

«Нейропсихологические игры дома»

Игра – это ведущая деятельность ребёнка с рождения и до младшего школьного возраста. Она ненавязчиво учит социальным нормам, развивает умения и навыки ребёнка. В игре у малыша растёт интерес и мотивация к занятиям. Именно поэтому мы говорим о **нейропсихологических играх**, как одном из способов коррекции дисфункций у детей. Их используют **нейропсихологи** на коррекционно-развивающих занятиях с детьми.

Нейропсихология – наука, изучающая психические процессы, происходящие в головном мозге. С помощью неё мы понимаем, как работает наше внимание, память, ориентация в пространстве, восприятие окружающего мира и другое. Так, **нейропсихологи определяют**, в каком возрасте, какой уровень развития является нормой. Отстаёт ли малыш от сверстников, есть ли у него трудности в обучении или нет.

Нейропсихологические игры не заменяют полноценное обучение, а помогают и корректируют небольшие нарушения у детей.

Кому особенно полезны **нейропсихологические игры**? Ребятам, которым сложно сосредотачиваться, запоминать материал, переключаться с одного вида деятельности на другой, а также тем, у кого есть проблемы с поведением и обучением в школе. Они будут полезны и тревожным детям, которые боятся ошибок. Стоит обратить внимание и на тех ребят, которые порой чересчур импульсивно реагируют на что-то или, напротив, слишком медлительны. «Я учил, но уже забыл», «Перепутал», «Не заметил», «Мне сложно представить» и так далее – всё это корректируется **нейропсихологическими играми**.

Что они развивают:

Память. Внимание.

Виды восприятия: зрительное, слуховое, осязательное и др. Логику.

Умение делать прогнозы.

Умение приходить к выводам, основываясь на разных факторах.

Нейропсихологические игры могут использовать не только специалисты на своих занятиях, но и **родители в домашних условиях**. Но совсем необязательно иметь какие-либо нарушения в развитии. **Игры** в любом случае - это полезно и интересно для каждого. Дети развиваются играя. Им важно взаимодействовать со сверстниками, учиться работать в команде и за самого себя, видеть свои ошибки и делать выводы.

Прежде чем приступить к **нейропсихологическим упражнениям для детей**, убедитесь, что ребёнок в хорошем настроении. Не настаивайте и не перегружайте малыша занятиями, иначе достичь нужного эффекта не получится. Ребёнок начнёт протестовать и вовсе откажется от каких-либо совместных игр. Комбинируйте разные упражнения, чередуйте подвижные и спокойные занятия.

Начинайте с простых и доступных для малыша игр, чтобы он видел, что может с ними справиться. Постепенно добавляйте более сложные упражнения. Достаточно проводить занятия до получаса, главное – регулярно. Не забывайте хвалить ребёнка за успехи, не акцентируйте внимание на том, что не получается. И помните – это игра, где есть место веселью, никакой «обязаловки».

«Робот»

Цель **игры** – выполнять команды ведущего. Он говорит последовательность действий, например: правую руку вверх, правой ногой шаг назад, поворот налево, присед на левую ногу и так далее.

Важно говорить чётко и последовательно, чтобы малыш успел усвоить информацию и не запутался. Позже ребёнок хорошо запомнит, где какая сторона и будет выполнять действия быстрее и без ошибок. Тогда можно будет постепенно усложнять упражнение, подключив наклоны, повороты головы, взмахи и другое.

«Путаница»

Усложнённый вариант **игры «Робот»**. Ведущий говорит, какое действие необходимо выполнить, но сам при этом делает что-то другое. Например, нужно положить правую руку на бок, но он поднимает левую руку.

Задача ребёнка – не попасться на уловки ведущего, а внимательно послушать, что он говорит, и сделать всё правильно. Такое упражнение отлично улучшает концентрацию.

«Вода-земля»

Эту игру можно проводить как для одного ребёнка, так и для целой компании. Сделайте

«берег». Это может быть верёвка, плintус, край ковра, пледа или любая другая вещь, которая обозначит границу. Игроки встают на «землю». Ведущий говорит: «вода», дети должны прыгать на другую сторону. «Берег» - все возвращаются на землю. Сначала потренируйтесь, посмотрите, чтобы все дети поняли, что от них требуется, а затем переходите к основной части.

Ведущий может прыгать вместе с участниками, командуя: «вода», «земля», «вода», «земля». Когда ребята привыкнут к этой последовательности, измените её: «вода», «земля», «земля», «вода». На такую уловку, как правило, попадают те ребята, у которых есть трудности с переключением внимания. Они привыкли действовать по старой схеме и делают это автоматически. Если ребёнку сложно переключаться моментально, то можно предложить ему проговаривать действия вслух. Речь поможет сосредоточиться.

Следующим уровнем вводите «путаницу». Можно обманывать глазки. Говорите правильно, а делайте упражнение с ошибками. Малыш должен быть внимателен к вашим словам и следовать им. Потом можно поменять правила и обманывать ушки. То есть выполнять задания вы **будете правильно**, а говорить нет. Для ребят, которые привыкли действовать произвольно, такое задание окажется очень непростым. Игра научит их справляться с импульсивностью и быть внимательными.

Вместо «вода» – «земля», где нужно перепрыгивать на разные участки, можно использовать, например, «цветочки» – «деревья», где потребуется присаживаться и вставать.

«Меняемся ролями»

На этот раз вместо ведущего встаёт ребёнок. Теперь не ему говорят, что делать, а он. Пусть представит, что управляет человеком, который ничего не умеет. Он должен комментировать каждое действие.

Задача взрослого – делать всё в точности, что говорит ребёнок. Если он думает, что для приготовления бутерброда нужно только взять хлеб, а сверху положить на него колбасу, то так и сделайте, возьмите буханку хлеба и положите сверху палку колбасы.

Получился ли бутерброд? Каких действий не хватило? Малышу важно видеть, что получается. В следующий раз он будет планировать более тщательно.

«Повтори рисунок»

Ребёнок рисует картину, состоящую из геометрических фигур. Вы не должны видеть, что получилось. Художник должен сам детально и точно описать рисунок, а вы должны его повторить на своём листе. Получилось? Если да, то это отличный результат. Можете меняться ролями.

«Покажи путь»

Ведущему завязывают глаза. Ребёнок должен провести его от точки А до точки Б, подсказывая, куда двигаться и на сколько шагов. Например, два шага вперёд, четыре шага вправо, один шаг назад, два вправо, три вперёд.

Задача – ведомый не должен ничего задевать, пока идёт. Запрещается врезаться в стулья и стены, спотыкаться о подушки и тапки.

«Графический диктант»

Приготовьте листочек в клеточку. Вы диктуете, а ребёнок рисует, например, 2 клетки вправо, 1 вниз, 5 вправо, 3 вверх. Задача дошкольника быть внимательным и чётко следовать инструкциям. В итоге должен получиться рисунок. Примеры графических диктантов, а также советы, как их проводить смотрите в нашей статье.

Есть и другой вариант проведения диктанта. На листочке в клеточку ребёнок рисует какую-то фигуру, используя вертикальные и горизонтальные линии, диагональные нельзя.

Взрослый должен изобразить точно такой же рисунок, слушая только подсказки ребёнка. Каждый шаг не должен выходит за пределы одной клетки. Инструкция может быть такой: вправо, вправо, вверх, вверх, влево, влево, вниз, вниз. Получится квадрат 2х2.

«Расположи по порядку»

Это упражнение направлено на развитие памяти. Попросите ребёнка перечислить по порядку времена суток, времена года, месяцы, цифры, названия планет и так далее. Можно

использовать картинки.

«Найди меня»

В непрозрачный мешочек положите цифры и буквы. Подойдут детали от магнитной доски или вырезанные из картона.

Предложите ребёнку опустить руку в сумочку и отыскать загаданную цифру или букву.

«Угадай-ка»

Игра подходит для ребят старше 6 лет. Определите с ребёнком тему, например, животные, известные люди, праздники или возьмите карточки из **игры «Лото»**, где будут изображены разные предметы. Вы должны загадать что-то одно и попросить малыша угадать, что именно. Для этого он должен задавать вам вопросы, на которые можно отвечать только «да» или «нет».

Сложность в том, что часто дети начинают просто перечислять: «это тигр?», «сова?»,

«ящерица?». Но так игра затянется надолго. Угадать загаданное будет крайне трудно. Подскажите, что нужно объединять животных по группам и спрашивать об их общих признаках.

Например, есть обитатели рек и морей, а есть те, кто живёт на суше. Задав вопрос «это животное живёт в воде?» и, получив ответ «да» или «нет», можно отбросить огромную часть возможных вариантов.

Так, предметы можно разбить по размеру, цвету, предназначениям, материалам и другим признакам, и задавать вопросы в соответствии с этим. Постепенно круг возможных вариантов будет сужаться.

«Опиши меня»

Теперь очередь ребёнка загадывать предметы, а вы должны угадать задуманное по описанию. Например, малыш выбрал резиновые сапоги. Ему нужно рассказать о них так, чтобы вы поняли, о

чём идёт речь. Как это может выглядеть: «Их надевают в дождливую погоду, бывают разных цветов, ноги в них не промокают».

«Зеркальное рисование»

Распечатайте картинку. Она может быть любой, в зависимости от подготовленности ребёнка. Обратите внимание, чтобы на рисунке были мелкие детали.

Положите картинку перед ребёнком вверх тормашками. Он должен срисовать изображение, но в правильном виде.

Рисование двумя руками

Такая нестандартная техника творчества активизирует сразу оба полушария головного мозга. Специалисты используют параллельное рисование в качестве профилактики и коррекции дислексии и дисграфии. Ведь трудности с чтением и письмом, когда дети путают или пропускают буквы, становятся всё более распространённой. Рисование двумя руками повышает умственную способность и работоспособность, а также снимает тревожность, которая часто мешает сосредотачиваться на заданиях.

Для занятий с детьми предлагаем рабочие листы, где нужно одновременно двумя руками обвести по линиям узоры и рисунки. Рисовать можно карандашами, фломастерами или ручкой. Скачать материалы можно по ссылке ниже.

Нейрогимнастика

Вариант 1 *«Черепашка»*. Одна черепашка прячет голову в панцирь – ребёнок сжимает правую руку в кулак. Другая черепашка выглядывает из своего домика – левая ладонь раскрыта. Потом меняем руки. Повторяем упражнение несколько раз.

Затем усложняем гимнастику. В момент смены положения рук делаем хлопок. Постепенно ускоряемся.

Вариант 2. Сжимаем правую руку в кулак и ставим на ребро, затем расправляем ладонь, после кладем её на стол. Повторяем упражнение несколько раз, чтобы закрепить последовательность действий. Подключаем левую руку и делаем гимнастику одновременно двумя руками, постепенно ускоряясь.

Вариант 3. Сжимаем обе руки в кулак. Затем на левой руке раскрываем мизинец, а на правой – указательный палец. Делаем это одновременно. Убираем пальчики и меняем положение. Теперь на левой руке вытягиваем указательный палец, а на правой – мизинец.

Когда упражнения будут получаться без ошибок, добавляем хлопок, затем пробуем ускориться. Обратите внимание, что такую гимнастику выполнить очень непросто. Требуется концентрация, сосредоточенность и внимательность.

«Половинки»

Активная игра для детей старшего дошкольного возраста.

Вариант 1. Ребёнок садится на пол и поочерёдно начинает напрягать разные части тела. Например, сначала правую половину – руку, плечо, ногу, затем расслабляет все мышцы и вновь напрягает, только на этот раз правую половину тела.

Затем после очередной паузы задействует верхнюю часть – руки, плечи, шею, спину, грудь. В завершении напрягает нижнюю половину.

Вариант 2. Здесь требуется напрягать по очереди правое плечо, руку, бок, ногу. Затем переходим на левую сторону.

«Кольцо»

Упражнение, которое можно делать *«между делом»* : в дороге, на прогулке, в очереди, дома. Малыш перебирает пальчиками, соединяя большой палец со всеми остальными по очереди.

Сначала делается кольцо из большого и указательного пальцев, затем из большого и среднего, из большого и безымянного, из большого и мизинца. Нужно проделать это упражнение в прямом и обратном порядке как можно быстрее сначала на одной руке, а потом на обеих руках одновременно.

«Нейротаблица с геометрическими фигурами»

Нужно нарисовать табличку и разделить её на две равные части. На каждой стороне в произвольном порядке рисуются разноцветные геометрические фигуры.

Взрослый просит малыша отыскать, к примеру, зелёную трапецию. Малыш должен найти фигуры одновременно на обеих сторонах и показать руками.

Нейропризнаки

Положите перед ребёнком лист с разноцветными геометрическими фигурами. Задание – отыскать красные звёздочки и обвести их в круг правой рукой. Одновременно с этим нужно находить жёлтые квадраты и зачёркивать их левой рукой.

Найди и вычеркни

Это упражнение развивает внимательность, пространственное мышление, закрепляет образ цифр.

Нужно приготовить лист, где в произвольном порядке будут намешаны буквы и цифры.

Чем старше ребёнок, тем больше может быть табличка.

Можно вписывать любые цифры, но лучше брать те, которые малыш чаще всего путает, отзеркаливает или забывает.

«Дутибол»

В эту игру можно играть вдвоём. Из подручных материалов соорудите ворота. Они могут быть сделаны из карандашей, линеек, счётных палочек и других средств. Поставьте их на противоположные стороны. Мяч сделайте из скомканной салфетки или ваты. Положите его по центру. По сигналу игроки начинают дуть на салфетку, стараясь забить гол в ворота соперника.

Если ребёнок один, то можно взять вариант *«Рекорды»*, когда малыш дует на *«мяч»*, стараясь продвинуть его всё дальше.

Кто придумает больше слов

Задание – вспомнить и записать как можно больше слов на загаданную букву. Играют на время. **Выигрывает тот**, кто смог за 1 минуту назвать больше слов.

«Кошки-мышки»

Игра помогает снять импульсивность и повысить самоконтроль. Выполнять упражнение можно за столом или на полу. Взрослый и ребёнок садятся друг напротив друга. Один играет роль мышки, а другой – кошки. Мышка пальчиками гуляет по столу, а задача кошки изловчиться и поймать мышку в свои ладони. Мышке нужно быть внимательной и быстро убирать руки в момент опасности.

«Воображариум»

Нарисуйте геометрические фигуры и попросите ребёнка пририсовать к ним дополнительные элементы так, чтобы получился рисунок. Такая игра отлично развивает воображение.

Задачи на логику

Время от времени предлагайте ребёнку решать разные логические задачки. Примеры:

1. Термометр показывает 5 градусов холода. Сколько градусов покажут два таких прибора? *(5 градусов холода)*
2. Ребята отдыхали на скамейке. Перечисли **детей слева направо**, если сказано, что Нина сидела справа от Максима, а Максим справа от Кати? *(Катя, Максим, Нина)*
3. Что тяжелее 1 кг ваты или 1 кг железа? *(Одинаково)*
4. Миша доходит от дома до садика за 15 минут. Сколько у него уйдёт времени, если он пойдёт вдвоём с братом? *(15 минут)*
5. Нитку перерезали в пяти местах. Сколько всего частей получилось? *(Шесть)*
6. У Оли мелки: зелёный, голубой, фиолетовый. Какой мелок самый толстый, а какой самый тонкий, если сказано, что зелёный толще фиолетового, а фиолетовый толще голубого. *(Зелёный самый толстый, а голубой самый тонкий)*

Нейропсихологические игры полезны как для детей с различными нарушениями в развитии, так и для здоровых ребят. Играйте и развивайтесь непринуждённо и весело. Тогда обучение будет в удовольствие.

