

## Нейропсихология на уроках в начальной школе

### Упражнения для синхронизации полушарий головного мозга

Полученные знания в области нейропсихологии детского возраста помогли найти разумные объяснения истоков трудностей и проблем, лежащих в основе неуспеваемости детей современной начальной школы и определить возможные и практические пути организации реальной помощи им по этому направлению.

Сегодня разработаны и уже успешно применяются авторские методики, основанные на сочетании педагогических, психологических и нейропсихологических практик, где используются и движение, и логика, и творческая активность ребёнка. Основная задача – «включить» все участки мозга и заставить их гармонично работать, через использование специальных заданий и упражнений, основанных на сочетании движения и речи. Самый простой пример – попросите ребенка отвечать на вопросы «по-болгарски»: «да» – отрицательные движения головой, «нет» – кивок. Вроде бы ничего сложного, выглядит как игра, но такие упражнения выводят определенные участки мозга из «спящего режима» и помогают координировать их деятельность. Еще один нехитрый пример: договариваетесь с ребенком, что, как только он услышит кодовое слово (к примеру, «упражнение»), то должен встать (или поднять руки, или сказать что-то в ответ). Такие задания тренируют память, помогают сконцентрироваться, улучшают внимание, реакцию и скорость мышления, привлекают внимание к СЛОВУ.

- **Упражнение «Ухо-Нос»**

Правой рукой беремся за левое ухо, а левой рукой за кончик носа. Теперь одновременно отпускаем нос и ухо, хлопаем в ладоши и меняем положение рук на обратное, т.е. теперь правая рука держит кончик носа, а левая рука – правое ухо. Затем все повторяем.

- **Упражнение «Зеркальное рисование».**

В этом упражнении мы будем рисовать, причем сразу двумя руками. Берем чистый лист бумаги, кладем горизонтально на стол и делим его пополам вертикальной чертой. Берем в каждую руку по карандашу и начинаем рисовать зеркально симметричные рисунки или буквы, каждая рука в своей части и одновременно.

- **Упражнение «Колечко»**

Это совсем простое, на первый взгляд упражнение, для многих окажется сложным. Необходимо поочередно соединять в кольцо с большим пальцем указательный палец, средний, безымянный и мизинец. Сначала упражнение можно выполнять каждой рукой отдельно, постепенно увеличивая скорость, но потом нужно делать его двумя руками одновременно и максимально быстро.

- **Упражнение «Скорая помощь»**

Перед Вами на столе лежит листок бумаги, на котором изображены буквы нашего алфавита. Под каждой буквой написаны буквы **В**, **Л** или **П**. Для чего это нужно? Во время упражнения верхняя буква проговаривается вслух, а нижняя указывает на действие, которое Вам необходимо выполнить. **В** – обе руки поднимаются вверх, **Л** – левая рука поднимается в левую сторону, **П** – правая рука поднимается в правую сторону.

Выполняется упражнение последовательно от первой буквы до последней, а затем от последней к первой. А вот что записано на листке бумаги:

А Б В Г Д Л П П В Л	Е Ё Ж З И В Л П В Л	К Л М Н О Л П Л Л П
П Р С Т У В П Л П В	Ф Х Ц Ч Ш Л В В П Л	Щ Ы Э Ю Я Л П В Л В