

# **Нейропсихологический подход в развитии и коррекции школьных трудностей у детей в домашних условиях.**

## **Простые и полезные игры и задания**

Раньше дети много гуляли, дышали свежим воздухом, снабжая мозг кислородом. Бегали, прыгали, развивая пространственные представления, вестибулярный аппарат и межполушарные связи сами. Самым желанным подарком на день рождения были велосипед или самокат – отличные нейротренажеры, заставляющие два полушария мозга работать одновременно. Зимой были игры в снежки, катание с горок, строительство снежных крепостей и снеговиков – вот вам и сенсорная интеграция. А еще все эти игры – это и коммуникативные навыки, они учат придерживаться определенной программы/правил, переключать внимание, учат самоконтролю. Все это очень важно для обучения в школе.

Эти мысли и опасения связаны с тем, что можно наблюдать вокруг и с чем мы сталкиваемся в своей практике. Сегодня наблюдается большой дефицит двигательной функции, все больше детей демонстрируют задержку или искажение двигательного развития. А ведь именно движение является базисом высших психических функций, на котором строятся все остальные.

Двигательное развитие ребенка должно идти в четкой последовательности, важен каждый из нижеперечисленных этапов:

1. Ребенок проходит через родовые пути.
2. Малыш лежит на спине, затем на животе.
3. Умеет поднимать голову и охватывать глазами пространство.
4. Научается переворачиваться с одного бока на другой, на живот.
5. Ребенок начинает ползать по-пластунски.

6. Начинает поднимать руки, умеет упираться.
7. Постепенно садится.
8. Ребенок начинает ползать/передвигаться на четвереньках.
9. Начинает вставать сначала с помощью рук, а потом самостоятельно.
10. Постепенно начинает ходить сначала с помощью опоры или взрослого, а затем самостоятельно.

*После года двигательное развитие и дальше идет своим чередом.*

Все эти этапы очень значимы, они запускают ряд ключевых механизмов работы мозга. И если ребенок пропускает один из них, то, соответственно, оказывается пропущенным и важный период развития мозга. Искажение двигательной сферы приводит к искажению речевого развития, а оно, в свою очередь, к эмоциональной деформации. Такие дети, взрослея, начинают испытывать трудности овладения письмом, усвоения образа букв и цифр, формирования разрядности числа.

Если ребенок ведет активный образ жизни, много двигается, посещает спортивные секции, танцевальные кружки, то компенсация может произойти сама собой. Компенсировать пропущенные этапы двигательного развития можно с помощью занятий. Нейропсихологические игры могут использовать не только специалисты на своих занятиях, но, и родители в домашних условиях. На первый взгляд упражнения «сенсомоторной коррекции», выглядят банальными и даже малоубедительными, но решают очень важные задачи: ребенок учится чувствовать свое тело и пространство вокруг, развивается зрительно-моторная координация (глаз-рука, способность точно направлять движение, что важно при письме и не только), формируется правильное взаимодействие рук и ног.

Прежде чем приступить к нейропсихологическим упражнениям, убедитесь, что ребёнок в хорошем настроении. Не настаивайте и не перегружайте ребенка занятиями, иначе достичь нужного эффекта не получится. Комбинируйте разные упражнения, чередуйте подвижные и спокойные игры. Начинайте с простых и доступных для ребенка, чтобы он видел, что может с ними справиться. Постепенно добавляйте более сложные упражнения. Достаточно проводить занятия до получаса, главное – регулярно, тогда результат будет всегда. Без регулярности результата не бывает, либо он очень слабый и его не очень заметно. Не акцентируйте внимание на том, что не получается и не забывайте хвалить ребёнка за успехи. И помните – это игра, где есть место веселью, никакой «обязаловки».



## **Звезда**

*Упражнение на понимание своего тела, на работу со схемой тела, на развитие регуляции, умение удерживать программу (инструкцию).*

Ребенок лежит в форме звезды. Взрослый называет части тела (например, правая рука или левая нога и т.д.), на счет раз, задача ребенка напрячь названную часть тела, а на счет два, расслабить. Именно на раз, напрячь, именно на два, расслабить. Ребенку бывает трудно определить, где право, где лево – упражнением закрепляем и эти знания. Можно попросить ребенка потянуться (дотянись до моей руки правой ногой, дотянись до моей правой руки своей левой рукой и т.п.). Работаем с тонусом (с умением напрягать и расслаблять свое тело). Учиться чувствовать свое тело – это важно.

### **1 вариант игры на сенсорную интеграцию**

*Упражнение поможет нам работать с вестибулярным аппаратом (здесь мы постоянно меняем положение головы в горизонтальной плоскости, поворачивая ее налево–направо и в вертикальной плоскости – вверх–вниз), что положительно влияет на развитие координации движений. Учимся управлять предметами, минимально затрачивая энергию, если движение идет от кисти, тогда идет работа зрительно-моторной координации (координация глаз–рука). Работаем с пространством – огибаем кегли то с лева, то справа у большого количества детей есть с этим трудности.*

Набор игрушек (кегли, мячи – разные по размеру, по весу, из разных материалов, клюшка или гимнастическая палка).

Задача, управляя клюшкой (для усложнения задания можно взять гимнастическую палку) провести мяч между кеглями. Каждый раз мяч будет разный, а значит, будет разная сила толчка. Поэтому держа клюшку в руках, нужно будет совершенно по-разному ею управлять.

Легкие мячи ведем более аккуратно, удары будут легкими, если это будет тяжелый мяч, он так быстро не покатится, ребенку придется применить силу. Часто ребенок всем своим телом пытается двигать клюшку, в этом случае надо остановиться и показать, как вы это будите делать и вместе с ребенком проанализировать то, что он делает. Иногда стоит снять на видео процесс, когда ребенок видит себя со стороны ему легче понять, о чем говорят.



**2 вариант** Набор тот же, но, без клюшки, работаем ногами. Надо прокатить мяч, управляя им двумя ногами – то левой, то правой. Задача сложнее – провести мяч одной ногой (только левой или только правой).

Эти упражнения в быту могут заменить: подметание веником, работа шваброй, управление пылесосом (в разной

деятельности здесь будет разная сила нажима, по разному будет двигаться тело, будет развиваться координация, зрительно–моторная, в том числе, будет работать и вестибулярный аппарат, учимся управлять своим телом).

Можно протирать пыль (для этого нужно проанализировать силу, с которой нужно это делать, поверхность может быть горизонтальной и вертикальной с какими-то поверхностями надо быть аккуратнее (например, зеркало, стекло)).

### **Дорожка**

***Учимся управлять своим телом, работает вестибулярный аппарат.***

Дорожку можно проложить из любых материалов (веревочек, канатиков, ленточек и др.) вдоль дорожки с обеих сторон стоят разовые стаканчики.



Задача ребенка пройти по дорожке держа перед собой корзину или коробку с мячиками. Дойдя до очередного стаканчика, надо наклониться вправо или влево и положить мячик в стаканчик. Кажется, все очень просто, достаточно много места, но ребенок идет и качается, а если поменял положение, наклонился, чтобы положить мячик, теряет устойчивость.

Если ребенок маленький можно к каждому стаканчику посадить животное и стараться «накормить» животных. Для усложнения: можно на дорожке разложить кирпичики (или другие препятствия) и посмотреть может ли ребенок удержаться на них, или стараться их перешагнуть.

### **Игра в бадминтон**

***Работает вестибулярный аппарат, происходит постоянное изменение положения головы и по вертикали, и по горизонтали, развиваются пространственные представления.***



Начинать надо с воздушного шарика. Стоим напротив друг друга. Мы не играем друг против друга, мы не соперники – мы одна команда. Мы проигрываем тогда, когда шарик дважды или трижды (зависит от того, как мы договоримся перед началом игры) упадет на пол.

Наша задача видеть друг друга и анализировать, с какой силой мы отбиваем шарик, смотрим, где находится твой партнер и ударить так, чтобы шарик полетел в его сторону. Ребенок поднимает руку, в этом упражнении начинает работать рука. Для усложнения можно попробовать играть другой рукой (не ведущей).

*Воробьева Ирина Викторовна педагог-психолог ОЦДК*