**Мастер-класс для педагогов**

**«Применение нейропсихологических методов и приемов для детей с ОВЗ»**

***Цель***: распространение профессионального опыта в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

З***адачи:***

* создание условий для профессионального общения по вопросу обучения и развития детей с ОВЗ;
* дать понятие нейропсихологических приемов и их значение для общего развития детей с ОВЗ;
* показать практические варианты нейропсихологических приемов работы с детьми с ОВЗ.

**Основные этапы мастер-класса:**

1. Введение. Постановка педагогической проблемы.
2. Основная часть. Применение нейропсихических приемов при работе с детьми с ОВЗ.
3. Рефлексия.

**Введение**

С каждым годом увеличивается количество детей в дошкольных организациях с различными нарушениями развития, которые нуждаются в специализированной помощи. Такое направление как нейрокоррекция в игровой форме может помочь ребенку справится с проблемой.

Что же такое нейрокоррекция?

Нейрокоррекция- это комплекс специальных психологических методик, которые направлены на переструктурирование нарушенных функций мозга и создание компенсирующих средств. Это необходимо для того, чтобы ребенок мог в дальнейшем обучаться и контролировать свое поведение.

Эффективность нейропсихологического (психомоторного) подхода доказана наукой и практикой. Он является здоровьесберегающей и игровой технологией. Нейропсихологический подход предполагает коррекцию нарушенных психических процессов (внимания, памяти, мышления, речи и др.), эмоционально-волевой сферы ребёнка через движение.

***Цели нейропсихологической коррекции:***

* развитие высших психических функций;
* функциональная активация подкорковых образований мозга;
* обеспечение и регуляция общего энергетического, активационного фона, на котором развиваются все психические функции;
* стабилизация межполушарного взаимодействия;
* обеспечение приемов и тонкого анализа модально-специфической информации (тактильной, двигательной (кинестетической, динамической), зрительной, слуховой;
* обеспечение регуляции, программирования и контроля психической деятельности.

Нейропсихологическая коррекция предполагает включение различных видов упражнений:

* дыхательные упражнения;
* упражнения -растяжки;
* глазодвигательные упражнения;
* упражнения для артикуляционного аппарата;
* упражнения для развития мелкой моторики рук;
* упражнения релаксационные;
* упражнения для развития коммуникативной и когнитивной сферы;
* упражнения с правилами и т.д.

Данные нейропсихологические упражнения направлены на работу с детьми, с общей моторной неловкостью, неустойчивостью и истощаемостью нервных процессов, снижением памяти, внимания, общей работоспособности, двигательной заторможенностью или расторможенностью, эмоционально-волевыми проблемами, трудностями формирования пространственных представлений, речевых процессов.

Для начала необходимо провести диагностику, для выявления уровня развития ребенка, и в дальнейшем, опираясь на полученные данные, мы можем подобрать блок конкретных упражнений для работы с тем или иным ребенком.

Хотелось бы предложить вашему вниманию некоторые нейропсихологические упражнения, которые можно использовать в работе с детьми.

Начинать занятие можно с **дыхательных упражнений.** Они направлены на восстановление нормального дыхания, успокаивают и способствуют концентрации внимания, оптимизируют газообмен и кровообращение, вентиляцию всех участков легких, массажа органов брюшной полости, что способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия.

Отработку дыхательных упражнений лучше всего начинать со стадии выдоха, после чего, выждав естественную в цикле дыхания паузу и дождавшись момента, когда появится желание вдохнуть, сделать глубокий вдох ртом или носом так, чтобы было приятное ощущение вдоха. На этапе освоения глубокого дыхания ребенку предлагается положить руку на область диафрагмы и почувствовать, как на вдохе рука поднимается вверх, а на выдохе опускается вниз.

Следует помнить, что правильным дыханием является полное дыхание, т.е. сочетание грудного и брюшного дыхания; выполнять его нужно сначала лежа, потом сидя, и наконец стоя. Пока ребенок не научится дышать правильно, рекомендуется положить его руку на грудь, другую на живот (сверху зафиксировать их руками взрослого) для контроля за полнотой дыхательных движений.

**«Вдох-выдох»**

Усложняются одновременным движением частей тела, задержкой дыхания. Во время команды взрослого «вдох» ребенок делает через нос (рот закрыт) поднимает ладонь одной руки вверх (пальцы «смотрят» вверх) и опускает ладонь другой руки вниз (пальцы «смотрят» вниз). Во время команды взрослого «выдох», ребенок делает выдох через широко открытый рот и меняет положение ладоней.

**«Дышим под счет»**

Ребенок ложится на спину. Руки вытянуты вдоль туловища, ноги лежат прямо (перекрещивать нельзя). Глаза смотрят в потолок. Глубокий вдох через нос (рот закрыт) и шумный выдох через открытый рот. При вдохе живот надувается, при выдохе втягивается. Ребенок, лежа, делает ряд глубоких вдохов и громких выдохов ртом с задержкой дыхания под счет: «Вдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два), выдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два)». Единица счета равна одной секунде. Упражнение выполняется 5-8 раз.

**«Пин-понг»**

Для упражнения необходимо 2 участника. Участники становятся напротив друг друга возле стола. Без помощи рук необходимо передавать мячик друг другу, т.е. дуть на него.

**«Лабиринт»**

На листе А4 частники рисуют лабиринт или можно использовать готовый лабиринт). Из маленького кусочка бумаги делаем мячик. Ставим на старт, дуя на мячик ребенок доводит до финиша.

**Глазодвигательные упражнения** позволяют улучшить восприятие, способствуют активизации зрительных отделов мозга, зрительного внимания, их можно эффективно использовать перед письменными заданиями.

Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие, стимулируют работу специализированной области мозга, контролирующей мышление, речь и поведение.

В комплекс включены упражнения на отслеживание предмета глазами на разных уровнях и по пяти основным направлениям: право, лево, верх, низ, к переносице (сведение глаз к центру) и от переносицы, а также по четырем вспомогательным (диагональным) направлениям. При отработке глазодвигательных упражнений для привлечения внимания ребенка используются какие-либо яркие предметы..

**«Конвергенция -1»** (*можно использовать ручку или карандаш в качестве предмета слежения)*

Упражнение выполняется лежа. Поднять предмет на уровень вытянутой руки ребенка, прямо над переносицей. Медленно двигать предмет к переносице, добиваясь того, чтобы оба глаза смотрели на него. Выполнить 2 раза. Затем добавляем движение языком. Выполнить 2 раза. Затем одновременно и глаза, и язык двигаются синхронно, затем врозь.

**«Горизонтальная восьмерка»**

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.

**«Слон»**

Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперёд, как хобот. Рука рисует «Ленивую восьмёрку», начиная от центра зрительного поля вверх и против часовой стрелки; при этом глаза следят за движением кончиков пальцев. Упражнение выполнять медленно от трёх до пяти раз левой рукой, прижатой к левому уху, и столько же раз правой рукой, прижатой к правому уху.

**Кинезиологические упражнения**

Развивают межполушарное взаимодействие, способствуют активизации мыслительной деятельности.

**«Колечко»**

Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

**«Ухо – нос»**

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо и нос, лопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

**Растяжки и упражнения двигательного репертуара.**

Растяжки – система специальных упражнений на растягивание, основанных на естественном движении. Они нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость) мышц. Гипертонус, как правило, проявляется в двигательном беспокойстве, эмоциональной лабильности, нарушении сна. У детей с гипертонусом ослаблено произвольное внимание, нарушены двигательные и психические реакции.

Специально подобранные упражнения способствуют регуляции вегетативных нарушений, коррекции патологических изменений, созданию фундамента активной мышечной деятельности.

***«Бревнышко»***

Ребенок лежит на спине, руки кладутся над головой, кисти соединены, пальцы «смотрят» вверх. Его просят перекатываться по полу направо, а потом налево. Обращается внимание на то, что «бревнышко» должно катиться ровно. Если ребенка все время «сносит», его просят закрыть глаза и внимательно последить, «что с чем соревнуется и что у него что обгоняет — ноги, руки, голова с плечами и т.д.» и скорректировать движения. Если ребенок не замечает, что его «сносит» в сторону, или не может самостоятельно исправить этот крен, ему дают внешние ориентиры – рисунок на ковре, линия стены и т.п. Полезно периодически останавливать ребенка и просить, закрыв глаза, «подровнять» свое тело. Помогите ему стабилизировать свои ощущения, фиксируя его тело руками.

**«Полетели»**

Ребенок  ложится на спину в виде «звезды» (разводит руки и ноги в стороны). По команде  «Полетели!» ребенок должен поднять руки и ноги в воздух (не высоко), растопырить пальцы рук, высунуть язык и тянуть руки и пальцы рук в разные стороны, язык (не сжимая  его губами и зубами). По команде «Опустились!» ребенок опускает руки и ноги на пол и расслабляет все тело. Команды чередуются. Ребенок  «летит»,  пока взрослый считает (хлопает в ладоши) до пяти и отдыхает такое же время.

**«Активные растяжки»**

Ребенок лежит на спине, руки вверху, над головой, ноги вместе. По команде руки тянутся вверх, а ноги и мысочки- вниз. По другой команде — руки и ноги расслабляются.

**«Дотянись»**

Ребенок лежит на животе. Взрослый, сидя перед ним, держит предмет перед ребенком, а ребенок тянется к нему к нему сначала правой рукой, а потом левой. Затем взрослый, сидя у его ног, просит дотянуться до предмета ногами — сначала правой, а потом левой.

При выполнении **телесных упражнений** развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Многие упражнения выполняются в трех пространственных направлениях. Освоив горизонтальное положение тела (упражнения лежа), ребенок постепенно переходит к освоению вертикального положения тела (выполнение упражнений сначала сидя, затем стоя).

**«Передай мяч»**

Дети становятся в круг, у каждого в правой руке находится мяч, на 1,2,3 – мяч передают партнеру справа. В тоже время мяч оказывается в левой руке от партнера, перекладываем мяч со своей левой руки в правую руку, и продолжаем упражнение.

**«Игра с мячом»**

Ребенок держит один мячик подбородком , второй мячик передает из правой руки в левую под ногой, а из левой руки в правую над ногой. При этом постоянно идет. Каждый шаг это передача мяча.

**«Повтори за мной»**

Ребенок стоя на балансире, повторяет все действия педагога. Держи мячик перед собой, возьми в правую руку, переложи в левую руку, подними над головой. Повтори все также с закрытыми глазами.

**Коммуникативные упражнения.**

Они бывают трех типов:

*Индивидуальные упражнения*направлены на восстановление и дальнейшее углубление контакта с собственным телом, невербальное выражение состояний и отношений.

*Парные упражнения*способствуют «открытости» по отношению к партнеру, т.е. способности чувствовать, понимать и принимать его.

*Групповые упражнения*дают ребенку навыки взаимодействия в коллективе через организацию совместной деятельности.

*Индивидуальные упражнения*

**«Приседание с мячом»**

Ребенок стоит возле двери либо стены спиной. Кладется мяч между спиной ребенка и стеной. Держа таким образом мячик, ребенок должен приседать и подниматься обратно.

**«Попади в цифру»**

Ребенок стоя на балансире, должен попасть мячиком в нужную цифру, которые расположены на другой доске.

**«Игра с мячом на балансире»**

Ребенок стоя на балансире, играет в мяч с педагогом. Ловит сначала двумя руками, затем одной ( руки чередовать).

*Парные упражнения*

**«Зеркало».**

Дети разбиваются на пары и становятся лицом друг к другу. Один из них делает замедленные движения с мячом, другой должен стать его точным «зеркальным» отражением.

**«Слепой и поводырь».**

Дети делятся на пары: один из них — слепой (ребенок закрывает глаза), а другой — поводырь. Держась за руки, они молча передвигаются по залу, не сталкиваясь с другими парами. Задача поводыря — познакомить слепого с окружающим его пространством (заполненным различными предметами); позволить ему получить максимум информации, оберегая при этом от возможных опасностей. Поводырю необходимо учитывать характер слепого, его темперамент. Задача слепого — максимально «вслушиваться» в поводыря, повторяя его действия и невербальные указания

**«Передай»**

Участники стоя в кругу передают передают мешочек по кругу, у кого оказывается мешочек, говорит: «**От топота копыт**». Параллельно ногами передается шайба, у кого оказывается, говорит: «**Пыль по полю летит**». Сначала упражнение проводится поэтапно, сначала, только мешочек, потом только шайба, затем все вместе.

**Упражнения по визуализации.**

Упражнения по визуализации способствуют воссозданию зрительных, слуховых, знаковых, осязательных, обонятельных и других образов. Визуализация происходит в обоих полушариях головного мозга, что эффективно развивает мозолистое тело. Упражнения могут выполняться с закрытыми глазами.

**Упражнения для релаксации (снятие напряжения).**

Упражнения на релаксацию проводятся как в начале занятия — с целью настройки, так и в конце — с целью интеграции приобретенного в ходе занятия опыта. Они способствуют расслаблению, самонаблюдению, воспоминаниям событий и ощущений и являются единым процессом.

**Упражнение «Минуты релаксации»**

 «Сядьте в удобное положение. Расслабьтесь. Теперь закройте глаза и слушайте меня. Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находитесь возле тихого  озера. Слышны лишь ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, и это заставляет вас чувствовать себя все лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите щебет птиц и стрекотанье кузнечика. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух чист и прозрачен. Вы ощущаете всем телом тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро.

Вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам лень шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете…А теперь открываем глаза. Мы снова в школе, мы хорошо отдохнули, у нас бодрое настроение, и приятные ощущения не покинут нас в течение всего дня».  «Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу:  зайчик на лбу, на носу, на ротике, на щеках, на подбородке - нежно погладь его ладонями. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Погладь голову, шею, одну руку, вторую. Погладь его и подружись с ним. Ты отдохнул».

Благодаря использованию в работе с нейропсихологических методов и приемов могут быть достигнуты следующие результаты:

1. повысится общая работоспособность;
2. улучшится внимание (устойчивость и концентрация), память, мышление;
3. улучшится качество освоения учебного материала;
4. проявятся необходимые социально-поведенческие навыки взаимодействия, благодаря повышению уровня саморегуляции и самоконтроля;
5. будут развиваться творческие способности ребенка.

Нейропсихологическая коррекция – одна из наиболее эффективных технологий работы, позволяющая получить результат и в познавательном развитии, и в развитии регулятивных функций, а также способствует эмоциональному, личностному и коммуникативному развитию детей.