

Нейропсихологический подход в развитии ребенка.

Подготовила: Поскотина Ю.А., учитель-логопед

Сегодня все чаще можно услышать о том, что дети имеют те или иные отклонения в речевом и психическом развитии (слишком активны или, наоборот, слишком медлительны. Не могут концентрироваться, слишком возбудимы, раздражительны и т. д.). Помочь в коррекции такого поведения могут нейропсихологические упражнения для детей). Что это и какие упражнения?

Нейропсихология- это сравнительно молодое направление. Предмет нейропсихологии - исследование связей между работой мозга и происходящими психическими процессами.

Соответственно нейропсихологическая гимнастика- специальный комплекс упражнений, помогающий корректировать те или иные психофизиологические нарушения.

Как они могут помочь ребенку?

В общем смысле нейропсихологические занятия с детьми помогают развивать у них способность к произвольному планированию своих действий, а также их регулировке и контролю. Позволяют повысить концентрацию внимания, продуктивно его распределять, научиться управлять своими психическими процессами.

Существует несколько видов упражнений, направленных на решение разных задач по развитию психомоторных координаций. Основные из них следующие:

Дыхательные упражнения.

Помогают восстанавливать нормальное дыхание как в состоянии покоя, так и в комплексе с разнообразными движениями. Это способствует правильному снабжению кислородом органов и тканей, выравниванию мышечного тонуса, снижению уровня возбудимости.

Глазодвигательные упражнения.

Позволяют расширить зрительное восприятие, способствует снижению синкинезий.

Двигательные упражнения.

Стабилизируют тонус, способствует нормализации двигательной координации, помогают регулировать вегетативные нарушения, осваивать пространство своего тела и окружающего пространства.

Упражнения на развитие познавательных навыков.

Совершенствуют познавательную активность ребенка (внимание, память, логику, концентрацию).

Артикуляционные упражнения.

Способствует решению проблем с произношением.

Такие упражнения эффективны как для дошкольников, так и для детей школьного возраста. При этом подбирают их с учетом конкретных проблем.

ПРИМЕРЫ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАЗНОГО ВОЗРАСТА

Нейропсихологические упражнения для детей можно применять уже с 3 – 4-летнего возраста, когда ребенок научился слушать и выполнять команды.

ДВИГАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ 3–4 ЛЕТ

Хлопки.

На хлопок взрослого ребенок начинает двигаться (ходить, бегать, прыгать). На следующий хлопок-замирает. Услышав хлопок снова-возобновить движение. Закончится игра, когда взрослый начнет считать до 10. На счет 10 ребенку нужно успокоиться, тихонько пройти и сесть на место.

Змейка.

Взрослый расставляет несколько стульев в виде тоннеля. Ребенку необходимо проползти под стульями (на животе или спине).

Замри-отомри.

Под веселую музыку ребенок двигается, пока не услышит команду « замри». ОН должен выполнить ее. По команде « отомри» движение возобновляется.

Тропинка.

Ребенку необходимо двигаться по шнурку или веревке, лежащими на полу, плотно ставя ступени друг к другу (пяткой к носку), стараясь удерживать равновесие.

Дыхательные упражнения:

Как пахнет цветок.

Взрослый кладет перед сидящим на стуле ребенком изображение или игрушку в виде цветка, предлагая его понюхать: сделать медленный глубокий вдох через нос и шумно выдохнуть ртом. Повторить 5 раз.

Свечка.

Ребенок медленно вдыхает через носи плавно выдыхает через слегка сомкнутые губы, направляя струю воздуха на пламя свечки, что бы оно отклонилось, но не потухло. По мере освоения упражнения свечку отодвигают дальше, объясняя ребенку, что его животик будет напрягаться сильнее.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ 4 – 5 ЛЕТ

Река и берег.

Упражнение полезно деткам с трудностями переключения между действиями. Понадобится граница на полу (веревка или линия). С одной стороны от границы – река, с другой – берег. По команде «речка» малышу необходимо прыгнуть в «реку», по команде «берег» — на «берег». Через какое-то время, когда ребенок привыкнет автоматически прыгать туда и обратно, команды становятся непоследовательными (например, несколько раз «речка» и один – «берег», и наоборот). Если малыш постоянно сбивается, ему предлагают сначала проговорить, что нужно сделать, а только потом выполнять нужное действие. Это помогает справиться с излишней импульсивностью и переключиться.

Более сложный вариант игры – когда ведущий произносит одну команду, а сам иногда «ошибается» и выполняет другую. Либо, наоборот: прыгает в нужную сторону, а команду дает неверную. Ребенку же ошибаться нельзя. Он должен верить не глазам, а своим ушам (или наоборот). Это сложно. Здесь также поможет проговаривание действий. Играть можно около 5 минут.

Если ребенку со временем надоели однообразные движения, их можно заменить. Например, садиться и вставать, изображая травку и сосны.

Дути-болл.

Двое игроков становятся по краям стола. На стол кладут шарик для пинг-понга. Задача играющих – «задуть» шарик в ворота соперника. При этом дуть нужно одновременно.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ 5–7 ЛЕТ

Мама-робот.

Эта игра помогает ребенку улучшить свои навыки планирования при помощи речи и сопоставлять их с результатом.

Мама ничего не может сама, она – робот, который следует командам ребенка. А его задача – быть хорошим проводником и давать как можно более точные указания. Например, он должен помочь маме сделать бутерброд, пошагово объясняя, что и зачем нужно делать (в конце нужно обязательно спросить – того ли результата малыш ожидал, или где-то скомандовал неправильно).

Можно помочь маме дойти из одной комнаты в другую с закрытыми глазами и взять там какую-то вещь так, чтобы не задеть ни один предмет на пути (некоторые можно расставить специально). Такая игра, помимо прочего, развивает и пространственные представления (право-лево, выше-ниже).

Вариант с рисованием: ребенок рисует на чистом листе некое изображение, состоящее из простых геометрических форм. Затем ему нужно таким образом описать этот рисунок, чтобы мама смогла его повторить, следуя этому описанию, не видя оригинал.

Вариант с графическим диктантом: на листе в клеточку малыш рисует какую-либо фигуру, обводя клетки по контурам (без диагоналей). Затем ему нужно «продиктовать» маме рисунок так, чтобы она могла повторить его в точности (сколько клеток вниз, сколько влево или вправо нужно отступить или соединить).

Ветерок.

Ребенок делает медленный выдох. При этом пальцем он должен прерывать струю воздуха, чтобы получить шум ветра, свист птицы, воинственный клич индейца.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ 6 – 9 ЛЕТ

Упражнения для детей младшего школьного возраста более сложны, что обусловлено психическими возможностями и учебными требованиями.

Угадай-ка.

Позволяет ребенку научиться выделять существенные признаки предметов для их обобщения, исключения или логического вывода.

Ребенку предлагают набор из 30–40 карточек. Взрослый загадывает один из предметов и предлагает игроку отгадать его за 20 попыток (или менее), задавая наводящие вопросы. Они должны быть такими, чтобы можно было ответить только «да» или «нет». Попытаться угадать, перебирая по очереди все изображения карточек, – нельзя.

Если ребенку поначалу слишком трудно, можно предложить ему откладывать в сторону карточки, которые не соответствуют загаданному слову (например, на вопрос «это красное?» при ответе «нет» можно убрать все красное в сторону). Но со временем нужно прийти к изначальному варианту – не трогать карточки.

Наиболее сложные варианты такой игры – без опоры на карточки, то есть на

зрительный образ. Например, ребенок загадывает любой предмет из определенного класса (мебель, продукты, транспорт, одежда). Затем он должен описать этот предмет так, чтобы другой игрок смог понять, о чем идет речь. Либо загадывает взрослый, а ребенок отгадывает, задавая вопросы.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА

Отслежи.

Помогает отработать зрительное внимание. Малыш лежит на спине, голова неподвижна. Перед его глазами взрослый водит яркий предмет (в стороны, вверх, вниз, по диагонали, приближая и отдаляя от лица). Задача — проводить предмет глазами, не теряя фокуса на нем. Проводится в течение минуты. Если ребенок носит очки, их предварительно нужно снять. Если у него эпилепсия, упражнение выполняют с осторожностью.

Знак на звук.

Отрабатывает слуховое внимание. Выполняется около минуты. Ребенок закрывает глаза. Как только он слышит обозначенный звук, должен подать установленный знак (показать в эту сторону языком, пальцем, рукой). Главное не открывать глаза.

Шарик.

Отрабатывается дыхание животом, что усиливает в организме газообмен, создает эффект массажа внутренних органов. Учат ребенка саморегуляции. Малыш лежит на спине. Ему показывают, как делать вдох-выдох животом (вдох – носом, выдох – ртом). Затем ему предлагают делать вдох и выдох до определенного счета (сначала на равный счет, например, 3 и 3, затем вдох может быть, к примеру, на 3, выдох на 5). Упражнение противопоказано при эпилепсии.

Нейропсихологических занятий существует множество: комплексы для детей разного возраста, комплексы, направленные на коррекцию тех или иных проблем, способствующие адаптации к обучению. Говорить, что такие упражнения – чудодейственная таблетка, нельзя. Чаще всего они используются в комплексных программах коррекции, включающих работу с психологом, логопедом, наблюдение невролога или психиатра, прием тех или иных препаратов. Но если комплекс подобран правильно и занятия проходят регулярно, эффект может быть довольно ощутимым.