

## Нейропсихологические упражнения как эффективное средство развития межполушарного взаимодействия у детей с ОВЗ

Составила педагог психолог

Шумилова Н.В.

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

Составленный комплекс занятий для детей способствует активизации межполушарного взаимодействия, что формирует стрессоустойчивость ребенка. При применении нейропсихологических игр и упражнений на занятиях у детей улучшается память, самоконтроль поведения, повышается концентрация внимания, происходит формирование пространственных ориентаций, повышается уверенность в своих силах.

Коррекционно – развивающая работа, имеющая нейропсихологическую направленность имеет три направления:

1. нацеленное на формирование базовых основ, предпосылок познавательных функций;
2. ориентированное на развитие и коррекцию познавательных функций и входящих в неё компонентов.
3. на развитие и восстановление межполушарных взаимодействий.

. 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 действия.*

*«Руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга»* Иван Петрович Павлов.

*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.*

### **Преимущества использования нейроигр:**

- *игровая форма обучения;*
- *эмоциональная привлекательность;*
- *многофункциональность;*
- *автоматизация звуков в сочетании с двигательной активностью, а не статичное выполнение заданий только за столом;*
- *формирование стойкой мотивации и произвольных познавательных интересов;*
- *формирование партнерского взаимодействия между ребенком и педагогом;*
- *активизация работы с родителями, повышение компетентности родителей в коррекционно-развивающем процессе.*

### **Методы нейропсихологической коррекции: нейропсихологические игры**

1. «Попробуй, повтори», разработанная Мухаматулиной Е., Михеевой Н.
2. Методы нейропсихологической коррекции: комплексы нейродинамической гимнастики, разработанные Трясоруковой Т.П.
3. Методы нейропсихологической коррекции: упражнения с мячиком Су-джок
4. Методы нейропсихологической коррекции: упражнения с игольчатым мячиком
5. Методы нейропсихологической коррекции: упражнения с нейроскалкой.

### **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.

- Нос — 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.

- 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.

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.