

Консультация для родителей

«Нейропсихологические игры для детей дошкольного возраста».



Детская нейропсихология 
https://vk.com/club_neuropsycholog

В дошкольном возрасте у ребенка активно формируются сенсорные системы: зрение, слух, обоняние, осязание, вкус. Если у ребенка слабая активная деятельность, то и речь у него, как правило, тоже страдает. Давно замечено нейропсихологами, что при выполнении определённых физических действий образуется огромное количество нейронных связей и как следствие, повышается способность к обучению. Помочь в этом могут нейропсихологические упражнения и игры. Нейропсихологические игры развивают и корректируют механизмы мозговой деятельности ребенка.

При этом воздействие нейропсихологических упражнений и игр имеет как немедленный, так и накапливающий эффект, способствующий повышению умственной работоспособности, оптимизации интеллектуальных процессов, активизации его энергетического потенциала.

На что направлены нейропсихологические игры и 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.



Для детей дошкольного возраста следует проводить тренировки так, чтобы участникам было весело и интересно. Во время выполнения нейропсихологических игр, должна царить доброжелательная атмосфера, поэтому можно включать музыку, которая нравится малышу.



Специалисты советуют придерживаться следующих несложных правил:

- 📌 Заниматься каждый день, не пропуская, но без принуждения. Лучше сделать меньше, но качественнее.
- 📌 Продолжительность гимнастики — не более 5-7 минут.
- 📌 Не стоит ограничиваться стандартными рамками.
- 📌 Ребенку будет гораздо интереснее, если сегодня упражнения будут выполнены на улице, а завтра, например, во время помощи маме. Удобство комплекса и состоит в том, что тренировка не привязана к месту и временному промежутку.
- 📌 В зависимости от индивидуальных способностей ребенка следует постепенно усложнять задание — например, ускорить темп выполнения.
- 📌 Важно, чтобы каждое упражнение выполнялось точно и правильно.
- 📌 Чтобы дети не утрачивали интерес, упражнения можно комбинировать и менять местами. В одну тренировку не надо включать «все и сразу», 5-6 качественно выполненных заданий вполне достаточно.

Нейропсихологические упражнения очень просты и доступны – их можно выполнять в любое время, выделяя на это хотя бы несколько минут.

Вот несколько вариантов 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. 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, к примеру, использовать пособие «Пальчиковые шаги», авторы Е. И. Чернова и Е. Ю. Тимофеева.

3. 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.

4. 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 бумажную салфетку или перо со стола;
- дуть на бумажные кораблики, плавающие в чаше с водой;
- самостоятельно сделать из бумаги бабочку/снежинку/листик, повесить фигуру на ниточку и просить ребёнка на неё подуть и т. д.



5. 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»

6. Кинезиологические упражнения

Они бодрят, тонизируют, буквально заставляют «напрячь мозги». Выполнять их можно вместе с детьми, потому что лишние нейронные связи взрослым тоже не помешают. 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 «Червячок в яблочке»

Дети показывают два кулачка (яблочка), на правом кулачке выставляют большой палец вверх (это червячок), затем по хлопку меняют, теперь на левом кулачке большой палец выставляют вверх, а на правом убирают. Нельзя, чтобы два червячка встретились. Можно сопровождать стихотвореньем: Червяк дорогу сверху вниз В огромном яблочке прогрыз.

Упражнение «Кольцо».

По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами обеих рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем. Правая рука — от указательного пальца к мизинцу, а левая — от мизинца к указательному при этом проговаривая звуки, слоги или слова для автоматизации звуков. Упражнение можно повторять в прямом порядке и в обратном

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, жалуется на утомляемость, страдает перепадами настроения, гиперактивен или слишком пассивен, то обратитесь за консультацией к педиатру, а он вас направит уже к узкому специалисту.



7. Перекрестные шаги.

Очень хорошее упражнение для развития координации движения и бинокулярного зрения, что в дальнейшем благоприятно скажется на навыках письма, чтения и слушания.

Порядок действий таков:

- 1. ребенок встает прямо; поднимает согнутую в колене правую ногу так, будто хочет сделать шаг на месте;
- 2. согнутую в локте левую руку тянет к правому колену;
- 3. далее движения повторяются, но теперь к левому колену стремится правый локоть

Число повторов — от 5 до 10, в зависимости от индивидуальных способностей дошкольника.

Детская нейропсихология



https://vk.com/club_neuropsycholog