

## Нейропсихологические игры и упражнения для дошкольников.

Нейропсихология – это научное направление на стыке нейронауки и психологии. Нейропсихология занимается изучением работы структур головного мозга и их связей с психическими процессами и формой поведения. Изучает психические процессы в мозге: восприятие, внимание, пространственную ориентацию, речь, память, эмоциональное реагирование. Эти процессы являются основными, определяющими успешность развития ребенка. Если эти процессы сформированы недостаточно, то дальнейшее обучение ребенку дается нелегко.

С помощью нейропсихологических игр и упражнений можно выявить слабые и сильные стороны работы головного мозга и сделать взаимодействие правого и левого полушария гармоничным.

Нейропсихологические упражнения для детей позволяют сбалансировать работу правого и левого полушарий мозга, улучшить их взаимодействие, скорость восприятия информации, темп деятельности, память и речь.

Как понять, что у ребёнка есть трудности:

- Ребёнок очень активный, «не слышит» взрослых, на замечания не реагирует или, наоборот, чересчур медлительный и пассивный.
- Испытывает трудности в усвоении программы. Долго выполняет задания, на занятиях не внимателен.
- Заметна эмоциональная нестабильность, резкие перепады настроения. Постоянно путает «лево» и «право», сезоны, жалуется на память.
- Плохо ориентируется в пространстве, не может скоординировать движения.
- Быстро переключается с одного действия на другое.
- Присутствуют навязчивые движения (почёсывания, рисует/пишет с высунутым языком, грызёт ногти и т.д.).
- Быстро утомляется, не может сосредоточиться на задании, тяжело осваивает чтение, грамоту и счёт.
- Есть проблемы с речью разной сложности.
- Наблюдается слабая познавательная деятельность.
- Плохо развита мелкая и общая моторика и т.д.

Порой, причина неусидчивости и невнимательности кроется именно в нарушении работы полушарий головного мозга.

На что направлены нейропсихологические упражнения:

- развитие концентрации и внимания, координации, умения чувствовать своё тело;
- развитие памяти, мелкой и общей моторики, умения ориентироваться в пространстве;
- работа над гармоничным взаимодействием полушарий;
- активизация речи;
- работа над эмоциональной устойчивостью, повышением внимания

Чтобы снизить риск возникновения проблем, родителям следует уделять большое внимание развитию детей. Особенно активно это нужно делать в дошкольный период.

*Для маленьких детей важно движение. С рождения и до школы у ребёнка идёт созревание сенсорных систем: зрение, слух, обоняние, осязание, вкус. Для их правильного развития необходимо, чтобы мозг верно «перерабатывал» всю поступающую информацию. А малыш познаёт этот мир не только через родителей, но и с помощью движения. Если у малыша слабая активная деятельность, то и речь у него, как правило, тоже страдает, а это значит сбой в работе мозга.*

*Дело в том, что при выполнении определённых физических действий, и образуются нейронные связи, соответственно, повышается способность к обучению. Помочь в этом могут как раз нейропсихологические упражнения.*

Примеры некоторых упражнений:

#### 1. Весёлый мяч

Игры могут быть самыми разными: кидать мяч, подбрасывать вверх, ловить, перекидывать друг другу, сбивать мишень, катать по полу, играть в футбол, забрасывать мяч в игрушечное кольцо и т.д.

#### 2. Полоса препятствий

Чем сложнее, тем лучше. Тут уже простор для фантазии взрослых. Полосу можно сделать из стульев, подушек, использовать ортопедические коврики, обручи, кубики и т.д. Ребёнок должен проанализировать полосу и выбрать ту траекторию движения, по которой он успешно справится с заданием.

#### 3. Пальчиковая гимнастика

Для детей с патологиями речи (например, задержка речевого развития, общее недоразвитие речи и т.д.) пальчиковые игры необходимы. Как правило, у таких ребят мелкая моторика плохо развита, им сложно показать даже самые простые фигуры («коза», «заяц» и т.д.). Благодаря различным техникам пальчиковой гимнастики удаётся сделать кисть руки более гибкой. Сопровождать такие игры желательно потешками и стихами

#### 4. Упражнение «Кулак – ладонь – палец»

Положить на стол ладони. Одну – сжать в кулак, вторая – лежит на столе. Одновременно менять положение рук. Постепенно наращивать скорость выполнения упражнения. Можно усложнять, используя различные схемы положения ладоней.

Такие телесно - ориентированные упражнения позволяют мягко воздействовать на мозговые структуры. Нейроигры и упражнения повышают у ребенка познавательный интерес, работоспособность, улучшают восприятие, мышление, равновесие, подвижность и формируют усидчивость.

Подготовила статью воспитатель:  
Корепанова И. А

