

## Нейропсихологические упражнения для развития детей старшего дошкольного возраста

- **Ребро – кулак – ладонь.**

Нейропсихологическое упражнение.

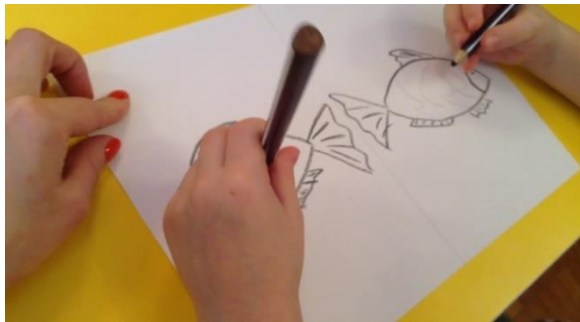
Ребенку нужно запомнить три положения: ребро, кулак, ладонь. Если ребенок может быстро сделать одной рукой, то нужно подключать вторую руку.

- **Упражнение «Кулачок».**

Дыхательное упражнение. Вдох – максимально сильно сжимаем кулаки, выдох – разжимаем.

- **Рисование двумя руками**

**«Треугольники, круги».** За минуту ребенок рисует максимальное количество красивых кругов и треугольников. Можно усложнить одна рука рисует круги, другая – треугольники.



- **«Молчу — шепчу — кричу».**

Следует придумать знаки, которые обозначают, что именно нужно делать: молчать, шептать или кричать и показывать их ребенку. Он должен реагировать соответствующим образом. Подобные нейропсихологические игры и упражнения развивают навыки управления у гиперактивных детей. Они помогают им регулировать громкость своих высказываний и молчать, когда это нужно.

- **Упражнение «лиса и заяц».**

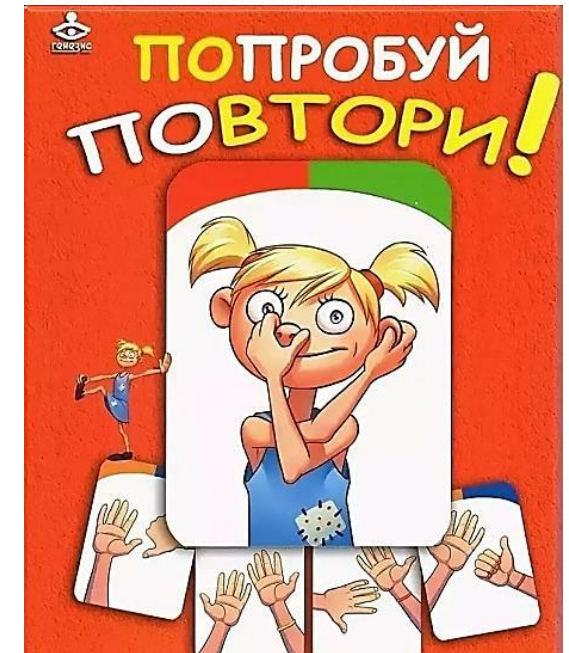
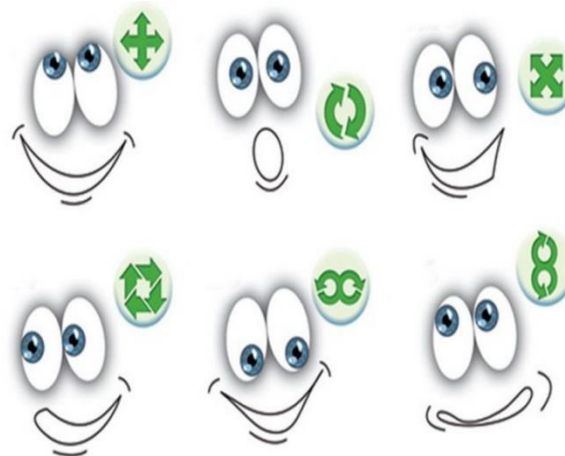
Показываем пальчиками разных рук лису и зайчика, но показать нужно так, чтобы лиса и заяц не встречались.

- **Упражнение «Цветочки».**

Кисти рук – цветочки (сложены бутончиком), пальцы – лепесточки. Лепесточки раскрываются в определенной последовательности. На правой руке – средний и безымянный палец, на левой – указательный и мизинец. Далее меняются положения пальцев.

- **Глазодвигательное упражнение**

**«Восьмерки».** Выполнять сначала левой рукой (активизируем правое полушарие), потом правой (активизируем левое полушарие), потом двумя руками одновременно (синхронизируем работу обоих полушарий). Упражнения, по мере усвоения, необходимо усложнять – делать максимально быстро, выполнять через хлопок, выполнять с закрытыми глазами (чтобы отключить зрительный контроль)



Воспитатель

Голубева Т.В.

г. Улан-Удэ

2024г.

С момента рождения и до 7 лет идёт активное созревание сенсорных систем ребёнка (зрение, слух, обоняние, осязание, вкус). Чтобы они правильно "работали" необходимо, чтобы мозг качественно перерабатывал миллион ощущений, которые каждую секунду поступают в него. А поступают они не только от глаз и ушей, но и от всего тела. Природой придумано, что для развития ребёнок должен много двигаться и осваивать новые физические навыки.

Ребёнок использует любую двигательную активность, которая создаёт "кирпичики" для более зрелых и сложных этапов развития. Каждое новое движение, которое с возрастом усложняется и становится двигательным навыком, образует в мозге нейронные связи. И чем больше движений, тем больше связей. Чем больше нейронных связей, тем выше способность к обучению. Интеллект-это и есть нейронные связи. Поэтому первые 7 лет жизни называют периодом СЕНСО-МОТОРНОГО развития. РЕЧЬ РАЗВИВАЕТСЯ ЧЕРЕЗ ДВИЖЕНИЕ, а точнее, вслед за ним.

Внимание ребёнка отвлекается от обрабатываемых в игровой форме когнитивных и моторных навыков, отработка их переводится на произвольный уровень, что даёт ощущение легкости усвоения. Кроме того, внимание всех детей приковано к возможным ошибкам партнёра (понижающим его шансы на выигрыш), что формирует собственный контроль – важнейшее условие преодоления

трудностей в обучении. Игра широко использует не только вербальные, но и невербальные средства игровой деятельности, что обеспечивает для ребёнка, в том числе и для ребёнка с речевыми проблемами, возможность эффективного общения со сверстниками. Предоставляя условия для общения таким детям, можно помочь им раскрыть и преодолеть препятствия, блокирующие этот естественный процесс. Игровые формы коррекции эффективно способствуют формированию произвольной регуляции поведения ребёнка.

В работе с детьми, в качестве элемента нейрокоррекции применяются следующие виды упражнений:

1. развитие внимания;
2. дыхательные упражнения;
3. общий двигательный репертуар;
4. игры с мячом;
5. растяжки;
6. глазодвигательный репертуар;
7. базовые сенсомоторные взаимодействия;
8. базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность;
9. мелкая моторика.

Такие упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания,

повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма.

## УПРАЖНЕНИЯ:

• **Упражнения на развитие переключаемости внимания.** Взять любой текст, например, ненужный прошлогодний учебник. Задание для ребёнка – обведи все буквы К в кружочек, а все буквы О зачеркни крестиком. Задача ребёнка максимально быстро и правильно проработать эту страницу важно, чтобы ребёнок сконцентрировано полноценно несколько минут этим занимался. Если были допущены ошибки, их пересчитать и отслеживать ежедневную динамику. Успехом будет считаться ситуация, когда ошибок будет становиться меньше. Игра очень полезна для невнимательных детей.

• Сминаем двумя руками одновременно два листочка бумаги. Упражнение выполняется навесу. Чем быстрее ребёнок это делает, тем лучше. Чем меньше размер листочков бумаги, тем сложнее делать это упражнение. Это упражнение направлено на развитие внимания у ребёнка.

• Сложить руки в замок и крутить большие пальцы вокруг друг друга то в одну сторону, то в другую сторону. Упражнение выполняется максимально быстро. Ребёнок должен сосредоточенно смотреть на большие пальцы. Это упражнение достаточно простое и помогает

ребёнку отдохнуть и восстановить уровень внимания.