

Нейропсихологическое сопровождение обучения младших ШКОЛЬНИКОВ.

Гимранова Е.М.
Клинический психолог, педагог-психолог
МАОУ «СОШ№15»

- Методологически нейропсихологическая коррекция опирается на современные (по А.Р. Лурия) представления о закономерностях развития и иерархическом строении мозговой организации ВПФ в онтогенезе, в том числе о возможностях «замещающего онтогенеза».
- Методически - на адаптированный вариант базовых телесно-ориентированных, театральных и иных психотехник применительно к детскому возрасту.

- Нейропсихологическая коррекция ориентирована на детей, испытывающих трудности адаптации в социуме, но в целом по уровню развития близких к здоровым сверстникам или демонстрирующих нижнюю границу «нормы».

- Дети с учебной и поведенческой дезадаптацией, с трудностями в освоении чтения, письма, счёта, с несформированностью пространственных представлений, сниженными функциями памяти и внимания, с общей моторной неловкостью, неустойчивостью и истощаемостью нервных процессов, сниженной общей работоспособностью, двигательной заторможенностью и расторможенностью, повышенной отвлекаемостью, снижением интеллекта, невозможностью самоконтроля и прогнозирования ситуации.

- Дети с эмоционально - личностными отклонениями, спонтанным поведением, а также имеющие характерологические особенности.
- Дети, склонные к частым заболеваниям, аллергическим проявлениям, элементам логоневроза, дизартрии, тикам и навязчивым движениям.
- Дети с несформированностью элементарных навыков, с социальной депривацией.

Коррекционный процесс включает нейropsихологическую **диагностику**, проведение индивидуальных, групповых занятий с привлечением **родителей** и **ежедневной домашней отработки** ребенком приобретенных **навыков**.

- Нейропсихологическая коррекция представляет собой трехуровневую систему. Каждый из уровней имеет свою специфическую «мишень» воздействия и направлен на все три блока мозга.

- **Нейропсихологическая коррекция**

подразумевает **поэтапное** включение в коррекционный процесс упражнений I, II и III уровней.

В **реальности** коррекционные занятия включают **одновременное использование методов всех уровней** в различном объеме в зависимости от исходного статуса ребенка.

Методы I уровня

- Направлены на устранение дефекта и функциональную активацию подкорковых образований головного мозга
- **Цели I уровня:** стабилизация и активация энергетического потенциала организма. Повышение пластичности сенсомоторного обеспечения психических процессов. Формирование базовых составляющих произвольной саморегуляции.
- **Задачи:** оптимизация общего тонуса тела, проработка «проблемных зон». Развязывание синкинезий. Расширение полей зрительного восприятия. Формирование сенсомоторных взаимодействий.

Коррекционные методы I уровня

- **1.1. Дыхательные упражнения.**

Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым и естественным, регулируемым бессознательно. Оно успокаивает и способствует концентрации внимания; со временем имеет место увеличение объема легких, усиливается газообмен и улучшается кровообращение; под воздействием диафрагмы происходит интенсивный массаж внутренних органов, что способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия.

Ребенка обучают четырехфазным дыхательным упражнениям (3-5 раз), содержащим равные по времени «вдох - задержка - выдох - задержка». Вначале каждая из этих фаз может составлять 2-3 секунды с постепенным увеличением этого временного интервала до семи секунд.



. На первых этапах такого рода занятий необходимой бывает фиксация руки взрослого на руке ребенка, расположенной, соответственно, на его животе, что значительно облегчает обучение; взрослый должен также вслух отсчитывать указанные временные интервалы с постепенным переходом к самостоятельному выполнению упражнения ребенком.

1.2 Стимулирующие упражнения, повышающие энергетический потенциал.

- Ребенок располагает свои ладони перпендикулярно друг другу и производит резкие хлопки (с интервалом около 1 секунды, 5-10 хлопков) таким образом, что местами соприкосновения становятся углубления между запястьем и нижней частью ладони.



- Руки вытянуты вперед, ладони сжаты в кулаки; резкие хлопки выполняются кулаками сначала ориентированными тыльной поверхностью вверх, а затем - вниз; во время удара должно происходить полное совмещение боковых поверхностей сжатых кулаков.

- Самомассаж головы: пальцы рук слегка согнуты, поверхность ногтей и первые фаланги пальцев плотно соприкасаются с поверхностью головы сразу за ушами; массаж головы производится ребенком обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке.
- Самомассаж ушных раковин: растираем ладонями уши, будто они замерзли; разминаем уши три раза сверху вниз; возвратно-поступательным движением уши растираются в горизонтальной плоскости (2 -5 пальцы соединены и направлены к затылку, локти вперед).

1.3. Оптимизация тонуса и обучение релаксации

- Важным моментом при выполнении упражнений на расслабление является подключение различных сенсорных каналов: использование специально подобранной музыки (спокойные, легкие мелодии, звуки природы); подключение образного представления; применение цвето и ароматерапии.
- Релаксация может проводиться как в начале занятия - с целью настройки, так и в конце - с целью интеграции приобретенного в ходе занятия опыта.
- Дети ложатся на пол, закрывают глаза, каждый принимает удобную для себя позу, делает 3-4 цикла глубокого дыхания в индивидуальном темпе) продолжительностью около 5 минут.

Возможные сценарии: «пляж»; «ковер-самолет»; «снеговик» и т.д.

Упражнения лежа на животе



Упражнения лежа на спине



1.4. Работа с локальными мышечными зажимами

Упражнения сидя на полу



Упражнения стоя



1.5. Повышение устойчивости

- Повышение устойчивости связано с развитием равновесия, т.е. «чувства опоры». Основным здесь является привлечение внимания к контакту тела с полом. Необходимо расслабить брюшные мышцы, которые обычно напряжены, а также слегка согнуть колени. Голова, позвоночник и пятки должны находиться на прямой линии.
- Для того, чтобы в принципе почувствовать, что такое устойчивость, ребенку предлагается встать в свободной позе: перенести вес тела на правую ногу, почувствовать возникшие изменения; приподнять левую ногу, не теряя равновесия; вернуться в исходное положение. Выполнить то же самое на другой ноге, сосредоточив все внимание на собственном теле.

1.6. Работа с патологическими ригидными телесными установками

- Ригидные телесные установки ограничивают и обедняют движения ребенка.

- Основной методический прием «развязки» синкинезий заключается в фиксации одного (или нескольких) из патологически «связанных» уровней с параллельной нагрузкой на другой. Затем фиксируется второй уровень, а первый нагружается определенными движениями.

Степень фиксации варьируется от максимально внешней до произвольно контролируемой (без внешней опоры) самим ребенком, пока автономность движений не автоматизируется. После этого в активность включаются оба уровня одновременно: задаются разные движения для каждого уровня.



Пример: «развязка» синкинезий пальцы-язык-глаза».

Делаем пальчиковую гимнастику с одновременной нагрузкой на закрытые глаза и широкий язык.

1.7. Развитие целостного образа тела

- Развитие «чувствования» своего тела способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации от самого тела. Необходимым здесь является знакомство ребенка с языком выразительных движений.
- Индивидуальные упражнения направлены на восстановление и дальнейшее углубление контакта с собственным телом, невербальное выражение состояний и отношений (рассмотрены в уровне I)
- Парные упражнения способствуют расширению «открытости» по отношению к партнеру - способности чувствовать, понимать и принимать его (рассмотрены в уровне II)



Групповые упражнения через организацию совместной деятельности дают ребенку навыки взаимодействия в коллективе

Методы II уровня

- направлены на стабилизацию межполушарных взаимодействий.
- **Цели II** уровня: формирование операционального обеспечения психических процессов. Оптимизация и коррекция сенсомоторных взаимодействий. Формирование базовых составляющих произвольной регуляции.
- **Задачи:** формирование сенсомоторных взаимодействий. Формирование пространственных представлений. Развитие целостного образа тела. Освоение внешнего и телесного пространства. Развитие зрительно-моторной координации. Развитие ловкости, меткости.

2.1. Развитие чувства ритма

Развитие чувства ритма осуществляется по двум направлениям.

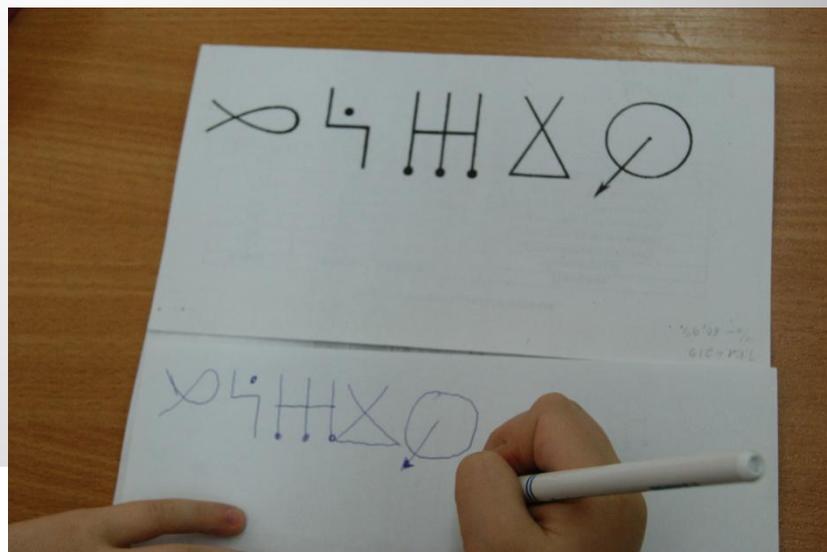
- Первое - совмещение ритма дыхания с движением, работа с самим ритмом дыхания
- Второе направление - ориентация на внешний ритм. Счет, хлопки в ладоши при выполнении упражнений.
Повторение ритма педагога правой, а затем левой рукой и д.р.

2.2. Развитие перцептивных и мнестических возможностей

- Повышение чувствительности к зрительной, слуховой, тактильной и обонятельной информации. Основным методическим приемом здесь является преимущественная нагрузка одного из сенсорных каналов, а затем перевод из модальности в модальность, межмодальный синтез, запоминание.
- Упражнения: - зашумленные, наложенные, нечеткие изображения;
 - опознание фигур, цифр или букв, «написанных» на правой и левой руке;
 - опознание на ощупь фигур, предметов или букв, показанных ребенку (осуществляется перевод из зрительной в тактильную модальность) и т. д.

2.3. Формирование пространственных представлений

- Первый шаг-маркировка левой руки ребенка, «верха и низа».
- Второй шаг-переход к графическим схемам, использование сложных фигур, графический диктант и т.д.)



- Третий шаг-осознание двигательных возможностей и расширение диапазона движений в разных зонах пространства: нижней (сюжетный контекст- «пустыня»); средней (сюжетный контекст- «царство животных»); верхней («царство птиц»)

2.4. Динамическая организация двигательного акта.

- Динамическая организация двигательного акта связана с переходом от единичных двигательных актов к системе однотипных движений, составляющих единую систему. (упр. «Цыганочка», «Ладушки» и т.д.)
- Двигательные занятия по серийной организации движений могут быть включены в программу коррекции вместе с графическими работами, аппликацией, мозаикой. В подобных заданиях ребенок должен одновременно следить за цветом, формой, порядком расположения элементов, за числом выполняемых элементов, а также вовремя переключаться с одного звена программы на другое.

2.5. Формирование одновременных и перекрестных сенсо-моторных взаимодействий

- упражнения, включающие взаимодействия рук или ног, сочетающие движения правой и левой половин тела.
- отработка согласованных движений головы, туловища, глаз, языка, рук и ног лежа на спине. Фиксированные позиции головы и туловища.

Например, выполняются одновременные движения глаз, языка, рук и ног: вверх, вниз, вправо, влево, сведение к центру (конвергенция глаз, сжатые челюсти, перекрест рук и перекрест ног).

2.6. Развитие ловкости

- Одна из наиболее важных задач психомоторной коррекции - развитие ловкости, имеющее наибольшее число положительных корреляций с развитием высших психических функций. На II уровне ставится задача развития телесной ловкости.
- Начало процесса здесь связано с акцентом на точность, реализуемую по ходу движения. Например, прилаживание ходьбы к неровностям почвы, ступенькам, подъемам и спускам; движений карандаша к обведению нарисованного контура и т. д.

Пример: «Классики», бег с изменением направления движения и т.д.

2.7. Развитие внимания

- Упражнения на развитие внимания строятся по следующему принципу: задается условный сигнал и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее реагировать на определенный 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.?»

Методы III уровня

- направлены на формирование оптимального функционального статуса передних отделов мозга.
- **Цели** III уровня: формирование смыслообразующей функции психических процессов и произвольной саморегуляции. Развитие ВПФ.
- **Задачи:** ритуалы, правила, и роли. Развитие памяти, внимания, логического и образного мышления. Причинно-следственные отношения. Последовательность. Произвольное внимание. Развитие навыков сотрудничества и коммуникативных навыков. Формирование новых полезных умений. Задачи 3-го уровня решаются по ходу коррекции 1-го и 2-го уровней.

Коррекционные методы III уровня

**3.1. Усвоение
правил
игры и роли**
(ролевые игры,
упражнения
«Живая картина»,
«Паровозик»)



3.2. Отработка коммуникативных навыков

Парные и групповые упражнения формируют навыки совместных действий («Слепой и поводырь» и т. д.)

3.3. Развитие произвольного внимания и памяти

Упражнения на переключение, на преодоление двигательного стереотипа («Звонкая цифра», «Запретное движение» и т. д.)

● **3.4. Синестезии и произвольная саморегуляция**

Упражнения:

- Зрительные представления (представь круг, сделай его красным, наложи на него квадрат и т. д.)
- Тактильные представления (прикоснись в воображении к коре дерева, крапиве, к снегу и т.д.)
- Обонятельные представления (представь, что ты вдыхаешь запах розы, бензина и т. д.)
- Вкусовые представления
- Слуховые представления
- Кинестетические представления (представь, что рука медленно пишет твое имя; а как она будет писать, если ты волнуешься, торопишься, засыпаешь и т.д.)
- Синестетические образы (назови фрукты, овощи красного цвета, через 1 минуту - зеленого цвета и т. д. (до 5 минут). Сначала упражнение выполняется произвольно, а затем сочетается с движениями глаз. Например, глаза направо - помидор, налево - вишня (или вверх - трава, вниз - огурец)

Упражнения направлены на обучение мозга подчиняться его собственным командам и работать именно так, как требуется в данный момент.