**«Нейропсихологические упражнения**

**в работе с детьми с ОВЗ »**

Шумилова Н.В. психолог

ГБУ ПК РЦДПОВ г. Чайковского

 Нейропсихология – это новая и достаточно молодая наука, сочетающая в себе знания медицины, психологии и педагогики, которая изучает психические процессы в мозге: восприятие, внимание, речь, память, моторику и др.

 Детская нейропсихология дает ответы на многие вопросы вокруг детского поведения и восприятия. Особенность детской нейропсихологии состоит в том, что мозг очень пластичен у детей до 11 лет. На раннем этапе проще решить проблемы, а если их оставить «как есть», надеясь на то, что «само пройдет», то они будут только укореняться и наслаиваться одна на другую.

 Нейропсихологические упражнения−это эффективнейшая методика, позволяющая без использования медикаментов, помочь детям с ОВЗ при различных видах нарушений, в том числе и речевых. Для детей подобная методика полностью безопасна, не вызывает никаких нежелательных проявлений. При правильном и квалифицированном подходе удается достичь высоких результатов.

С использованием в работе нейропсихологических игр и упражнений, решаются следующие задачи:

1. Ребенок учится чувствовать в пространстве 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 действие.

Главная цель применения нейропсихологических(кинезиологических) игр и упражнений: - максимально эффективное развитие межполушарного взаимодействия, вследствие синхронизации работы полушарий, тесно связанных с полноценным развитием речи дошкольников с ОВЗ (тяжёлыми нарушениями речи

Комплекс занятий для детей способствует активизации межполушарного взаимодействия. При применении нейропсихологических игр и упражнений на занятиях у детей улучшается память, самоконтроль поведения, повышается концентрация внимания.

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.

Организация процесса

Занятия можно начинать с любого возраста ребенка. Оптимальная периодичность занятия 3 раза в неделю, по 30 мин. Обязательно начиная с простого и переходит к сложному, при этом учитывается возраст ребенка, его возможности.

Примеры простых нейропсихологических упражнений для развития мозга, которые можно использовать на занятиях с детьми с ОВЗ:

- Рисование в воздухе попеременно то правой, то левой руками контуров предметов, фигур, букв, цифр, слов, в зависимости от возраста. Затем одновременно двумя руками.

 Например, детям предлагается встать и нарисовать в воздухе цифру 1 или фигуру круг сначала правой рукой, затем левой. А потом одновременно правой и левой руками изобразить две цифры 1, два круга.

- Рисование, обводка, разукрашивание на бумаге попеременно то правой, то левой руками, затем одновременно двумя руками фигур, предметов, изображений.

- «Комочки-листочки» - сминание – распрямление бумаги.

Детям предлагают взять тетрадный или альбомный лист и порвать его пополам, младшим дошкольникам предлагают уже готовые половинки листочков. Ребенок берет по половинке в каждую руку (упражнение делать стоя, важно чтобы локти ничего не касались) и одновременно двумя руками сминает их в комочки, чтобы оба листа спрятались в кулаках. Затем ему нужно спокойно, медленно и одновременно эти листочки выпрямлять. Каждая рука должна работать независимо и не помогая одна другой.

Чем полезно упражнение: когда работают пальцы обеих рук-активизируются различные участки головного мозга. Лист каждый раз сминается по разному, соответственно пальцам рук необходимо работать каждый раз по-разному.

Доказано, что существует взаимосвязь между координацией движений человека и работой головного мозга! Так как головной мозг через нервные импульсы управляет работой всех органов и конечностей человека. Более того, головной мозг осуществляет тонкую координацию деятельности человека, связанную с равновесием. Специалисты также заметили, что когда человек после регулярных тренировок осваивает танцы, ходьбу по канату, длительно стоять на одной ноге, то у него чудесным образом улучшается работа головного мозга.

- Корректурная проба.

 Нахождение, вычеркивание или подчеркивание, или обводка. На листе бумаги произвольно расположены ряды из предметов, фигур, цифр, букв. Ребенок должен найти и вычеркнуть или обвести, или подчеркнуть заданную фигуру, предмет, букву, цифру. Лучше брать те предметы или фигуры, которые ребенок плохо запоминает или путает. Очень полезное упражнение еще и для развития внимания.

- Чтение стихотворения под хлопки. Взрослый читает и одновременно прохлопывает стихотворение. Голосом и хлопками выделяются ударные слоги (в тексте эти слоги помечены ударением). Метод прохлопывания стихотворения полезен при заучивании любых стихов наизусть, так как к работе подключается левая височная доля мозга (речь, текст стихотворения) и правая височная доля (ритм, мелодика).

- Hoc — пол — потолок.

Взрослый показывает рукой на свой нос, затем на потолок, затем на пол, одновременно называя их. Ребёнок повторяет. Затем взрослый, увеличивая скорость, начинает путать ребёнка, показывая одно, а называя другое. Ребёнок должен показывать, то что называет взрослый, игнорируя его показывание.

- Запоминалочка.

Развитие концентрации внимания, умения следовать инструкции, расширение объёма слухового восприятия и кратковременной памяти

Один из игроков придумывает слово. Затем каждый участник добавляет

по одному слову, повторяя фразу целиком. Слова можно вставлять

в начало фразы, в середину, в конец. Постепенно фраза становится всё

длиннее. Проиграл тот, кто не смог правильно повторить всю фразу.

- Окошко.

Развитие целостного зрительного восприятия и образного мышления.

Большую, насыщенную деталями картинкуприкрывают

листом бумаги с окошком. Передвигая лист, показывают предметы

не целиком, а только их часть (например, половину часов). Ребёнок

должен узнать и назвать предметы, которые видит через окошко. А потом

представить и описать всю картинку. Например, на картинке изображена

комната, в зелёном кресле сидит девочка, из-под стола выглядывает

котёнок.

Рекомендуемый формат картинки А4 или А5. Размер листа

с окошком должен быть в два раза больше картинки. Размер окошка

2 х 2 см.

- Упражнения с мячиками:

 - Имитация действий жонглера – одной рукой подбрасывать мячик, а другой его ловить. После серии тренировок можно усложнить упражнение и ловить мячик с закрытыми глазами.

 - Нужно подбрасывать мячик снизу одной рукой, а сверху хватать другой. Руки чередовать между собой.

 - Мячик перебрасывать из одной руки в другую перед собой и за спиной.

 - Передавать мячик за лопатками с разных сторон. Постепенно увеличивать темп движений.

Результатом нейропсихологических занятий является улучшение памяти и концентрации внимания, повышение качества игровой и учебной деятельности, устной и письменной речи, стабилизация эмоционального фона.

Также занятия позволяют ребенку стать более внимательным, собранным, спокойным, активизируют мыслительные процессы, благотворно влияют на физическое и эмоциональное здоровье.

На сегодняшний день доказана польза нейропсихологических упражнений для детей разного возраста с ОВЗ. Они способствуют активации мозга, а именно  высших психических функций: восприятия, внимания, памяти, мышления, речи. Таким образом, ребенок учится преодолевать неадаптивные особенности своего развития, у него пропадают детские поведенческие проблемы и трудности в саморегуляции, а соответственно и в школьном обучении.