

Консультация для родителей

**«Роль нейропсихологических
игр в психическом развитии
дошкольников»**

**педагог-психолог
Д.А. Лукашенко**

Саратов 2022г.

Роль нейропсихологических игр в психическом развитии дошкольников

Нейропсихологические игры направлены на развитие и коррекцию: разного вида восприятия, внимания, памяти; способствуют формированию пространственных представлений, умению прогнозировать результат своих действий, умению делать выводы, учитывая сразу несколько условий.

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

Абсолютно у любой игры есть развивающий потенциал. Если указано, что игра нейропсихологическая, то обязательно в правилах описано, для кого она будет наиболее полезна и детям какого возраста рекомендована. Чаще всего это возраст от 5 лет и старше. Нейропсихологические игры можно покупать без рекомендации специалиста.

Полезные рекомендации

Чтобы упражнения принесли максимальную пользу, нужно следовать нескольким правилам:

1. 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.

2. 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.

3. 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.

4. Во время работы лучше использовать сразу несколько игр:

- ✓ для развития внимания,
- ✓ для снятия напряжения,
- ✓ для регуляции воли,
- ✓ для закрепления результатов.

Нейропсихологическая коррекция – один из эффективных методов помощи детям, помогающий преодолеть:

- ✓ Снижение общей работоспособности, повышенную утомляемость, рассеянность;
- ✓ Нарушение мыслительной деятельности;
- ✓ Недостатки в речевом развитии;
- ✓ Снижение функции внимания и памяти;

- ✓ Несформированность пространственных представлений;
- ✓ Недостаточность саморегуляции и контроля в процессе учебной

деятельности и т.д.

В детском возрасте применяют две методики коррекции:

- двигательную;
- когнитивную.

Первый метод способствует стимуляции отдельных зон коры головного мозга, которые отвечают за регуляцию движений, улучшение межполушарного взаимодействия, развитие ассоциативных связей. Когнитивная коррекция направлена на развитие познавательных навыков и преодоление трудностей в учебе.

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

- **Дыхательные упражнения.** Помогают восстановить 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, способствуют снижению синкинезий (рефлекторных движений, сопутствующих движению другой части тела или конечности).
- **Двигательные упражнения и растяжки.** Стабилизируют тонус, способствуют 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.** Способствуют решению проблем с произношением.

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

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 – должен замереть. Услышав хлопок снова – возобновить движение и т. д. Закончится игра, когда взрослый начнет считать до 10. На счет 10 ребёнку нужно успокоиться, тихонько пройти и сесть на место.
- **Змейка.** Взрослый расставляет несколько стульев в виде тоннеля. Ребенку необходимо проползти под стульями (на животе или на спине).
- **Замри-отомри.** Под веселую музыку ребёнок двигается, пока не услышит команду «замри». Он должен выполнить ее. По команде «отомри» движение возобновляется.
- **Тропинка.** Ребенку необходимо двигаться по шнуру, лежащему на полу, плотно ставя ступни друг к другу (пяткой к носку), стараясь удерживать равновесие.

Дыхательные упражнения:

- **Как пахнет цветок.** Взрослый кладет перед сидящим на стуле малышом изображение или игрушку в виде цветка, предлагая его понюхать: сделать медленный глубокий вдох через нос (с закрытым ртом) и шумно выдохнуть открытым ртом. Повторить до 5 раз.
- **Свечка.** Ребенок медленно вдыхает через нос и плавно выдыхает через слегка разомкнутые губы, направляя струю воздуха на пламя свечи, чтобы оно отклонилось. По мере освоения упражнения свечку отодвигают дальше, объясняя малышу, что его животик при этом будет напрягаться сильнее.

Упражнения для детей 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 детей 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 детей 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». Пытаться 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. Учит 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 эпи-статусе.

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.

Список использованных электронных источников:

1. Источник: <https://kidteam.ru/neyropsihologicheskie-uprazhneniya-dlya-detey.html>
2. Дефектология Проф электронный журнал.
https://www.defectologiya.pro/zhurnal/v_chem_polza_nejropsixologicheskix_zanyatij_s_detmi/