



ИСПОЛЬЗОВАНИЕ НЕЙРОТРЕНАЖЕРОВ В РАЗВИТИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Глазунова Елена Николаевна

педагог-психолог

Долинная Анастасия Ивановна

педагог-психолог ОГБУ «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями имени В.З. Гетманского», Белгородская область

Аннотация. В статье представлены особенности использования нейротренажеров в развитии детей дошкольного возраста

Ключевые слова: нейротренажер, межполушарное взаимодействие, развитие, дошкольный возраст, высших психических функций, нарушение двигательной сферы, психолого-педагогическое сопровождение.

Нейропсихологические упражнения и нейротренажеры является одним из эффективным средством для развития межполушарного взаимодействия, развития отдельных сенсомоторных и интеллектуальных функций. Межполушарные связи можно и нужно развивать у детей с 3 до 8 лет!

Нейропсихологические упражнения и игры из тренажеров подбираются для каждого ребенка индивидуально, учитывая уровень развития речевых и моторных навыков ребенка.

Разработанная нами система заданий с использованием специализированных игр и нейротренажера позволяет выявить скрытые способности ребенка и расширить границы потенциальных возможностей мозга.

Нейропсихологические занятия с детьми включают различные формы работы: специальные познавательные игры, глазодвигательные, дыхательные упражнения, двигательную разминку и упражнения для рук, упражнения по визуализации и для релаксации.

Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Движения глаз развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

Коррекционные движения тела и пальцев обеспечивают развитие межполушарного взаимодействия, снятие непроизвольных, непреднамеренных движений и мышечных зажимов. Кроме того, развитие «чувствования» своего тела способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации от самого тела.



Упражнения по визуализации способствуют воссозданию зрительных, слуховых, знаковых, осязательных, обонятельных и других образов.

Упражнения для релаксации (снятие напряжения) способствуют расслаблению, самонаблюдению, воспоминаниям событий и ощущений и являются единым процессом. Они могут проводиться как в начале занятия – с целью настройки, так и в конце – с целью интеграции приобретенного в ходе занятия опыта.

Двигательная разминка и упражнения для рук помогают активизировать межполушарные связи и сбалансировать работу правого и левого полушария, что способствует развитию всех высших психических функций, в том числе памяти, внимания и мышления.

Регулярное выполнение упражнений с элементами игры позволяют ребенку развить не только познавательные процессы, но и ряд других личностных качеств, таких как самостоятельность, умение выполнять задание до конца, усидчивость, аккуратность, сообразительность.

Предложенные на занятии упражнения больше похожи на веселую игру, которые значительно усиливают эффект, чем традиционные задания.

В наших занятиях привычные задания по развитию познавательных процессов соединены с двигательными нейropsychологическими упражнениями. Это позволяет активизировать головной мозг и делает его работу слаженной и более эффективной.

Предлагаем вам индивидуальное коррекционно-развивающее занятие для ребенка 6 лет с задержкой психического развития.

Структура занятия

1. Организационный момент. Двигательная разминка, растяжка.
2. Глазодвигательное упражнения.
3. Дыхательное упражнения.
4. Нейротренажер - упражнения для развития познавательных процессов (память, внимание, мышление).
5. Упражнения для развития мелкой моторики рук.
6. Функциональное упражнение, упражнение для релаксацию (снятие напряжения).
7. Рефлексия. Подведение итогов занятия.

Конспект занятия

1. Организационный момент. Установление положительной мотивации на занятия.

Растяжка "Половинка". Цель: оптимизация тонуса мышц.

И.п. - сидя на полу. Общее напряжение тела. Расслабление. Напряжение и расслабление по осям: верх-низ (напряжение верхней половины тела, напряжение нижней половины тела),



левостороннее и правостороннее (напряжение правой и затем левой половин тела), напряжение левой руки и правой ноги, а затем правой руки и левой ноги.

2. *Глазодвигательное упражнение.* И.п. - сидя на полу. Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Начинается отработка движений глаз по четырем основным (вверх, вниз, направо, налево) и четырем вспомогательным направлениям (по диагоналям); сведение глаз к центру. Каждое из движений производится сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы. Движения совершаются в медленном темпе (от 3 до 7 секунд) с фиксацией в крайних положениях; причем удержание должно быть равным по длительности предшествующему движению. При отработке глазодвигательных упражнений для привлечения внимания ребенка рекомендуется использовать какие-либо яркие предметы, маленькие игрушки и т.д. В начале освоения этих упражнений ребенок должен следить за предметом, перемещаемым взрослым, а затем передвигать его самостоятельно, держа сначала в правой, потом в левой руке, а затем обеими руками вместе. Тем областям в поле зрения ребенка, где происходит "соскальзывание" взгляда, следует уделить дополнительное внимание, "прорисовывая" их несколько раз, пока удержание не станет устойчивым.

3. *Дыхательное упражнение.* Цель: развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма. И.п. - сидя на полу. Вдох. Детям предлагается расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза (задержка дыхания). Выдох. Детям предлагается втянуть живот как можно сильнее. Пауза. Вдох. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом "пьют" воздух.

4. *Нейротренажер «В поисках сокровищ»*

Цель: научить ребенка запоминать представленный образ и воспроизводить его.

Ход игры: Предлагаем ребенку посмотреть на схему – карту (приложение 1) и запомнить все линии в клеточках. Для этого просим ребенка рассказать, куда ведет дорога, описав все направления. Можно представить, на что похож рисунок дороги, описав, что встречается на пути. Далее даем ребенку приложение 2 и предлагаем ему нарисовать по клеточкам путь так, как он запомнил. Начинаем работу с первой картинки, а затем постепенно увеличиваем сложность.

Инструкция ребенку: «Внимательно посмотри на картинку. Перед тобой – карта сокровищ, которую нашли путешественники в бутылке на дне моря. Постарайся запомнить все повороты дороги на карте. Неожиданно рядом с кораблем из воды выпрыгнул дельфин! Брызги попали на карту и размыли рисунок! Помоги путешественникам восстановить путь. Вспомни и нарисуй карту заново».

5. *Упражнения для развития мелкой моторики рук.* Цель: развитие межполушарного взаимодействия.



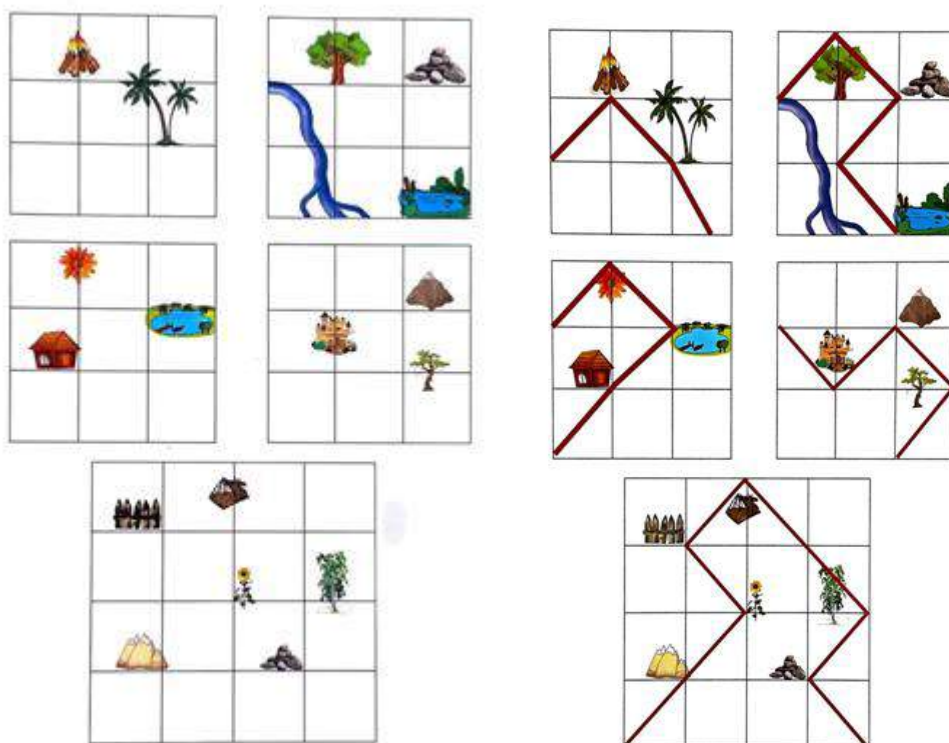
"Кулак-ребро-ладонь". Ребенку показывают три положения руки на плоскости пола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости пола, распрямленная ладонь на плоскости пола. Ребенок выполняет пробу вместе с инструктором, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами ("кулак-ребро-ладонь"), произносимыми вслух или про себя.

Нейротренажер «Веселая дорожка» (Приложение 3)

Пройти по дорожке указательным и средними пальцами сначала правой рукой, а потом левой. Указательный палец «ходит» по красным кружочкам, а средний - по синим.

6. *Функциональное упражнение "Послушать тишину"*. Цель: формирование произвольной регуляции собственной деятельности, развитие аудиального гнозиса. И.п. - сидя на полу. Закрывать глаза и последовательно послушать звуки на улице за окном, затем в комнате, свое дыхание, биение сердца.

7. *Рефлексия*. Сегодня мы с тобой сделали растяжку для всех наших мышц, поиграли в пиратов, а потом потренировали наши пальчики на «веселой дорожке». Расскажи, что тебе понравилось и чему ты научился?



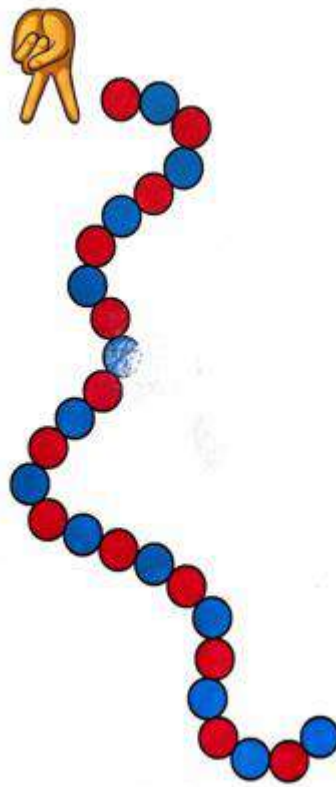


Рисунок 1-3.

Список литературы:

1. Курпатов А.В. Нейротренажер. Тренажер для развития способностей. Издательский дом «Нева», Санкт-Петербург, 2021.
2. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. - М., 2001.
3. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми. Часть 1., Айрис-пресс, 2020.