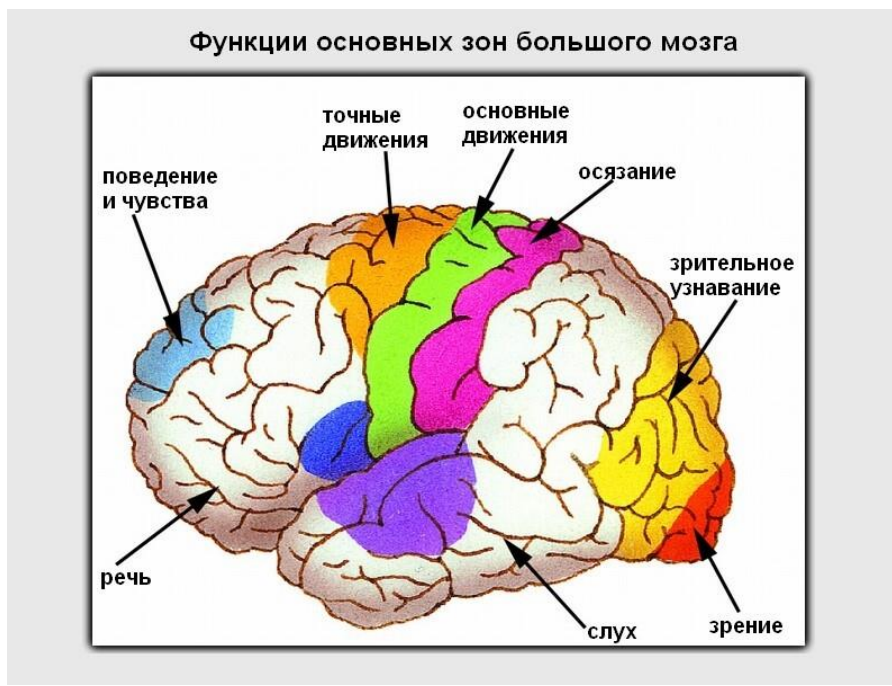


# Нейропсихология для развития мозговой деятельности детей



Подготовила: педагог-психолог

Серд Юлия Сергеевна

## Нейропсихология

Раздел психологии, изучающий мозговую организацию психических процессов: внимания, памяти, восприятия, речи, моторики, мышления, эмоционального реагирования, слухового и тактильного восприятия, пространственных представлений, саморегуляции, самоконтроля, координации и баланса, нейродинамики мозга.

## Как связан мозг и развитие психических функций человека:

Мозг ребенка в процессе его развития берет на себя все больше и больше различных усложненных функций, которые позволяют ребенку общаться с детьми и взрослыми, развивать навыки игры, овладевать учебной деятельностью.

## Высшие психические функции



## Особенности мозга



Как понять, что ребенку требуется помощь в развитии этих важных функций мозга, чтобы учеба была в радость?

### Жалобы ребёнка и вероятная «расшифровка»:

- «Никак не могу вспомнить, уже забыл, не могу выучить» — проблема с памятью.
- «Нечаянно пропустил, не заметил» — проблема с вниманием.
- «Не понял» — проблема с мышлением, скоростью обработки информации.
- «Не могу представить» — проблема с воображением.



### Как тренировать мозг?

Ни у кого не вызывает сомнения, что регулярное выполнение утренней гимнастики очень полезно и со временем укрепляет тело. Это же можно сказать и про комплекс упражнений для мозга – они постепенно заставляют обе «половинки» функционировать в тесной взаимосвязи, что помогает лучше воспринимать информацию.



Каждое полушарие регулирует выполнение определенных действий и операций, при этом распределение активности постоянно чередуется. Но максимальная продуктивность достигается только тогда, когда они оба работают слаженно. И именно этой цели и позволяет добиться гимнастика для мозга. Чем лучше развито межполушарное взаимодействие у детей, тем проще им будет даваться выполнение заданий учителя, тем лучше у них будет успеваемость. Сам комплекс появился в 70-х годах XX века, идея принадлежит Полу Дениссону – американскому исследователю, который 20 лет занимался выявлением причин неуспеваемости в процессе обучения. Суть комплекса, включающего в себя 26 упражнений, заключается в идее теснейшей взаимосвязи мышления и движения: первое помогает улучшить второе, то есть движение влияет на способность ребенка к обучению.

**Гимнастика для мозга** – это еще и способ предотвратить появление дислексии, то есть нарушения навыков чтения. Гимнастика учитывает пластичность мозга дошкольников и помогает «настроить» его таким образом, чтобы оба полушария работали активно и продуктивно.



Занятия активизируют те участки, которые ранее бездействовали. Приступить к выполнению гимнастики для мозга, необходимо в среднем дошкольном возрасте, то есть в 4-5 лет. В 5-6 лет ребенку можно предложить более сложные упражнения, которые учитывают специфику его возрастного развития. Это станет важнейшей частью подготовки детей к школе, ведь для успешной учебной деятельности необходимо нормальное развитие мозолистого тела, чего и позволяет добиться нейродинамическая гимнастика. К 7-8 годам у детей уже полностью сформируется межполушарное взаимодействие и что-либо изменить станет гораздо сложнее, поэтому приступить к занятиям лучше всего именно в 4-5 лет.

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Упражнения следует проводить в доброжелательной обстановке так, чтобы детям было весело и интересно. Можно включать музыку, которая нравится малышу.
- Тренировка не привязана к месту и временному промежутку.
- В зависимости от индивидуальных способностей ребенка следует постепенно усложнять задание – например, ускорить темп выполнения.
- Чтобы дети не утрачивали интерес, упражнения можно комбинировать и менять местами.
- В одну тренировку не надо включать «все и сразу», 3-4 качественно выполненных заданий вполне достаточно. Взрослым следует помнить, что не все получится с первого раза (чтобы в этом убедиться, достаточно самим попробовать выполнить несколько упражнений), поэтому на малыша нельзя кричать и нервничать. Такое отношение навсегда уничтожит стремление к обучению новым видам деятельности. Лучше всего посмеяться вместе над неудачей, похвалить за старание и попробовать еще раз.

Вот несколько игр, в которые Вы можете поиграть с детьми.

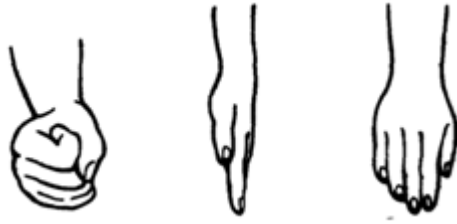
**Игры направлены на одновременную работу двух рук, ног, глаз, то есть на интеграцию деятельности сразу двух полушарий.**

### КОЛЕЧКО



Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

### УПРАЖНЕНИЕ «КУЛАК — РЕБРО — ЛАДОНЬ»



Родитель показывает малышу три движения, которые делаются в  
заранее

продуманной последовательности.

- сначала ладонь выпрямлена;
- потом — сжимается в кулак;
- далее ладонь ставится ребром;
- после этого последовательность повторяется.

#### УПРАЖНЕНИЕ «ЗАЯЦ – КОЗА – ВИЛКА»

Ребенку показывают три положение руки, которые последовательно  
сменяют одно другое:

Заяц – указательный и средний пальцы вытянуты вверх, мизинец и  
безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем.

Коза – указательный палец и мизинец выпрямлены, средний и  
безымянный пальцы прижаты к ладони.

Вилка – указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх,  
расставлены в стороны и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к  
ладони.

#### ЛЕЗГИНКА



Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак  
разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в  
горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого

одновременно смените положение правой и левой рук. Повторите 6—8 раз.  
Добивайтесь высокой скорости смены положений.

### УХО



Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

### ПЕРЕКРЕСТНЫЕ ШАГИ



Ладонь правой руки при ходьбе касается левого колена, ладонь левой руки – правого.

Локоть правой руки при ходьбе касается левого колена, локоть левой руки – правого.

### «ЗЕРКАЛО»

Встаньте напротив ребёнка и выполняйте любые движения руками или ногами, или одновременно и руками и ногами, подключайте голову, язык и т. д. Сделайте ребёнка своим отражением. Его задача – повторять ваши движения, как в зеркале. Для большей заинтересованности ребёнка, можно поменяться ролями.

### ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА

Мальчику Мишке купили штанишки (*соединить все пальцы правой руки по очереди с большим*)

Эти штанишки нравятся Мишке. *(соединить все пальцы левой руки по очереди с большим)*

Мишка штанишками очень гордится, *(соединить все пальцы правой руки по очереди с большим)*

Смотрит на них, и запачкать боится. *(соединить все пальцы левой руки по очереди с большим)*

### ПАЛЬЧИКОВАЯ ИГРА

Ввысь взлетает самолет

Пассажиров он везет

В небе он парит как птица,

Долетит и приземлится *(последовательно соединять пальцы на обеих руках с большим).*

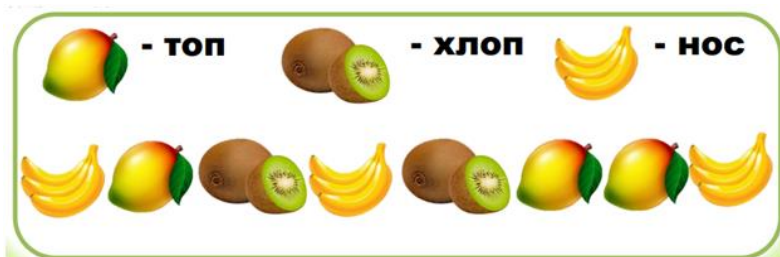
### ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ «СВЕЧА»

Исходное положение – сидя. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох на пальчики, изображающие горящую свечу, и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

### «НЫРЯЛЬЩИК»

Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

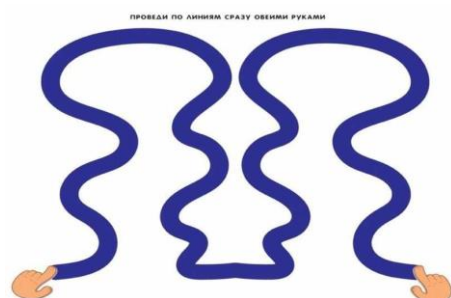
### ИГРА НА ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ



### ДВОЙНЫЕ РИСУНКИ

Дайте ребёнку фломастеры в обе руки и предложите обвести симметричные рисунки двумя руками. Важно, чтобы руки обводили

картинку одновременно (если одна из рук остановилась, нужно этот момент проконтролировать и возобновить процесс обведения уже совместно правой и левой рукой).



Нейрогимнастикой полезно заниматься и взрослым для улучшения работоспособности и профилактики болезни Альцгеймера.

**Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.**