**Практикум для педагогов**

 «Нейропсихологические игры и упражнения, как средство коррекции и развития высших психических функций у старших дошкольников, в том числе и дошкольников с ОВЗ»

**Цель:** оказание практической помощи педагогам в использовании нейропсихологических игр в развитии дошкольников старшего возраста.

**Задачи:**

 **-** сформировать представления о необходимости использования в своей практике нейропсихологического подхода;

-конкретизировать представления педагогов о принципах организации и содержании нейропсихологических игр;

- создать условия для профессионального            общения, самореализации и стимулирования творческого потенциала педагогов.

**Орг.момент.**

Добрый день, уважаемые педагоги! Мы рады всех вас видеть на нашем практикуме. Начать я хотела бы с японской пословицы: «Расскажи мне - и я услышу, покажи мне - и я запомню, дай мне сделать самому - и я научусь!».

А сейчас давайте настроимся на положительную атмосферу.

***Упражнение «Обезьяна, слон, пальма»***

**Цель:** снятие эмоционального напряжения, создание теплой атмосферы между участниками

1. Участники стоят в кругу. В центре тренер.

2. Тренер предлагает участникам три слова и соответствующие жесты.

3. Условие игры. Пальма – поднять руки вверх, обезьяна – закрыть руками лицо, слон – сложить руки на животе. Предложите всем вместе прорепетировать жесты, чтобы убедиться, что правильно поняли условие.

4. Задание. Когда тренер показывает пальцем на кого-то в кругу и говорит какое-то слово, этот человек и два его соседа справа и слева выполняют необходимые движения.

Итак, с прекрасным настроением и позитивными эмоциями мы начинаем практикум.

**Актуальность темы.**

«Наверняка в своей практике вы заметили, что с каждым годом увеличивается количество детей с особенностями психофизического развития. Какие основные проблемы в процессе работы с дошкольниками вы можете обозначить? *(ответы педагогов).*

В последние годы сложно встретить детей просто с речевыми нарушениями. Даже ОНР в чистом виде встречается не так часто. Часто в ДОУ попадают дети с органикой, которым неврологи ставят диагноз ММД (минимальная мозговая дисфункция, СДВГ (Синдром дефицита внимания и гиперактивности, ЗПР, УО, ТНР, ДЦП, РДА.

Проблемы с координацией, общей и мелкой моторикой, восприятием, вниманием, памятью, трудностями формирования пространственных представлений. Дети данной категории моторно неловки. Они не могут бросить мяч в цель и поймать его, обвести предмет по контору.

В итоге эти дети приходят в школу, и не могут освоить чтение и письмо. Чтобы количество школьников с перечисленными проблемами сократилось (а их число неуклонно растёт) необходимо решить все эти проблемы в дошкольном возрасте.

**Нейропсихологические упражнения -** это эффективнейшая методика, позволяющая без использования медикаментов, помочь детям при нескольких видах нарушений.

Цели нейропсихологической коррекции:

* развитие высших психических функций;
* функциональная активация подкорковых образований мозга;
* обеспечение и регуляция общего энергетического, активационного фона, на котором развиваются все психические функции;
* стабилизация межполушарного взаимодействия;
* обеспечение приемов и тонкого анализа модально-специфической информации (тактильной, двигательной (кинестетической, динамической), зрительной, слуховой;
* обеспечение регуляции, программирования и контроля психической.

Можно обозначить основные факторы риска для полноценного психического развития:

1 Родовая травма, кесарево – сечение, преждевременные роды, общий наркоз, асфиксия, и т.п.

2 Ребёнок по тем или иным причинам был ограничен в движении с первых дней жизни, не сосал грудь, мало ползал, ходил на цыпочках, поздно начал говорить. Он быстро возбуждается или напротив излишне медлителен, плохо засыпает, с трудом усваивает бытовые навыки.

3 Часто болеющие дети.

4 Испытывает трудности, когда общается с чужими людьми, не может сосредоточиться, быстро отвлекается, не выполняет элементарных правил. Коверкает слова, плохо рисует, не удерживает ритм на занятиях физкультурой.

Главная задача – введение нейропсихологических техник именно на периоде дошкольного детства, поскольку все системы мозга и организма ещё очень пластичны.

 **Уникальность метода.**

Вклад в развитие этой технологии внесла Анна Владимировна Семенович - нейропсихолог, кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры клинической психологии Московского городского психолого – педагогического университета, факультета психологического консультирования. Универсальность метода в том, что заниматься по этой технологии в детском саду сможет не только специалист- психолог или логопед, но и воспитатель группы, а в семье такие занятия можно начинать гораздо раньше трёх лет.

В последние годы обозначилась тенденция к очевидному отягощению соматического развития детей. Это вегетососудистые и мышечные дистонии, возрастание случаев патологической леворукости, повышенная возбудимость мозга, гиперактивность, дефицит внимания и снижение иммунных механизмов. А в целом – эмоционально-личностную и познавательную неготовность к обучению. При нейропсихологическом обследовании у них выявляется несформированность широкого спектра психических функций: восприятия, пространственных представлений, памяти. Из раннего возраста, неблагоприятные нюансы развития ребёнка (без соответствующей профилактики и коррекции) благополучно перекочёвывают в дошкольную и позже в школьную реальность. Пока ребёнок находится в домашних условиях многие его «пробелы» маскируются ближайшим окружением, то мама подскажет, то бабушка поможет. Уже в детском саду ребёнок оказывается в новой обстановке, где существуют определённые правила и ориентация на общепринятые компетенции. И если произошёл сбой в психологическом развитии, трудности будут нарастать. Для преодоления таких проблем используют базовую нейропсихологическую технологию- метод замещающего онтогенеза. С помощью упражнений можно как бы «замещать» то есть конструировать заново те отрезки развития ребёнка, которые он не прошёл по тем или иным причинам. Нейропсихологические упражнения можно использовать и как абилитационные, то есть направленные на выявление и развитие разнообразных способностей ребёнка. Мозг всегда с большой благодарностью откликается на любое внимание к себе, а нейропсихологические психотехники – лучший для него витамин, который не поздно начать «принимать» в любом возрасте. Недаром взрослые, занимающиеся с ребёнком по методу замещающего онтогенеза, всегда отмечают повышение собственной энергетики, улучшение настроения и даже омоложения мыслей, души и тела.

Дошкольный период детства – самое лучшее время для нейропсихологических занятий, так как результаты (при регулярных занятиях) не заставляют себя ждать. Что бы обеспечить нормальное развитие ребёнка достаточно использовать ежедневно ряд психотехник, которые могут с большой пользой применяться в дошкольном учреждении и в повседневной жизни вообще. Они будут полезны всем членам семьи для поддержания хорошего психологического тонуса. Для успеха нейропсихологического сопровождения детей необходимо соблюдать некоторые правила, во-первых, прежде чем начать заниматься с детьми надо сделать предложенные упражнения самому педагогу или родителям, первостепенно это относится к двигательным и дыхательным упражнениям. Только прочувствовав собственным телом каждое задание, взрослый будет уверен в том, что понимает ощущения ребёнка. Во-вторых, не надо бояться количества упражнений: они не рассчитаны на мгновенное освоение. Осваивается одно- два упражнения в течении дня. Как только эта «зарядка» усвоена, прибавляем ещё два. Каждое упражнение делается 3-5 раз, поэтому занимает не много времени, а пользу приносит немалую.

Нейропсихологическая коррекция включает в себя несколько групп игр и упражнений: дыхательные, глазодвигательные, самомассаж, телесные упражнения, игры на развитие межполушарного взаимодействия, контроля, саморегуляции, игры на развитие чувства ритма, игры с мячом, игры на релаксацию.

**Практический этап**

Остановимся подробнее на упражнениях для развития межполушарного взаимодействия, контроля и саморегуляции, на играх с мячом, играх на релаксацию.

**Упражнения для активизации межполушарного взаимодействия**.

Межполушарное взаимодействие – это особый механизм объединения левого и правого полушария в единую интегративную, целостно работающую систему. Развитие межполушарных связей построено на упражнениях и играх, в ходе которых задействованы оба полушария мозга.

В результате развития межполушарного развития:

* создаются принципиально новые связи мозга;
* расширяются резервные возможности функционирования головного мозга ребенка.

***Рекомендации по проведению кинезиологических упражнений:***

* систематичность выполнения (занятия проводятся ежедневно, без пропусков);
* работа как левой, так и правой рукой поочерёдно, согласованная работа обеих рук одновременно;
* точное выполнение детьми движений и приемов;
* постепенное увеличение темпа выполнения и сложности предлагаемых упражнений;
* длительность одного упражнения - не более 1 мин;
* продолжительность занятий до 15 минут в день.

1*. «Оладушки»* Правая рука лежит на колене ладонью вниз, левая – на другом колене ладонью вверх. Одновременная смена: теперь правая – ладонью вверх, а левая ладонью вниз. По мере усвоения – движения ускорять. (слайд 8)

*Мы играли в ладушки – жарили оладушки.*

*Так пожарим, повернем и опять играть начнем.*

Менять положение рук при этом проговаривать слоги: са-ша, ал-ол

*2. «Червячок в яблочке».* Дети показывают два кулачка (яблочки), на правом кулачке выставляют большой палец вверх (это червячок), затем по хлопку меняют, теперь на левом кулачке большой палец выставляет вверх, а на правом убирают. Нельзя. Чтобы два червячка встретились.

3. *«Зайчик»*

Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем. Указательный и большой пальцы соединяются. Средний, безымянный, мизинец вытянуты вперед.

*Прыгнул заинька с крылечка*

*И в траве нашел колечко.*

*А колечко не простое –*

*Блестит, словно золотое*.

*4. «Кулак-ребро-ладонь»*

Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе по 8-10 раз. Можно давать себе команды (кулак-ребро-ладонь).

кулака и ладони. Подышать, быстро меняя положение кулака и ладони попеременно. На каждое положение произносить свистящие звуки: с, з, ц

*5. «Зеркальное рисование»*

Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу. Рисовать одновременно двумя руками зеркально – симметрические рисунки. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки.

На столах лежат листы с различными нейродорожками, вам нужно провести по ним одновременно сразу обеими руками. Кто быстро справится задание дам посложнее. Одновременно двумя руками нарисовать 2 утят. Кроме сложности в заданиях, увеличивается тем выполнения.

**Упражнения с мячом**.

* активизирует весь организм, все анализаторные системы;
* развивают реакцию, координацию движений и межполушарное взаимодействие.

***Упражнения в кругу***

Требования: темп ускоряем, добавляем сложность в упражнении

*1. «Себе - другу»*

 *2. «Части тела»* Правила: игроки передают мяч по кругу, прикасаясь к какой – то части тела соседа, сосед берёт мяч и называет часть тела к которой прикоснулись, передавая мяч, например, «правая ступня».

***Упражнение в паре (стоя).***

1.Взрослый произносит слово и кидает мяч, а ребенок ловит мяч и называет слово,  связанное   со   словом   взрослого, например: взрослый    говорит: *«Небо»*, а ребенок отвечает: *«Облако»*– и кидает мяч обратно.

2. Взрослый и ребенок садятся на пол на расстоянии 2-3 м друг от друга и берут большой мяч. Они раздвигают ноги и начинают перекатывать мяч по полу. Сначала отталкивают его от себя двумя руками, через минуту или две ребенок убирает левую руку за спину и катает мяч только правой рукой, а через 3 минуты – только левой. Мяч должен катиться ровно и прямо в руки партнеру.

Для активизации и развития мозга так же можно использовать нейропрописи, задания на узнавание наложенных, перечёркнутых изображений, картинки со скрытым смыслом, корректурные пробы и т. д.

Затем предлагается каждому педагогу выполнить задание из нейропрописей одновременно двумя руками.

С целью развития контроля и саморегуляции можно использовать следующие игры и упражнения:

Игра *«Четыре стихии»*

Педагоги стоят врассыпную. Ведущийобъясняет правила игры: на слово *«земля»* играющие опускают руки вниз, на слово *«вода»* – вытягивают руки вперёд, на слово *«воздух»* – поднимают руки вверх, на слово *«огонь»* – производят вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Педагог произносит слова вразнобой, воспитатели выполняют соответствующие движения. Тот, кто ошибается, считается проигравшим.

*Игра «Сохрани слово в секрет»*

Сейчас я буду называть разные слова, а вы будете их чётко за мной повторять. Но помните об одном условии: названия цветов *(растения)* - это наш секрет, их повторять нельзя. Вместо этого, встретившись с названием цветка, вы должны молча хлопнуть один раз в ладоши. Примерный список слов: окно, стул, ромашка, ириска, просо, плечо, шкаф, василёк, книга, стол, хризантема, портфель, мышь, компьютер, астра, и т. д.

Варианты:

1. нельзя повторять слова, начинающиеся на звук [р];

Список слов: палисадник, ракета, телефон, робот, пол, работа, принтер, коврик, рис, ручка, шкаф, экран, весна, радость, лист, дерево, рывок и т. д.

2. нельзя повторять слова, начинающиеся с гласного звука;

3. нельзя повторять названия животных;

4 нельзя повторять имена девочек;

5. нельзя повторять слова, состоящие из 2-х слогов, и т. д.

В ходе организации игр детьми, когда ребёнок станет хорошо и постоянно удерживать правило, переходите к игре с одновременным использованием двух правил.

Например:

1. нельзя повторять названия птиц, надо отмечать их одним хлопком;

2. нельзя повторять названия предметов, имеющих круглую форму (или зеленый цвет, надо отмечать их двумя хлопками.

*Упражнение**«Цветные слова»*

Назовите цвет каждого слова. Необходимо отвлечься от смысла написанного, обращая внимание только на цвет.

 **Релаксационные упражнения**

Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снимают напряжение.

Установлено, что эмоциональное возбуждение ослабевает при достаточно полном расслаблении мышц, снижении степени бодрствования головного мозга, когда человек становиться наиболее внушаемым. Поэтому применение релаксационных упражнений актуально в работе с детьми, имеющими речевые проблемы.

Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, расслабить мышцы, что необходимо для исправления речи. Упражнения по релаксации помогают создать спокойное настроение, радостную и свободную обстановку на занятиях.

*Упражнение 1. «Голубое небо»*

Сесть прямо, положить руки на колени раскрытыми ладонями вверх. При вдохе представить, что вдыхаете голубое небо (солнечный свет и т. д.) Можно выдыхать свое беспокойство, страх, напряжение. А вдыхать спокойствие, уверенность, легкость.

*Упражнение 2. «Солнышко»*

И. п.: стоя. Закройте глаза, вытяните руки. Представьте, что на ладошках у вас лежат маленькие солнышки. Через пальчики, как лучики солнышка, идет тепло по всей руке. Опустим руки, теперь они у нас отдохнут. Переключаем внимание на ноги. Солнечные лучики согревают стопы, пальцы ног. Усталость проходит, мышцы отдыхают. Улыбнитесь друг другу, скажите добрые слова.

*Упражнение 3. «Рот на замочке»* (расслабление мышц лица).

Поджать губы так, чтобы их совсем не было видно. Закрыть рот на «замочек», сильно-сильно сжав губы. Затем расслабить их

У меня есть свой секрет, не скажу его вам, нет (поджать губы). Ох, как сложно удержаться, ничего не рассказав (4–5 с).
            Губы все же я расслаблю, а секрет себе оставлю.

***Итог практикума:***

Движение может заменить лекарство – но ни одно лекарство не заменит движения Ж.Тассо

Благодаря нейропсихологическим упражнениям оптимизируются интеллектуальные процессы, повышается работоспособность, улучшается мыслительная деятельность, синхронизируется работа полушарий головного мозга, снижается утомляемость, восстанавливается речевая функция, повышается иммунная система, улучшается память, внимание, мышление.

Таким образом, регулярное выполнение нейропсихологических игр и упражнений с детьми дошкольного возраста формирует необходимые психические функции, готовит их к обучению в школе.

**Рефлексия**
Уважаемые коллеги, надеюсь, вы пополнили свою рабочую копилку новыми упражнениями, которые так же станут для вас любимыми и полезными в работе с детьми дошкольного возраста.
Нам остаётся только поблагодарить Вас за внимание, и за работу.

Выразите одним словом свое мнение или впечатление о мероприятии, не повторяя высказывания (педагоги передают мяч друг другу, высказываются).

Что было сложно и что было легко?

Закончить наш практикум хочу восточной притчей:

«Давным-давно в старинном городе жил Мастер, окружённый учениками. Самый способный из них однажды задумался: «А есть ли вопрос, на который наш Мастер не смог бы дать ответа?» Он пошёл на цветущий луг, поймал самую красивую бабочку и спрятал её между ладонями. Бабочка цеплялась лапками за его руки, и ученику было щекотно. Улыбаясь, он подошёл к Мастеру и спросил:

— Скажите, какая бабочка у меня в руках: живая или мёртвая?

Он крепко держал бабочку в сомкнутых ладонях и был готов в любое мгновение сжать их ради своей истины.

Не глядя на руки ученика, Мастер ответил:

— Всё в твоих руках».

Педагог: «Действительно, действовать, расширять ли профессиональные горизонты или оставить свои профессиональные умения и знания на имеющемся уровне…все в руках каждого из нас. Желаю удачи!

Творческих всем успехов!

**Список литературы**

1. Лоренс Кац Фитнес для мозга 65 упражнений нейробики/Л. Кац. - Минск: Поппури 2017.

2.Семенович А. В. В лабиринтах развивающегося мозга. Шифры и коды нейропсихологии/ А. В. Семенович. - М. : Генезис 2017. — 432 с

3.Сунцова А.В., Курдюкова С.В. Развиваем память: игры, упражнения, советы специалистов. — М.: Эксмо, 2009.

4.Хомская Е.Д. Нейропсихология. — СПб.: Пигер, 2005.

5. Глозман Ж.М. Нейропсихология детского возраста. — М.: Академия, 2009. 6.Истомина З.М. Развитие внимания. — М.: Просвещение, 1978.

7.Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. — М.: