

[www.detkityumen.ru](http://www.detkityumen.ru)

## 9 нейропсихологических игр для развития детей

Сегодня число детей с проблемами развития нервной системы заметно растёт. Самая частая причина проблем – повреждение ЦНС во время беременности или родов. И в этом случае нейропсихологическая коррекция – одна из популярных методик в работе с малышами. Как помочь ребёнку – в этой статье.

**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. Основная задача нейропсихолога – выявить слабые и сильные стороны работы головного мозга и сделать взаимодействие правого и левого полушария гармоничным.

### Нейропсихология: как понять, что у ребёнка есть проблемы

Ребёнок гиперактивный, "не слышит" взрослых, на замечания не реагирует или, наоборот, чересчур медлительный и пассивный.

Испытывает трудности в усвоении школьной программы. Долго выполняет домашние задания, на уроках невнимателен.

Заметна эмоциональная нестабильность, резкие перепады настроения.

Есть синдром дефицита внимания.

Постоянно путает "лево" и "право", 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.

Часто родители прибегают к помощи репетиторов, полагая, что ребёнок не понимает какой-то предмет в школе. Но, порой, причина неуспешности и плохих отметок кроется именно в нарушении работы полушарий. Здесь нужно обращаться не к репетитору, а к нейропсихологу. Он проведёт диагностику и расскажет подробно о программе коррекции.

**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 и т.д.

К сожалению, далеко не везде можно найти такого узкого специалиста, как нейропсихолог. И чтобы снизить риск возникновения проблем, родителям следует уделять большое внимание физическому 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 через родителей, как кажется, а с помощью движения.

Мы хотим, чтобы дети были послушными, но это ошибочное желание. Если у малыша слабая активная деятельность, то и речь у него, как правило, тоже страдает, а это значит сбой в работе мозга. В идеале, ребёнок должен вести себя немного спокойнее, чем хулиганы из мультика "Осторожно, обезьянки": мама замучена, зато сколько нейронных связей образовалось в головах её неугомонных малышей. Дело в том, что при выполнении определённых физических действий, и образуются эти связи, соответственно, повышается способность к обучению. Помочь в этом могут как раз нейропсихологические упражнения. Некоторые из них довольно просты и под силу любой маме.

## **9 нейропсихологических игр**

### **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. Пособие "Мяч и речь" (авторы О.И. Крупенчук, Т.А. Воробьёва) в этом поможет.

### **2. Балансир**

Это специальный тренажёр в виде полусферы. Задача малыша – удержаться на доске. Следует придерживать кроху за руку, помогая ему сохранять устойчивость. Сопровождайте это упражнение потешками или музыкой. Дети 6-7 лет могут самостоятельно заниматься с балансирами. Такая игра направлена на концентрацию и удержание равновесия.

### **3. Полоса препятствий**

Чем сложнее, тем лучше. Тут уже простор для фантазии родителей. 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.

### **4. 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 удастся сделать кисть руки более гибкой. Сопровождать такие игры желательно потешками и стихами, к

примеру, использовать пособие "Пальчиковые шаги", авторы Е.И. Чернова и Е.Ю. Тимофеева.

## **5. Су-Джок**

Это колючие мячики с металлическими колечками внутри. Ими легко пользоваться, они продаются в ортопедических салонах и стоят недорого. На руках находится множество биологических точек, и при прокатывании Су-Джок между ладонями происходит стимуляция этих точек. Металлические колечки надеваются и снимаются на каждый пальчик. Такой массаж ребёнок может делать самостоятельно под присмотром взрослого. Здесь не страшно ошибиться: любое действие с "ёжиками" принесёт пользу. Вместо Су-Джок можно воспользоваться дарами природы: шишки, каштаны, орехи. Подойдут также любые колючие мячики, например, для стиральной машинки.

## **6. Дыхательная гимнастика**

Сильный речевой выдох – залог успешной коррекции звукопроизношения. Кроме того, дыхательная гимнастика повышает тонус деятельности мозга.

### **Что делать:**

- пускать мыльные пузыри;
- дуть через соломинку;
- дуть на игрушечный флюгер/ветродуй;
- задувать свечи;
- сдувать ватку со стола;
- дуть на бумажные кораблики, плавающие в чаше с водой;
- самостоятельно сделать из бумаги бабочку/пчёлку/листик, подвесить фигуру на ниточку и просить ребёнка на неё подуть;
- делать мыльные пузыри в воде через соломинку и т.д.

Много полезной информации по дыхательной гимнастике и не только есть в книге О.И. Крупенчук, Т.А. Воробьёвой "Исправляем произношение. Комплексная методика исправления артикуляционных расстройств".

## **7. Тоннель**

Смастерите тоннель из подручных материалов (стулья, например) или используйте покупной. Принцип – заставить ребёнка проползти на четвереньках. Вы сами можете стать тоннелем, опершись на руки и ноги, попросить малыша проползти под вами.

## **8. Межполушарное рисование**

Если полушария работают не слажено, то дети часто испытывают трудности в обучении, так как не происходит полноценного обмена информацией между мозговитыми "соседями". Межполушарное рисование позволяет улучшить эти связи. Предложите ребёнку нарисовать одновременно двумя руками какую-либо фигуру. А помогут в этом пособия Т.П. Трясоруковой "Развитие межполушарного взаимодействия у детей".

## **9. Кинезиологические упражнения**

Они бодрят, тонизируют, буквально заставляют "напрячь мозги". Выполнять их можно вместе с детьми, потому что лишние нейронные связи взрослым тоже не мешают. Вот несколько вариантов игр.

### **Упражнение "Кулак – ладонь"**

Положить на стол ладони. Одну – сжать в кулак, вторая – лежит на столе. Одновременно менять положение рук. Постепенно наращивать скорость выполнения упражнения.

### Упражнение "Ухо – нос"

Левой рукой взять себя за кончик носа, правой – за левое ухо. Одновременно поменять руки: правой взяться за кончик носа, левой – за правое ухо. Повторить несколько раз.

### Упражнение "Класс – заяц"

Левой рукой показывать "класс", правой – "зайчика". Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.

Эти несложные игры помогут скорректировать в домашних условиях работу двух полушарий и снизить риск развития проблем. В любом случае, если вы заметили, что ребёнок не справляется с нагрузкой в школе, жалуется на утомляемость, страдает перепадами настроения, гиперактивен или слишком пассивен, то обратитесь за консультацией к педиатру, а он вас направит уже к узкому специалисту.

<https://lucky-child.com/>

Адрес на сайте «Детки!» [www.detkityumen.ru/biblio/category135/category137/5534/](http://www.detkityumen.ru/biblio/category135/category137/5534/)