памяти, речи, мышления. Основная цель когнитивной методики — оказать помощь в овладении познавательными навыками, научить преодолевать трудности, которые ребенок испытывает в общении с окружающим миром. Также чрезвычайно эффективно это направление для развития пространственных представлений, мелкой моторики, пространственного восприятия, развитие графомоторных навыков (это различные настольные игры).

**2. Второе направление нейропсихологической коррекции связано с движением, в частности, применяется метод “замещающего онтогенеза”.** Данное направление нацелено на формирование базовых основ, предпосылок познавательных функций. В нем используются методы моторной коррекции или телесно-ориентированные методы, направленные на восстановление контакта с собственным телом, снятие телесных напряжений, развитие невербальных компонентов общения, а также собственно когнитивные методы, направленные на преодоление трудностей в усвоении образовательной программы и формирование ВПФ. Воздействие на сенсомоторный уровень с учетом общих закономерностей онтогенеза вызывает активизацию в развитии всех высших психических функций. Так как сенсомоторный уровень является базальным для дальнейшего развития ВПФ, в начале коррекционного процесса отдается предпочтение именно двигательным методам, которые активизируют мозговой метаболизм и являются триггерным механизмом восстановления взаимодействия между различными уровнями и аспектами психической деятельности. Развитие базальных функций праксиса, гнозиса, памяти, а также процессов саморегуляции создает базовые предпосылки для полноценного участия этих процессов в овладении чтением, письмом, математическими знаниями и волевой регуляцией психической деятельности.

**Показания к занятиям в зависимости от возраста**

С 2-3 лет, если диагностируют задержку в развитии речи. С ребенком нужно работать над запоминанием новых слов, пополнением их запаса. Уделяют внимание развитию речевого аппарата. Необходимо работать над мелкой моторикой, потому что она напрямую связана с речью.

В 3-4 года, когда детей зачислят в младшую группу дошкольного учреждения, малышам нужно учиться играть вместе, познавать мир.

В 5–7 лет дети должны осваивать первые навыки письма, знакомиться с книгами, рассматривать картинки и пробовать читать, учить стихи.

## **Выделяют несколько основных видов нейрогимнастических упражнений.**

Используются они с учетом возраста и имеющихся проблем:

- **Артикуляционные.** Этот блок упражнений задействуют, когда имеют место задержки речевого развития, проблемы с произношением. Элементы нейрогимнастики включают в логоритмику. Это эффективная методика коррекции речевых нарушений и развития речевых навыков у детей, которая представляет собой микс из проговаривания различных слов, напевания песенок, ритмичных движений (ходьбы, марширования) и танцев под музыку. В первую очередь, этот блок направлен на улучшение произношения слов и предложений. Работа ведется с детьми, у которых выявили ЗРР и другие проблемы с речью.
- **Глазодвигательные.** Своеобразная зарядка. Она помогает расширить зрительное восприятие, избавляет от синкинезии – это рефлексорные движения глаз, возникающие при сокращении мышц какой-либо части тела, конечности.
- Способствуют развитию взаимодействия левого и правого полушарий головного мозга, расширяют возможности зрительного восприятия (благодаря этому ребенку становится легче воспринимать информацию, например, на уроках в школе).
- **Двигательные в сочетании с растяжками.** Дают ребенку возможность лучше понимать свое тело, научиться им управлять, координировать свои движения, ориентироваться в пространстве. Растяжки помогают снять излишнее напряжение в мышцах (при гипертонусе), улучшают восприятие новой информации, облегчают развитие навыков письма и чтения. Если говорить просто, то они помогают ребенку лучше подружиться со своим телом, научиться хорошо управлять им, располагать в пространстве так, как хочется или нужно. Можно использовать на тренировках определенные тренажеры – с учетом личности несовершеннолетнего, его особенностей.
- **Дыхательные.** Способствуют насыщению крови и тканей кислородом, нормализации дыхания, за счет чего снижают излишнюю эмоциональную возбудимость, гиперактивность, успокаивают ЦНС. Ребята меньше переживают, становятся более усидчивыми, им проще управлять своими эмоциями. Направлены на то, чтобы ткани ребенка насыщались кислородом в достаточном количестве. Дыхательная гимнастика имеет также целью выровнять мышечный тонус и снизить эмоциональную возбудимость. Казалось бы, ничего особенного. Но ткани и органы лучше работают, потому что в нужных объемах получают кислород, успокаивается центральная нервная система. В результате несовершеннолетний становится более усидчивым, не переживает.
- **Направленные на развитие когнитивных навыков.** Улучшают внимание, память, развивают мыслительные способности, логику. Дети учатся сосредотачиваться, работать, не отвлекаясь. Это упражнения на внимание, память, логику и концентрацию. Ребенок учится мыслить, работать долго, не отвлекаясь и т.д.

При выполнении упражнений всегда продвигаются от простого к сложному. Систематические занятия благоприятно влияют на психическое развитие, на эмоциональное и физическое состояние ребенка, делают его более уверенным в себе.

**Фитбол и балансировочные доски.** Существует связь между работой вестибулярного аппарата и навыками речи, эмоциональной стабильностью и учебными успехами. За работу вестибулярного аппарата отвечает мозжечок, а его стимулируют упражнения на фитболе и балансировочных досках. Чтобы встроить такие упражнения в обычные занятия, замените в начале урока привычный стул на фитбол на 5–7 минут — это вызовет интерес у ребенка и поможет дополнительно сконцентрироваться на необходимости удерживать тело. Прodelайте то же самое во второй половине занятия, если заметили усталость дошкольника. Предложите ребенку попружинить на фитболе и с помощью взрослого выполнить на большом мяче разные двигательные упражнения на спине, на животе.

**Разминки-физкультминутки.** Удачно встраиваются в обычные занятия ребенка небольшие разминки-физкультминутки. Есть целая группа упражнений на удержание равновесия, которые вовлекают в игру и также стимулируют работу мозжечка.

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

Попросите ребенка попрыгать или постоять на одной ноге. Чередуйте левую и правую ногу и одновременно закрепляйте понятия «лево-право».

Предложите ребенку постоять на одной ноге, не качаясь, с закрытыми глазами под разнообразную музыку, постепенно увеличивая длительность упражнения от занятия к занятию.

На детской площадке попросите детей походить по бревнышкам, узким дорожкам, обязательно помогите им.

**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 трудно запоминаемое стихотворение, проговорить четко проблемные звуки, посчитать прохожих, деревья. Так вы укрепляете положительные нейронные связи между образовательной деятельностью и интересным занятием, формируете 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.

Научите совершать разные движения — указательным пальцем правой руки пишем на столе букву В, а указательным пальцем левой руки – букву С.

Предложите ребенку выполнять задания, чередуя правую и левую руки.

### **Как сочетать нейропсихологические игры 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 такого 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 поприседать 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, осознание разных частей тела, передает нервные импульсы от кожных покровов в головной мозг, создает эмоциональную привлекательность нового знания;
- слепите вместе с ребенком цифру 4 из пластилина — так развивается зрительное восприятие, тактильное восприятие пальцами рук, которое напрямую связано 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, в манке, в воздухе — опять же тактильные ощущения и зрительная память;
- на ощупь с закрытыми глазами в мешочке ищем именно фигуру 4 среди других цифр — тактильные ощущения и успокоение нервной системы.

Выполняя такие упражнения, ребенок не утомляется, проводит время весело и интересно, а главное — качественно усваивает каждую тему благодаря образованию крепких многочисленных нейронных связей. Развивайте мозг ребенка с помощью несложных нейропсихологических игр, это поможет комплексно подготовить нервную систему к новому жизненному этапу — школе.

### **До 1 года**

В первые 12 месяцев жизни малыш активно знакомится с окружающим миром — тщательно его ощупывает, пробует на вкус, внимательно слушает речь родителей. Из доступных для крохи упражнений наиболее полезны массаж и водные процедуры (плавание).

## От 1 года до 2 лет

Нейроупражнения для «годовасиков» просты и немногочисленны:

- сказки и стишки (главное — не количество прочитанного, а повторение знакомых историй);
- игра с кубиками и другими небольшими игрушками (для развития моторики). Такие элементарные «развлечения» помогают функциональному развитию крохи.

## 3-4 года

Продолжается период активного формирования речи, поэтому очень важны упражнения, которые развивают мелкую и крупную моторику, правильную артикуляцию. Полезны следующие игры и упражнения: игра в «Угадай, что это?». Необходимо предложить малышу различные предметы (игрушки, фрукты, цветы), попросить его угадать, что это за предмет;

- **Игра в «Точки и линии».** На белом листе бумаги нарисуйте различные фигуры с помощью точек и линий, и попросите малыша соединить точки линиями, чтобы получилась изображенная фигура;
- **Игра в «Мозаику».** Нарисуйте на листе бумаги различные формы (круги, квадраты, треугольники) и попросите малыша заполнить каждую форму разноцветными кружочками или квадратиками;
- **«Собери пазл».** Нарисуйте на листе бумаги картинку и вырежьте ее на несколько частей. Попросите малыша собрать эту картинку, соединив все части в правильном порядке.
- **«Ладушки».** Начинать можно с классических всем знакомых простых и перекрестных хлопков, затем усложнять комбинации.
- **«Клювики».** Руки ребенка превращаются в «клювики» — для этого нужно просто сложить вместе кончики пальцев. Суть упражнения — раскрыть ладошку одной руки, «поклевать» с нее «клювиком», сложенным из другой руки, затем поменять руки и повторить движение.
- **«Канатоходец».** Для этого упражнения понадобится реквизит — веревка, которую нужно разложить на полу. Ребенку нужно представить, что он стал канатоходцем и должен пройти по канату, который натянут в воздухе. Его задача — аккуратно переставляя ножки и плотно прижимая их к веревке, пройти по канату.
- **«Свеча».** Перед ребенком нужно поставить зажженную свечу. Задача малыша — сделать глубокий вдох, а затем изо всех сил выпустить воздух через вытянутые губы, чтобы задуть свечку. Упражнение повторяют несколько раз, каждый раз немного отодвигая горящую свечу от ребенка.

## 4-5 лет

Работая с детьми этой возрастной группы, можно использовать упражнения, рассмотренные ранее, только усложнив их, нарастив темп. Но в коррекционной программе появляются и задания посложнее — направленные на тренировку внимания, памяти, на развитие связей между полушариями мозга. игра в «Запомни и повтори». Попросите ребенка запомнить некоторую последовательность (например, цвета радуги: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий и фиолетовый) и повторить ее самостоятельно;

- **Упражнение на внимание.** Разложите на столе несколько предметов и попросите ребенка запомнить их. Затем уберите один из предметов и попросите ребенка назвать, который пропал;
- **Упражнение на развитие мелкой моторики.** Предложите ребенку нарисовать свою игрушку или любимый персонаж из мультфильма, используя карандаши или краски;
- **Упражнение на развитие пространственного мышления.** Попросите ребенка нарисовать схему своей комнаты или дома, используя пропорциональный масштаб и разные цвета;
- **Игра в «Собери слово».** Нарисуйте на листе бумаги картинки с начальными звуками слов (например, картинку яблока для звука «я»). Попросите ребенка соединить картинки, чтобы получилось слово.
- **«Река и берег».** Чтобы обозначить границу между «водой» и «сушей», на полу раскладывают веревку. По команде взрослого ребенок «ныряет» в «реку» или выбирается на «берег». Начинают выполнять упражнение с простой последовательности команд. Затем задача усложняется — взрослый пытается запутать малыша, меняя порядок команд или «подсказывая» неправильный вариант.

- **«Пинг-понг».** В этой игре будет двое участников и потребуется «теннисный» стол. Игровое поле нужно разделить пополам — мысленно или нарисовать границу при помощи цветного скотча. Взять теннисный шарик (как вариант — просто скомкать листок бумаги), положить его на середину стола. Перед игроками стоит задача задувать шарик на половинку противника до тех пор, пока он не упадет со стола.
- **«Капитан».** Упражнение на координацию движений. Одну руку нужно сжать в кулак, большой палец поднять вверх (показать «лайк»). Другую руку нужно поднести ко лбу — изобразить козырек. Задача — менять руки. Чтобы усложнить задание, между сменой позиций добавить хлопок.

### 5-7 Лет

В этом возрасте дети начинают учиться писать, считать, читать, возрастает учебная нагрузка. Нужны упражнения, которые помогают активировать работу головного мозга, развивают мелкую моторику, узнавание цветов и форм. Попросите ребенка назвать цвет объекта или его форму, например: "какого цвета яблоко?" или "что нарисовано на картинке - квадрат или круг?";

- **Счет до 10 и обратно.** Попросите ребенка сказать числа от 1 до 10 и обратно, затем усложняйте задание, добавляя числа или меняя порядок;
- **Выделение непохожих предметов.** Выложите перед ребенком несколько предметов разного размера, цвета и формы. Попросите выделить те, которые не похожи на остальные;
- **Развитие памяти.** Показывайте ребенку картинки с разными изображениями и просите его запомнить, а затем найти одну конкретную на другой картинке;
- **Развитие внимания.** Попросите ребенка найти и отметить все объекты определенного цвета или формы на картинке;
- **Построение простых предложений.** Попросите ребенка объяснить, что он делает в данный момент, используя простые предложения.
- **«Колечко».** Нужно изобразить кольцо из пальцев — большого и указательного, а затем быстро менять пальчики — до мизинца. Сначала упражнение делают одной рукой, затем — другой, а немного потренировавшись, задействуют одновременно обе руки.

**«Мама ничего не знает».** Задача ребенка — объяснить маме, что нужно делать — дать ей пошаговые инструкции. Например, как сделать бутерброд или как пройти в комнату.

### Универсальный комплекс упражнений для развития детей включает:

1. Игры на развитие мелкой моторики: использование пуговиц, ниток, цветных блоков, пазлов и других игрушек, помогает улучшить координацию и точность движений рук.
2. Игры на развитие зрительной перцепции: распознавание и сочетание цветов, фигур, форм и рисунков, игры с карточками и геометрическими фигурами, помогают улучшить способность замечать и анализировать детали.
3. Игры на развитие внимания: использование лабиринтов, кроссвордов, головоломок и игр с движением, помогает укрепить и улучшить способность сосредотачиваться и концентрироваться на задачах.
4. Игры на развитие логического мышления: использование конструкторов, логических игр и головоломок, помогает улучшить способность анализировать и решать сложные проблемы.
5. Игры на развитие памяти: использование карточек, ассоциативных игр, игр с повторением и подражанием, помогают улучшить способность запоминать и воспроизводить информацию.
6. Игры на развитие речи: использование игр с картинками, сказками, рифмами и словесными играми, помогают улучшить способность произносить и понимать слова, развивать словарный запас и улучшать артикуляцию.

**Эти универсальные упражнения могут быть адаптированы к различным возрастным группам и помогут развивать ряд неврологических навыков, которые являются важными в повседневной жизни малышей.**