

Использование нейропсихологических игр и упражнений для развития высших психических функций у детей дошкольного возраста.

Автор: Шалапугина Галина Ивановна, педагог психолог

Организация: Муниципальное автономное
дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад комбинированного вида № 4 «Солнышко»

Населенный пункт: Свердловская область г. Арамиль

Аннотация

Избранная тема ориентирована для педагогов дошкольных учреждений, которые каждый раз задаются вопросом: чем мы можем помочь ребенку в преодолении трудностей в развитии.

С каждым годом увеличивается количество детей в ДОУ с различными нарушениями развития, которые нуждаются в специализированной помощи. Вся нагрузка ложится на педагогов дошкольных учреждений. Применение системы упражнений с нейрокоррекционным воздействием, может оказать положительное воздействие на сформированность мозговых процессов детей, при условии правильной организации этой технологии. Такой подход способствует достижению возрастных нормативов в общем развитии.

Эффективность нейропсихологического подхода доказана наукой и практикой, который относится к здоровьесберегающим технологиям. Данный подход предполагает коррекцию нарушенных психических процессов (*внимания, памяти, мышления, речи, эмоционально-волевой сферы ребёнка через движение.*)

Ключевые слова: нейропсихология, игра, дошкольник, коррекция.

В статье представлено применение в работе педагога-психолога игр и упражнений с детьми дошкольного возраста как с нормотипичными детьми, так и различными нарушениями развития. С использованием в работе педагога нейропсихологических игр и упражнений решаются следующие задачи:

1. Ребенок учится чувствовать пространство свое тело.
2. Развивается зрительно-моторная координация (*глаз-рука, способность точно направлять движение*)
3. Формируется правильное взаимодействие ног и рук.
4. Развивается слуховое и зрительное внимание.
5. Ребенок учится последовательно выполнять действия.

Улучшение мозгового кровообращения, развитие новых нейронных связей в коре головного мозга, приводит к повышению стрессоустойчивости, обучаемости, адаптированности, снижению конфликтности, возбудимости. Применение методов нейропсихологии особенно важно в дошкольном возрасте, когда мозг ребенка активно развивается и создается фундамент работы нервной системы.

Причинами несформированности межполушарного взаимодействия могут послужить:

- болезни матери, стресс (примерно с 12 недель беременности);
- родовые травмы;
- болезни ребёнка в первый год;

- общий наркоз;
- малоподвижный образ жизни.

Признаками несформированности межполушарного взаимодействия у детей дошкольного возраста могут быть: *проблемы с памятью, общением, работоспособностью, задержка речи, нарушения психомоторного развития, сна, аппетита неловкость движений, заторможенность или гиперактивность, аутизм и другие состояния аутистического спектра, несобранность, повышенная утомляемость, отсутствие познавательной мотивации, проблемы с освоением письма, чтения, счета.*

Межполушарное взаимодействие – это особый механизм объединения левого и правого полушария в единую интегративную, целостно работающую систему. Развитие межполушарных связей построено на упражнениях и играх, в ходе которых задействованы оба полушария мозга. Одним из вариантов межполушарного взаимодействия является работа двумя руками одновременно, в процессе чего активизируются оба полушария, и формируется сразу несколько навыков: согласованность движений рук и согласованность движений глаз.

Для эффективности межполушарного взаимодействия занятия желательно проводить регулярно в первой половине дня, без пропусков, в доброжелательной обстановке.

Преимущества использования нейроигр и упражнений:

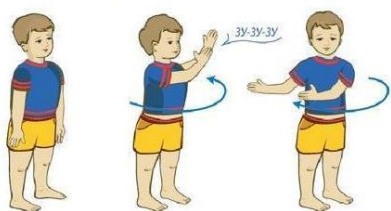
- игровая форма обучения;
- эмоциональная привлекательность;
- многофункциональность;
- формирование стойкой мотивации и произвольных познавательных интересов;
- формирование партнерского взаимодействия между ребенком и педагогом.

Нейропсихологические игры и приёмы, используемые на индивидуальных и подгрупповых занятиях с детьми.

Виды игр и упражнений на развитие межполушарных связей:

- o Дыхательные;
- o Телесные перекрестные упражнения;
- o Кинезиологические упражнения.
- o Упражнения для развития мелкой моторики рук;
- o Развитие коммуникативной и когнитивной сферы
- o Релаксационные упражнения (растяжки);

Дыхательные упражнения снимают эмоциональное напряжение, уменьшают чувство тревоги, обеспечивают энергией клетки мозга, развивают самоконтроль и произвольность.



Упражнение «Выйдем покосить траву». И.п.: Ноги на ширине плеч и руки опущены. На вдохе ребенок отводит руки вправо, скручивая тело и как бы замахиваясь косой. На выдохе машет руками влево, говоря «Ух-Ух-Ух».

Упражнение «Мышка и Мишка». У Мишки дом большой, ребенок встает на носочки, тянется руками вверх и делает вдох. А у Мышки домик маленький. Чтобы его изобразить, нужно сесть на корточки, опустить голову между колен и при этом сделать выдох со звуком «Ш-Ш-Ш».

Телесные перекрестные упражнения



Важно активизировать оба полушария головного мозга. В этом помогают одновременные или последовательные движения разными частями тела. С помощью специального комплекса двигательных и дыхательных игр и упражнений ребёнок обучается чувствовать своё тело, контролировать свои движения, вовремя начинать и прекращать их, двигаться плавно и чётко.

На занятиях использую упражнения: «Перекрестные шаги», «Ухо-нос»,



Кинезиологические упражнения направлены на развитие общей двигательной координации, формирование крупных содружественных движений двумя руками и ногами, развитие координации рук и ног, развитие крупной моторики, развитие межполушарных связей в упражнениях по развитию мелкой моторики рук, одновременное использование речи и движений.

Упражнения: «Кулак — ребро — ладонь», «Колечки», «Дом - ёжик - замок», «Попробуй, повтори».



Такие упражнения улучшают контроль и регулирование деятельности.

Игра «Проводник», «Математический коврик»



Растяжки нормализуют тонус мышц. Выполнение растяжек способствует преодолению у детей гипотонуса мышц (вялость, зажимов и гипертонуса – повышенного двигательного беспокойства. Ниже приведены примеры растяжек.



Растяжка «Кобра» И.П.– лежа на животе. Руки согнуть в локтях, ладонями упереться в пол на уровне плеч. Детям предлагается представить себя в виде кобры: Медленно поднять голову, постепенно выпрямляя руки и приоткрывая рот; Приподнять верхнюю часть туловища, прогнуть спину, ягодицы и ноги при этом должны быть расслаблены; Вернуться в исходное положение и расслабиться, не задерживая дыхание.



Растяжка «Поза кошки-коровы». Эта растяжка хороша для позвоночника, а также укрепляет мышцы живота. Начинайте на четвереньках с позвоночником и шеей в нейтральном положении. Спина должна быть плоской, как гладильная доска. Глаза должны смотреть прямо в пол. Вдохните, опустите живот вниз и медленно поднимите шею и голову вверх.

Растяжка «Широкий охват». Это упражнение работает мышцами рук и плеч. Встаньте с широко расставленными, вытянутыми руками, большие пальцы рук — указывают вниз. Осторожно оттяните руки назад, словно сжимая мяч между лопатками. В качестве альтернативы, медленно поворачивайте руки так, чтобы пальцы указывали вверх. Задержать на несколько секунд, затем вернуться в первую позицию. И снова, плавно отводим руки назад.



Фитбол, балансировочные доски, качели, карусели

Существует связь между: работой вестибулярного аппарата и навыками речи, эмоциональной стабильностью и учебными успехами. Данные упражнения стимулируют вестибулярный аппарат и мозжечок. Выполняя действия, ребенку желательно улыбаться, закрепляя позитив, можно проговаривать и закреплять сложную информацию, так как эти приятные ощущения укрепляют положительные нейронные связи и легко усваивается любая информация.

Коммуникативные упражнения направлены на восстановление и дальнейшее углубление контакта с собственным телом, способствуют «открытости» по отношению к партнёру, чувствовать, понимать и принимать его, дают возможность ребёнку навыки взаимодействия в коллективе через организацию совместной деятельности.

Игра «Присядь сосед». Развитие общения между детьми. Парные и групповые упражнения формируют навыки совместных действий, способствуя лучшему пониманию друг друга.

Игровые технологии повышают интерес и мотивацию, помогают не бояться ошибок, развивают коммуникацию. Ведь игра — это естественное состояние и потребность любого ребенка.

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

Для развития межполушарных связей полезно играть со специальными тренажерами (*межполушарными досками*). Это приспособление сделано из дерева и выглядит как два зеркально отраженных лабиринта. Ребенку нужно передвигать два бегунка одновременно. Эта игра стимулирует работу обоих полушарий головного мозга, влияет на синхронизацию работы глаз и рук, а также развивает концентрацию, усидчивость, внимательность и мелкую моторику.

Игра «Умные дорожки», где нужно также провести одновременно пальцами обеих рук по дорожке.

Дидактическое пособие «Умные дорожки»



Двуручное рисование



« Умные точки». Перед ребенком расположены цветные точки, на которых изображены жесты. В основе лежит двуручная деятельность: одна рука нажимает на точку, другая показывает жест, соответствующий цвету точки.



Игра «Веселые пальчики» ,



Здесь ребенок называет картинку и поднимает пальчик с нужным цветом. Сначала играем с одной картинкой на две руки, а затем на каждую руку используем разные картинки.

«Веселые палочки»



«Нейротаблицы на внимание». В данных играх необходимо одновременно двумя руками находить одинаковые объекты слева и справа. Объекты могут быть абсолютно разные: дикие и домашние животные, цифры, числа, алфавит и т. д. Можно играть всей группой на скорость. Можно делиться на команды или научить детей играть вдвоем. Также в эту игру можно играть одному.

В заключение хочется подчеркнуть, что систематическое использование нейропсихологических упражнений и игр оказывает положительное влияние на коррекцию обучения, развитие интеллекта, улучшает состояние физического здоровья, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

Выполняя такие упражнения, ребенок проводит время весело и интересно, а главное — качественно усваивает каждую тему благодаря образованию крепких многочисленных нейронных связей.

Полезные рекомендации

Чтобы упражнения принесли максимальную пользу, нужно следовать нескольким правилам:

- Не стоит сразу ожидать результатов. Начинать тренировки следует с концентрации внимания на одной из функций. Нужно быть терпеливым, ведь у ребенка не сразу может получаться, он будет

отвлекаться. Не стоит одергивать малыша, ему после того сложнее концентрироваться. Только терпение и усилия приведут к положительному результату.

-Нельзя переутомлять и перевозбуждать ребёнка. Нужно периодически переключать внимание ребенка, меняя виды игр, но делать это не слишком часто. Важно также соблюдать режим дня, обеспечить полноценный сон, спокойную обстановку.

-Установить внешние рамки. Ребенку нужно точно объяснить, что можно, а что нельзя. Стоит учитывать, что ребенок долго ждать не может, поэтому поощрения и наказания должны проявляться вовремя. Это может быть доброе слово, небольшой сувенир, но все должно быть предоставлено вовремя.

-Начинать занятия лучше индивидуально. Когда ребенок немного привыкнет, можно вводить его в групповые игры. Если сразу начать заниматься в группе, ребенку сложно сосредоточиться, он смотрит на других детей и копирует их ошибки.

-Во время работы лучше использовать сразу несколько игр: для развития внимания, для снятия напряжения, для регуляции воли, для закрепления результатов.

Литература:

1. Семаго Н.Я. Методика формирования пространственных представлений у детей дошкольного и младшего школьного возраста. — М.: Айрис, 2007. -112с.
2. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста. -М.: Генезис, 2008. -319с.
3. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. -М.: Генезис, 2010. -474с.
4. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками — развиваем речь. — М.: Центрполиграф, 2002. -32 с.