Вторушина Марина Александровна

педагог-психолог

Серебрякова Алёна Александровна

педагог-психолог

ГСКУ АО « СРЦ для несовершеннолетних «Вера»

**Применение нейропсихологических техник в работе с детьми, испытывающими трудности в обучении.**

В настоящее время количество школьников, которые испытывают трудности в обучении неуклонно растет. Когда ребенок впервые приходит в школу, он, как правило, хочет учиться, хочет стать хорошим учеником. Однако у многих это желание вскоре пропадает. Ребенок начинает получать первые двойки. Одной из причин является современная щкольная система. На данный момент она не в полной мере соответствует возрастным и интеллектуальным особенностям детей. Школьные программы с каждым годом усложняются, не всегда ориентируясь на психические особенности ребенка. В результате даже способные дети попадают в разряд неуспевающих.

Отдельной категорией идут дети, родившиеся с признаками ПЭП (перинатальной энцефалопатии), с перинатальными поражениями ЦНС (центральной нервной системы); дети с СПНРВ (синдром повышенной нервно-рефлекторной возбудимости), с ММД (минимальная мозговая дисфункция), СДВГ (синдром гиперактивности с дефицитом внимания), с гипертензионным синдромом (повышенное внутричерепное давление).

Существуют эффективные методы коррекции особенностей развития детей и, соответственно, повышения уровня школьного обучения. Одним из таких методов являются занятия по нейропсихологической коррекции. Предпочтение на таких занятиях отдается телесно-ориентированным и двигательным методам.

Многие особенности развития ребенка можно скорректировать, пройдя с ним все этапы его сенсомоторного (двигательного) развития заново, начиная с рождения. В программе нейропсихологического сопровождения в каждом занятии имеется четыре основных блока упражнений:

- дыхательные упражнения;

- глазодвигательные упражнения;

- растяжки;

- упражнения двигательного репертуара.

**Дыхательные упражнения**

Дыхательные упражнения направлены на восстановление нормального дыхания в покое, а также в комплексе с различными движениями. Они способствуют усиленному снабжению кислородом всех органов и тканей организма, оптимизации тонуса мышц, снижению возбудимости, улучшению общего состояния ребенка. Одной из важнейших целей организации правильного дыхания у детей является формирование у них базовых составляющих произвольной саморегуляции.

Ребенок учится регулировать свое дыхание, делая его на разный счет, с задержкой, подъёмом одноименных и разноименных рук и ног - то на вдохе, то на выдохе. Под контролем и по разным программам, задаваемым взрослым, ребенок в итоге начинает самостоятельно контролировать свое дыхание. Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым и естественным, регулируемым непроизвольно. Научив ребенка контролировать дыхание, осознанно его регулировать, можно тем самым включить функции произвольной регуляции.

**Глазодвигательные упражнения**

К началу школьного обучения ребенок должен уметь оценивать пространство на 180 градусов как по вертикали, так и по горизонтали, и отслеживать это без поворота головы. Очень часто у детей наблюдается сужение поля зрительного восприятия, то есть ребенок видит только то, что находится перед ним. Остальное он замечает , только с помощью поворота головы или всего тела. Такие дети очень быстро устают и достаточно травматичны.

Имеющаяся у ребенка фрагментарность бывает не только в зрительной сфере, но, как правило, она проявляется и в других сферах, например речевой. И точно также, ка ребенок видит фрагментарно, он будет и слышать фрагментарно. Из фразы учителя такой ребенок ухватывает лишь какой - то момент, а что было перед ним, что после – он не знает, и начинает достраивать всё что угодно и фантазировать, придумывая несущественное, то, что учитель совсем и не говорил.

Глазодвигательные упражнения направлены на отслеживание предмета глазами на разных уровнях и по пяти основным направлениям: право, лево, верх, низ, к переносице и от переносицы, а также по четырем вспомогательным (диагональным) направлениям. По мере освоения таких упражнений в этот процесс постепенно добавляют движение языка.

**Растяжки и упражнения двигательного репертуара**

Растяжки - система специальных упражнений на растягивание, основанных на естественном движении. При их выполнении в мышцах должно быть ощущение мягкого растяжения. Выполнение растяжек способствует преодолению различного рода мышечных дистоний (гипо или гипертонусов), зажимов и патологических ригидных телесных установок; оптимизации и стабилизации мышечного тонуса и повышению уровня психической активности. Растяжки выполняются медленно, в щадящем режиме.

В процессе выполнения растяжек и двигательных упражнений происходит регуляция вегетативных нарушений, имеющихся у детей с ПЭП, коррекция патологических изменений, создание фундамента активно мышечной деятельности.

В процессе выполнения упражнений двигательного репертуара происходит освоение пространства собственного тела и пространства вокруг тела. Отработка таких понятий, как «верх-низ», « впереди-позади», «право-лево» является хорошей профилактикой нарушений письма, чтения и счета у старших дошкольников и младших школьников.

**Примеры упражнений**

*Дыхательное упражнение*

И.п. Ребенок лежит на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены, ребенок не должны шевелить ногами.

- упражнение выполняется только по команде взрослого « вдох-выдох».

- во время команды взрослого «вдох» ребенок делает глубокий вдох через нос (рот закрыт), одновременно с вдохом надувает живот как шарик.

- во время команды взрослого «выдох» ребенок делает выдох через широко открытый рот (шумно), одновременно с выдохом втягивает живот.

Можно положить одну руку на грудь, другую на живот для того, чтобы почувствовать, когда живот поднимается, а когда опускается. Живот надувается плавно, одновременно с выдохом. Живот втягивается плавно, одновременно с выдохом.

*Глазодвигательное упражнение*

И.п. Ребенок лежит на спине. Голова неподвижна, рот открыт, язык высунут и лежит на губе. Руки лежат вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы рук прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги выпрямлены, не перекрещены, не шевелятся.

- нужно научить ребенка следить глазами за яркой точкой на конце ручки, не двигая при этом головой.

- во время выполнения упражнений рот у ребенка открыт, язык высунут и спокойно лежит на нижней губе, важно, чтобы ребенок зажимал язык губами или зубами.

*Растяжки*

И.п. Ребенок лежит на спине. Голова неподвижна, глаза смотрят в потолок, рот закрыт. Руки вытянуты вдоль тела, ладони лежат на полу, пальцы рук плотно прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены и не шевелятся.

- по команде взрослого « раз» ребенок поднимает голову, не поднимая плеч. По команде взрослого «два» ребенок опускает голову на пол и расслабляется.

Выполнить 6 раз.

Ещё одним из эффективных направлений нейропсихологии является - **фрактальное рисование**. Метод, получивший название "фрактальный", был впервые применен в 1991 г.

Суть **метода** базируется на использовании взаимосвязей между ручной "моторикой" человека и его психическими/психофизиологическими состояниями. Активизируя нейронные связи через мелкую моторику в процессе **фрактального рисования**, улучшается память, активизируется речь и развиваются спящие творческие способности. Рисунок несёт информацию о состоянии души и тела. В сочетании с музыкотерапией может использоваться как здоровьесберегающая технология для снятия напряженности и усталости в периоды большей загруженности *(подготовка к экзаменам, олимпиадам и т. д.)*. Это уникальный **метод**, который позволяет соприкоснуться с чем-то важным внутри нас, а также  позволяет задействовать глубинные механизмы подсознания, позволяет улучшить состояние своего здоровья, гармонизировать ситуации, связанные с творческими и межличностными проблемами.

Главная задача **метода фрактального рисования** — самовыражение человека через рисунок, выполненный по определённым правилам.

**Фрактальное рисование подходит для детей** *(от 5 лет и старше)*

**Что же нам нужно для фрактального рисования**

**Инструменты:**

1. набор цветных карандашей, фломастеров и ручек по возможности большего количества цветовых оттенков;
2. лист ватмана формата А 4;
3. шариковая (гелевая) ручка черного или темно-синего цвета, в крайнем случае, черный тонкий фломастер.

**Как рисовать.**

1. Лист перед собой расположить по горизонтали;
2. Шарик ручки устанавливаем в любой точке листа;
3. Закрыв глаза, 45 – 60 сек. рисуем непрерывную линию, стараясь заполнить как можно большую площадь листа;
4. Линия должна быть четкая и хорошо прочерченная;
5. Скорость движения ручки средняя, без резких росчерков;
6. Рисуем спокойно, стараясь разнообразить направления линий, с большим количеством пересечений по горизонтали, вертикали и диагонали, выполняя круговые, овальные, геометрические и любые другие контуры, стараясь разнообразить движения кисти руки и не допуская частых повторов: только круговых форм; только петлеобразных форм; только 8-образных форм; только углообразных форм.
7. При закрашивании необходимо помнить, что соседние ячейки, разделенные линией, нельзя заполнять одним и тем же цветом. Допускается закрашивание соседних ячеек, если они соприкасаются в точке пересечения. Нельзя закрашивать одним оттенком или цветом группу ячеек.
8. Ячейки необходимо закрашивать без штрихов, аккуратно и ровно. Самые маленькие ячейки старайтесь закрашивать только ручкой.
9. Карандаши надо брать из общей массы, с закрытыми глазами: что попадется в руки. Сами ячейки закрашивайте открыв глаза, не выбирая место расположения ячейки: куда рука карандаш поставила, там и закрашивайте.
10. Одним цветом можно закрасить либо одну ячейку, либо несколько ячеек в разных местах рисунка, но не более 10—15. В случае, когда в руки попадается карандаш одного и того же цвета, и нет желания использовать этот цвет, необходимо закрасить хотя бы одну ячейку и лишь затем поменять карандаш.
11. Допускается и рекомендуется использовать при закрашивании одновременно и карандаши, и фломастеры, и ручки.

Уникальность метода фрактального рисунка заключается в его простоте и доступности для каждого желающего. В основе метода лежат наши цветоощущения, графическая пластика линий и всё, что с этим связано. Этот метод может быть применен не только для развития нейропсихических процессов, но и для развития навыков общения и является идеальным инструментом для повышения самооценки и укрепления уверенности в себе, оказывает влияние на становление ребенка как личности общества, способствует сохранению и укреплению психического здоровья детей, развивает творческое начало.

**Список литературы:**

1. Лебедева Л.Д., Никонорова Ю.В., Тараканова Н.А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии.-Пб.: Речь, 2002.

2. Полуяхтова Т. З. , А. Е. Комов «Родник фрактальной мудрости, или свежий взгляд на наши возможности». М.: Издательский Дом *«Деловая литература»*, 2002.

3. Хомская Е.Д. «Нейропсихология», М.: УМК «Психология», 2002 г., с.10 - 80, 302-316.

4.Колганов В.С. Нейропсихологические занятия с детьми. М-. Айрисс-пресс, 2019

5.Кожушко Н.Ю. Диагностика и коррекция снижения обучаемости у детей-СПб.: « Детство-пресс», 2008.

6.Праведникова И. И. Нейропсихология. Игры и упражнения, Изд. «АЙРИСпресс»,2017

7.Соболева О.Л. Экспериментальный