**Использование методов нейропсихологической коррекции**

**в работе с детьми дошкольного возраста**

МБДОУ «Бархатовский детский сад»

Иконникова С.С.

педагог-психолог

Воспитание здорового и всесторонне развитого ребёнка остаётся наиболее актуальной проблемой в практике развития и воспитания, это говорит о необходимости поисков эффективных средств её реализации. При рассмотрении данной проблемы особое значение занимает организация коррекционно-развивающей деятельности с детьми.

Существуют два направления современных методов коррекции детей: когнитивные методы, направленные на преодоление трудностей усвоения знаний, формирование ВПФ; методы двигательной (моторной) коррекции, или телесно-ориентированные методы.

Системный подход к коррекции психического развития ребенка является оптимальным методом, так как когнитивные и двигательные методы должны применяться в комплексе с учетом их взаимодополняющего влияния.

Воздействие на сенсомоторный уровень с учетом общих закономерностей онтогенеза вызывает активизацию в развитии всех высших психических функций. Актуализация и закрепление любых телесных навыков предполагает включенность таких психических функций, как эмоции, память, восприятие, процессы саморегуляции, речь. Следовательно, в результате целенаправленного воздействия на эти психические функции, создается базовая предпосылка для их полноценного участия в овладении речью, чтением, письмом, математическими знаниями.

Один из методов решения этих задач является метод нейропсихологической коррекции.

*Методологически* нейропсихологическая коррекция опирается на современные (по А.Р. Лурия) представления о закономерностях развития и иерархическом строении мозговой организации ВПФ в онтогенезе (прежде всего - в ракурсе учения о 3 функциональных блоках мозга); учении Л.С. Цветковой о нейропсихологии и реабилитации; принципе «замещающего онтогенеза».

Мной разработана система работы по психомоторной коррекции для детей дошкольного возраста. Ее цель - развитие сенсомоторных навыков.

Задачи:

1. Способствовать развитию самоконтроля над поведением, эмоциями, речью, движениями.

2. Снимать психоэмоциональное напряжение и чувство тревоги.

3. Развивать межполушарное взаимодействие.

4.Формировать ориентировку в собственном теле, а также формировать пространственные представления.

Занятия содержат комплексы упражнений, на воздействие отдельных систем психомоторного развития ребенка и подобраны с учетом возрастных и моторных особенностей.

Упражнения разделены на три блока.

1. *Стабилизация и активация энергетического потенциала организма. Повышение пластичности сенсомоторного обеспечения психических процессов.*

К данному блоку относятся дыхательные упражнения; массаж и самомассаж; работа с мышечными дистониями, патологическими ригидными телесными установками и синкинезиями; формирование и коррекция базовых сенсомоторных (одновременных и реципрокных) взаимодействий; формирование навыков внимания и преодоления стереотипов.

1. *Формирование операционального обеспечения вербальных и невербальных психических процессов*.

Оптимизация и коррекция межполушарных взаимодействий и специализации правого и левого полушарий мозга.

Начинается работа с ребенком на развитие соматогностических, тактильных, кинестетических процессов, зрительного и слухового гнозиса, пространственных и «квазипространственных» представлений, кинетических, мнестических, номинативных процессов.

1. *Формирование смыслообразующей функции психических процессов и произвольной саморегуляции*

Упражнения направлены на развитие программирования, целеполагания и самоконтроля, коммуникативных навыков, развитие причинно-следственных отношений, произвольного внимания, интеллектуальных процессов.

*Требования к применению* нейропсихологической коррекции подразумевают единовременное включение в коррекционный процесс упражнений I, II и III блоков. Однако удельный вес и время применения тех или иных методов будут варьироваться в зависимости от исходного статуса ребенка*.*

Занятия ориентированы на детей 5-7 лет. Длительность каждого – 30 минут. Периодичность занятий – 2 раза в неделю.

**Структура занятия:**

* растяжка – 3 минуты;
* дыхательное упражнение – 3 минуты;
* глазодвигательное упражнение – 3 минуты;
* коррекционные движения тела и пальцев – 6 минут;
* игры и задания на развитие внимания и произвольности – 10 минут;
* релаксация – 5 минут.

**Примеры упражнений:**

***Растяжки***нормализуют гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость).

«Дерево» Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

«Сорви яблоки» Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед вами растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удается. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните.

Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем поднимите как можно выше левую руку и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вам нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

***Дыхательные упражнения*** улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.

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

«Дышим носом» Исходное положение – лежа на спине или стоя. Дыхание только через левую, а потом только через правую ноздрю (при этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, левую ноздрю закрывают мизинцем правой руки). Дыхание медленное, глубокое.

«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.

***Глазодвигательные упражнения*** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.

«Горизонтальная восьмерка» Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив большой палец вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы.

«Глаз – путешественник» Развесить в разных углах и по стенам кабинета различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет, названный психологом.

***Коррекционные движения тела и пальцев***развивают взаимодействие полушарий, снимают синкинезии (добавочные/ошибочные движения) и мышечные зажимы.

«Колечко» поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнения выполнять, начиная с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. Выполнять нужно каждой рукой отдельно, затем обеими руками вместе.

«Кулак – ребро – ладонь» На столе, последовательно, сменяя, выполняются следующие положения рук: ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак и ладонь ребром на столе. Выполнить 8-10 повторений. Упражнения выполняются каждой рукой отдельно, затем двумя руками вместе.

«Лезгинка» Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

***Игры и задания на развитие внимания и произвольности***

Упражнения на развитие произвольности строятся по следующему принципу: задается условный сигнал (хлопок, свисток, колокольчик и т.д.) и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее отреагировать на сигнал необходимой реакцией. Во всех этих играх-упражнениях необходимо поддерживать эмоциональный настрой, создавать условия соревнования, поддерживая мотивацию ребенка к выполнению задания. Например, «Кто самый внимательный, усидчивый, выдержанный и т.д.?»

«Копирование образца» Задание: как можно точнее скопировать образец, представленный на бланке.

«Зачеркни фигуры» Задание: зачеркнуть все домики, мячики, елочки или только два любых предмета, по выбору психолога. Время работы ограничивается до 2,5 мин.

«Да» и «Нет» не говорить» психолог дает инструкцию: «Сейчас я буду задавать вам вопросы, а ты должен мне на них правильно отвечать, но существует правило, при ответе на вопрос нельзя говорить: «Да» и «Нет»».

«Веселые хлопки» Маршировать на счет «раз-два-три-четыре». В первом цикле шагов хлопок руками на счет «раз», во втором – на счет «два», в третьем – на счет «три», в четвертом – на счет «четыре»:

раз (хлопок) – два – три – четыре;

раз – два (хлопок) –три -четыре;

раз – два- три(хлопок) – четыре;

раз – два – три – четыре (хлопок).

***Упражнения для релаксации***способствуют расслаблению, снятию напряжения.

«Дирижер» Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка)

Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями, и всей рукой целиком… Пусть в то время как вы дирижируете, музыка течет через все твое тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируй на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

«Путешествие на облаке» Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните… Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овевает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что –нибудь чудесное и волшебное… Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатало. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

Применение данных упражнений позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю.

Простые движения и упражнения поднимают настроение, дают возможность радостного, творческого обучения, позитивного личностного роста, перспективного формирования учебных навыков и умений.

**Список литературы**

1. Микадзе Ю.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция младших школьников / Ю.В. Микадзе, Н.К. Корсаков – М., 1994.
2. Семаго Н.Я, Семаго М.М. Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст. – СПб, 2005.
3. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Диагностический Альбом для исследования особенностей развития познавательной сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста – М., 2005.
4. Семенович А.В. Комплексная нейропсихологическая коррекция и абилитация отклоняющегося развития – М., 2001.
5. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения – М., 2003.
6. Интернет ресурс "Наши невнимательные гиперактивные дети" – [http://adhd-kids.narod.ru](http://adhd-kids.narod.ru/).
7. <https://taplink.cc/stepanova_psiholog>
8. <https://taplink.cc/marina174_logoped>
9. <https://taplink.cc/anna_defektolog>