КГУ «Школа- гимназия №3 отдела образования города Костаная» Управления образования акимата Костанайской области.

Бузанова Лямзия Амантаевна

Учитель начальных классов

**«Нейропсихологические игры и упражнения в начальной школе»**

В настоящее время число школьников, которые испытывают трудности в обучении, неуклонно растёт. И это факт. И надо с этим что-то делать. Все мы прекрасно знаем, что каждый ребенок индивидуален в своем развитии, как в физиологическом и эмоциональном, так и психическом. И не все психические процессы у одного ребенка будут развиты на должном уровне по сравнению с другим ребенком. Например: один ребенок уже к 4 годам может читать чуть ли не бегло, а другой, учась в школе даже не в первом классе, с трудом усваивает послоговое чтение, неуверенно знает или вообще путает буквы. У одних детей абсолютная грамотность, а другие, даже зная наизусть все правила, допускают на письме кучу ошибок.

Все вы сталкивались с такими явлениями. Так почему же именно нейропсихологический подход необходим на всех занятиях, как основных, так и дополнительных? Потому что именно комплекс нейропсихологических игр и упражнений разовьёт нужные психические функции, будут стимулировать и гармонизировать работу правого и левого полушарий. В результате такого подхода у детей улучшается внимание и память, развивается мышление и речь, усиливается контроль над своим поведением и, как следствие, повышается успеваемость и сохраняется мотивация к обучению.

Все мы с вами знаем, как игровая деятельность повышает эффективность усвоения учебного материала. Ребенок, обучаясь, получает удовольствие. Снимается тревожность, напряжение.

В начальной школе простые упражнения на уроке или на дополнительных занятиях в форме зарядки или игрового задания помогают справиться с некоторыми проблемами.

Предлагаю вашему вниманию упражнения, которые не требуют специального оборудования и помещения.

Уроки обычно начинаю с ***дыхательной гимнастики***, так как она оптимизирует газообмен и кровообращение, вентиляцию всех участков легких, массаж органов брюшной полости, способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. Дыхание успокаивает и способствует концентрации внимания.

Покажу одно упражнение, на самом деле их много, и все их можно найти на просторах интернета или в специальных изданиях.

***Дыхательное упражнение «В цветочном магазине»***

Представьте, что вы пришли в магазин цветов и почувствовали восхитительный аромат цветущих растений. Сделайте шумный вдох носом и выдох ртом (2-3 раза).

***Дыхательное упражнение «Побрызгайте бельё водой»***

(в один прием, три, пять)

Глубокий вдох и имитация разбрызгивания воды на белье.

Так же на уроках обучения грамоте провожу ***упражнения для глаз***, так как они помогают сохранить и улучшить зрение, а так же активизируют разные участки мозга. Проверено: если перед диктантом уделить пару минут такой разминке, то ученики пишут работу гораздо лучше.

***Словесная зрительная гимнастика***

Голову держим ровно, не поворачиваем, двигаются только глаза. Посмотрели наверх, налево, направо, вниз. Глазками начертите круг, треугольник, квадрат, нарисуйте гриб. Закройте глазки. Открываем глаза.

***«Радуга»***

Глазки у ребят устали. (Поморгать глазами.)

Посмотрите все в окно, (Посмотреть влево-вправо.)

Ах, как солнце высоко. (Посмотреть вверх.)

Мы глаза сейчас закроем, (Закрыть глаза ладошками.)

В классе радугу построим,

Вверх по радуге пойдем, (Посмотреть по дуге вверх-вправо и вверх-влево.)

Вправо, влево повернем,

А потом скатимся вниз, (Посмотреть вниз.)

Жмурься сильно, но держись. (Зажмурить глаза, открыть и поморгать ими)

Ну и как же без ***пальчиковой гимнастики***! Неспроста задания на моторику активно используются в диагностике нейропсихологических проблем. Непривычные движения, концентрация на разных комбинациях пальцев помогают «зажечь лампочки» в голове.

Карандаш в руках катаю, (Прокатывать карандаш между большим пальцем и поочередно всеми остальными).

Между пальчиков верчу.

Непременно каждый пальчик

Быть послушным научу!

***Как живёшь?***

- Как живёшь? - Вот так! (Показать большой палец)

- А идешь? - Вот так»! («Шагать» пальчиками по столу)

-Как даешь? - Вот так! (Протягивать открытую ладонь)

- Ждёшь обед? - Вот так! (Кулачок подпирает лицо)

- Машешь вслед? - Вот так! (Помахать рукой)

-Утром спишь? - Вот так! (2 ладошки под щекой)

- А шалишь? - Вот так! (Щёки надули и руками лопнули)

***«Ухо-нос»***

Одновременно правая рука дотрагивается до носа, а левая берется за ухо. Далее чередуем руки. Можно усложнить, добавив между движениями хлопок.

***«Кулак-ладонь-ребро»***

Ребенку показывают три положения руки на плоскости пола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет движения вместе с инструктором, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При затруднениях в выполнении инструктор предлагает ребенку помогать себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

***Игра «Алфавит»***

Дети называют верхнюю букву в клеточке и одновременно поднимают правую руку, если под ней бука «П», или левую руку, если под ней буква «Л». Если же это буква «О», то надо поднять одновременно две руки.

Задания для обеих рук:

- письмо букв двумя руками одновременно (на этапе дифференциации букв, на этапе связи звука с буквой);

- раскрашивание двумя руками (можно связать с темой урока);

- письмо в воздухе одновременно правой и левой рукой разных геометрических фигур, букв;

***Упражнение «Прыжки по квадратам»***

Развивает умение быстро переключаться, следовать инструкции. Укрепляет руку при письме.

Дети по команде взрослого начинают писать в первом квадрате. Писать нужно целой строкой, не делая пробелов, как одно слово. В какой-то момент взрослый хлопает в ладоши и называет номер другого квадрата. Ребенок должен быстро начать писать в заданном квадрате. Через какое-то время детей можно вернуть обратно в первый и другие пройденные квадраты. Он должен быстро сориентироваться, где остановился, и продолжить писать с этой буквы.

***Упражнение «Запомни фигуры»***

Ребенку предлагается рассмотреть и запомнить изображения на карточках (так же можно нарисовать на доске), а затем нарисовать их у себя на бумаге.

***Игра «Кто быстрее?»***

Учитель засекает время 1 минуту, дети одновременно по команде как можно быстрее записывают слова, которые начинаются на загаданную заранее букву. Побеждает тот, у кого получилось больше слов.

Системность в работе с детьми на выполнение нейропсихологических упражнений обязательно даст свои результаты, тем более, если вы эти упражнения игры будете со временем усложнять. Ведь все мы с вами знаем об этом принципе – от простого к сложному!

Применяя эти нехитрые упражнения и игры мне удалось добиться следующих результатов:

– Дети стали включаться в учебную деятельность более активно, и, как следствие, начали лучше воспринимать информацию.

– У детей стало преобладать произвольное внимание над непроизвольным.

– Качество двигательных навыков стало значительно выше, трудности переключения с одного вида движения на другое заметно сократились, они стали лучше координировать свои движения.

– При выполнении какого-либо задания дети начали удерживать алгоритм последовательности действий.

– На занятиях по продуктивным видам деятельности детям удается доводить начатое дело до конца, получая результат своей работы.

– Уровень развития коммуникации и речевой деятельности возрос.

– Выполнение упражнений доставляет детям удовольствие, заряжает их энергией и позитивом, повысилась работоспособность.

– Улучшилась внешняя социализация и коммуникация детей (дети с радостью делились новыми навыками со сверстниками, демонстрируя свои новые умения), повысилась их самооценка.

- Повысилась успеваемость и мотивация к обучению.