

Нейропсихологические аспекты воспитания ребенка

Подготовила учитель-логопед МБДОУ МО
г.Краснодар «Центр- детский сад № 217 Ермакова Ю.В.

Непростая экологическая обстановка, гаджетомания, последствия родовых травм — все эти и другие факторы сказываются на зрелости мозга ребенка с нейропсихологической точки зрения.

Вообще, нейропсихология — наука, включающая несколько дисциплин: психологию, неврологию, логопедию. Она изучает механизмы высших психических функций и степень их зрелости. Речь идет о памяти, внимании, воображении, мышлении и т. д.

В какой же момент стоит подумать о том, чтобы заручиться помощью специалиста? Если вы заметили странное поведение, возбудимость, ранимость ребенка, трудности в обучении и усваивании программы, недостаток внимания, усидчивости, сложности в общении. Задача нейропсихолога — определить отдел мозга, нуждающийся в коррекции, а затем привести показатели в норму. После диагностики специалист порекомендует оптимальные методы нормализации работы структур мозга и индивидуальную программу с упражнениями для развития ребенка. Нейропсихологическая помощь помогает: улучшить способность мозга к восприятию и запоминанию информации; скорректировать гиперактивность или медлительность; развить понятийное мышление, сформировать умение концентрироваться, то есть оптимизировать все процессы высших психических функций ребенка.

Какими же советами нейропсихолога не стоит пренебрегать?

1) Режим дня. Он должен быть постоянным, четким, последовательным. Постоянное время подъема и отбоя, небольшая зарядка, прогулки на свежем воздухе должны быть каждый день. Сон для каждого человека – это возможность восстановиться, подзарядиться. По наблюдениям психофизиологов, дошкольники хронически недосыпают 1-2 часа ежедневно. Ребенку необходим сон не менее 9-10 часов. Если ребенок недосыпает, накапливается усталость, невысокий энергетический потенциал падает еще ниже. За 1-2 часа перед сном каждому человеку необходима спокойная бытовая среда: минимум шума, отсутствие визга ТВ, чтение перед сном, либо рисование, прослушивание музыки, анализ дня в дневнике настроений.

2) Полноценное физическое развитие ребенка, спорт. Моторному развитию в условиях большого города стало уделяться недостаточное внимания. «Перекокс» пошел в сторону развития интеллекта. Ментальная арифметика, скорочтение, каллиграфия – это модные направления

развиваются стремительно. Но для ребенка 4-7 лет гораздо важнее для ребенка физическая выносливость, ловкость. Необходимы регулярные занятия спортом (плавание, игровые командные виды спорта и тд) в ходе которых ребенок должен выполнять инструкции тренера, происходит развитие произвольности, вестибулярного аппарата, повышается энергетическая функция и корректируется так часто встречающаяся у детей “нейродинамическая ослабленность”.

3) *Общение с родителями и членами расширенной семьи* – важный компонент гармоничного развития ребенка. Особенно остро этот вопрос стоит в семьях, где рождается ребенок с ограниченными возможностями здоровья, с органическими поражения ЦНС, неврологической симптоматикой. Ребенку необходимо общение как с обоими родителями, так и общение с другими родственниками. Все реже и реже люди встречаются вместе совместные праздники. Семейные традиции, регулярные встречи с Большой семьей в определенные дни ежегодно, помогают детям чувствовать себя увереннее, понимать, что есть еще кто-то кроме родителей, кто поможет, на кого можно опираться. Чем с большим количеством людей с разными характерами ребенок контактирует, тем шире его социальный интеллект. Уже давно доказано, что успешность человека определяет его социальный интеллект, а не вербально-логический интеллект. Если вы живете в неполной семье, найдите для мальчика авторитетного человека мужского пола – тренера, специалиста, учителя. Общайтесь с другими семьями, не замыкайтесь!

4) *Общение со сверстниками.* Разрешайте ребенку ходить в гости и приглашайте друзей к себе! Вспомните традиции. Раньше все ходили друг к другу в гости, приносили с собой угощения, играли, читали, бегали. Именно живое общение на неформальном уровне необходимо детям сейчас.

5) *Помощь по дому и посильные домашние обязанности* – у детей должны быть с дошкольного возраста. Полив цветов, уход за домашними животными, помощь в наведении чистоты, порядок в комнате и на рабочем столе. Если ответственность за определенный участок не прививать в дошкольном возрасте, не рассчитывайте его сформировать у подростка!

6) *Хорошая альтернатива гаджетам это игры.* Сейчас действительно много интересных настольных развивающих игр, которые очень нравятся и детям, и подросткам, и взрослым. “Доббль”, ”Барабашка”, ”Дикие джунгли”, ”Хали-гали”, “Скоростные колпачки” – список достаточно большой. Играя в настольные игры, мы учим ребенка соблюдать правила игры, формируем произвольное внимание, концентрацию, усидчивость, умение проигрывать. Можно договориться, например, иногда устраивать семейные воскресники, куда приглашать детей друзей, родственников и давать им возможность поиграть без взрослых. Игра – уникальная возможность коммуникации, ведь включается чувство азарта, интереса, эмоции.

7) *Развивайте лобные отделы мозга ребенка:* через выстраивание программ, правил, алгоритмов. До 4-5 лет ребенок действительно никому ничего не должен, он живет по принципу “хочу”. Только с этого возраста

начинается формирование произвольной регуляции у детей. Давайте детям первые посильные поручения, введите дома систему мотивации, (поощрения за желаемое поведение, штрафы за негативное поведение). Начинайте играть с детьми в игры по правилам, строго требуйте соблюдения правил игры. С 4-5 лет начинайте тренировать внимательность: первые задания “найди и вычеркни”, “корректирующие пробы”. Много хороших заданий по подготовке к школе в папках Буракова. Со школьниками начинайте заниматься постановкой целей, учите разбивать каждую задачу на несколько этапов, введите ежедневную вечернюю рефлексию перед сном и добрые беседы (“Как прошел день? Что сегодня для тебя было самым важным? Твоя самая большая победа или огорчение?”) Сначала расскажите, что нужно сделать, чтобы приготовить обед. Затем попросите ребенка запомнить эти операции, и выполнить их. Доходит до смешного: дети 8-9 лет в магазине путают при покупке лук с чесноком, свеклу с репой. Пусть сначала сходит в магазин, купит, что ему нужно, затем с вашей помощью приготовит этот обед сам. Радость от того, что получилось, будет огромной.

8) Возьмите за правило: каждый день делать с ребенком нейрогимнастику. Это специальная система упражнений, разработанная отечественными нейропсихологами А.В.Семенович, Ж.М. Глозман, Т.В. Ахутиной, Б.А. Архиповым и другими специалистами. Цель нейрогимнастики – за счет упражнений улучшить межполушарные связи, концентрацию внимания, скорость обработки информации. Нейрогимнастика помогает мозгу быть в тонусе. Опишем здесь несколько упражнений. **“Перекрестные шаги”.** Ребенок идет по комнате, на каждый шаг поднимая согнутую в колене ногу и дотрагиваясь до нее локтем противоположной руки.

“Педали”. Сидя на стуле, носочки оторваны от пола, пятка касается пола. Руки на коленях. На счет “раз” левая рука нажимает на правую ногу. На счет “два” правая рука нажимает на левую ногу. Повторить так 10-20 раз. Можно сделать наоборот, левая рука нажимает на левую ногу. Правая рука – на правую.

“Молоток-утюг”. Правой рукой ребенок как будто помогает гладить утюгом маме, горизонтальные действия. Одновременно с этим левой рукой совершает как будто вертикальные удары молотком по гвоздю

“Гимнастика для глаз”. Родитель выполняет сначала это упражнение вместе с ребенком, затем ребенок выполняет сам. Родитель берет небольшой предмет (ручка, игрушка яркая), и плавно водит предметом слева – направо и в обратном направлении, вверх- вниз и к носу (ребенок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, и его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3-4 секунды задерживать предмет в крайних положениях, чтобы ребенок удерживал взгляд в этих крайних точках (слева, справа, сверху, снизу)

9) Регулирование времени, проводимого в гаджетах. Чем младше ребенок, тем больше информации он должен получать живую, а не с экрана смартфона. Перед сном выключайте гаджеты или не заряжайте их. В таком

случае сон ребенка пройдет спокойнее. Больше гуляйте с детьми. Ежедневное время на прогулки от 2 часов.

10) Развиваем все ведущие каналы восприятия ребенка. Помогите ребенку познавать мир с помощью слуха и ощущений. Попросите ребенка прислушаться, как шумит ветер, качаются деревья. Дайте понюхать, какой аромат у цветка. Наблюдайте, обращайтесь внимание на окружающий мир вокруг, побуждайте ребенка к предметной деятельности. По мнению известного дефектолога, кандидата педагогических наук А.Р.Маллера совсем мало внимания стало уделяться трудовому воспитанию. Заменяйте по возможности игры в телефон и просмотр ТВ предметной деятельностью, ведь именно в ней идет развитие движений пальцев рук, зрительно-двигательной координации. Лепка, оригами, работа с бумагой, конструирование, архитектура, рисование, работа с глиной, столярное дело, выжигание... Ребенок будет видеть реальные результат своего труда, сформируется адекватная самооценка. У части современных детей и подростков наблюдается переоценка своих возможностей и способностей.

После нейропсихологической подготовки родители отмечают существенные изменения в поведении ребенка. Он становится более послушным и внимательным к взрослым, начинает проявлять интерес к занятиям, учится самоконтролю и повышает успеваемость. Во внутрисемейных отношениях тоже происходят изменения. Ребенок охотно выполняет просьбы родителей, берется за домашние обязательства, проявляет заботу к близким.

Успехов вам, уважаемые родители, в понимании ваших детей и благоприятном взаимодействии!