**Применение нейропсихологических упражнений на уроках в начальных классах**

В настоящее время стало особенно заметно, что дети, приступающие к обучению в школе, не достигают достаточной психофизиологической зрелости для успешного освоения таких школьных навыков как письмо, чтение, счет. Недостаточно развита также и связная речь.

Учителя часто сталкиваются с тем, что у ребенка наблюдается моторная неловкость, затруднения в усвоении алгоритмических действий, имеются трудности в построении связного высказывания. При выполнении письменных работ дети совершают большое количество грамматических ошибок, даже зная правила правописания, пропускают буквы на письме, с трудом осваивают навык счёта и решения задач.

В основе данных трудностей лежит недостаточная сформированность произвольности и серийной организации движений. Эти выводы сделали ведущие отечественные ученые в области нейропсихологии.

**Признаки нейропсихологических проблем:**

* плохо запоминает информацию,
* не может сосредоточиться,
* плохо себя контролирует,
* медленно читает,
* неловок в движениях,
* истощен (нет энергии),
* плохо спит,
* пишет буквы зеркально,
* имеет навязчивые движения,
* обладает макро- или микропочерком,
* имеет несформированность межполушарного взаимодействия.

Особенность детской нейропсихологии состоит в том, что мозг очень пластичен до 11 лет. Поэтому использование нейропсихологических приёмов в начальных классах поможет в развитии и обучении ребенка в этот период.

**Примеры упражнений и игр для развития мозга**

Дыхательная разминка Дыхание — самый простой, самый привычный процесс, которым легко руководить. Существует множество дыхательных упражнений (их можно без труда найти в интернете), через которые дети учатся концентрироваться и управлять своими органами. Например:

 **«Подуй на одуванчик**»

Цель: тренировать силу вдоха и выдоха. Ребенок стоит или сидит. Делает глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.

 «**Трубач**»

Цель: развитие плавного, длительного выдоха. Сидя / стоя, кисти рук сжаты в трубочку, подняты вверх. Медленный выдох с громким произнесением звука «п-ф-ф-ф-ф». Повторить до 5 раз.

Гимнастика для глаз Упражнения для глаз не только помогают сохранить и улучшить зрение. Они активизируют разные участки мозга. Проверено: если перед диктантом уделить пару минут такой разминке, то ученики пишут работу гораздо лучше.

 «Пальчиковые» упражнения Моторика — наше все (особенно, если речь идет о письме). Неспроста задания на моторику активно используются в диагностике нейропсихологических проблем. Непривычные движения, концентрация на разных комбинациях пальцев помогают «зажечь лампочки» в голове.

Проговаривание слов: Речеголосовой аппарат имеет мышечную память, что можно успешно использовать при развитии грамотности. Кроме того, проговаривание развивает внимание. На уроках использую этот приём в работе со словарными словами. С ним я познакомилась в пособии Л. А. Ахрименковой «К пятёрке шаг за шагом». Знакомясь с новым словарным словом «пропеваем» его или проговариваем 3 раза, сначала шёпотом потом с голосом и затем кричим. Главное условие проговариваем орфографически.

Игра с мячом: Учитель задает вопрос и кидает мяч ученику. Ученик должен бросить мяч учителю и дать ответ на вопрос. Так параллельно с познавательным действием развивается координация. Провожу такие игры на уроках математики, русского языка, окружающего мира.

Игра с хлопками: Перед уроком учитель объявляет: «Если на занятии я хлопну один раз в ладоши, все тоже должны хлопнуть. Если два раза — затопать ногами. Если три раза — крикнуть „Ура“». Такое задание помогает сохранять внимание учеников на протяжении всего урока.

Игра «Солнечная система» Учитель условно распределяет планеты по пространству класса, указывая рукой: «Здесь у нас Марс, здесь Юпитер...» и т.д. Несколько раз повторяет с детьми это расположение, чтобы ученики запомнили. Далее дети закрывают глаза. Учитель дает команды указать с закрытыми глазами на планеты определенными руками и пальцами. Например: «Покажите безымянным пальцем левой руки на Венеру и указательным пальцем правой руки на Меркурий». Аналогично можно распределять в пространстве любые понятия и образы, связанные с темой урока.

 Игра «Услышь слово» Ученик выходит из кабинета. Учитель распределяет среди оставшихся детей несколько слов (например, один ряд — одно слово). Ученики должны говорить их хором. Важно задать темп, потому что все говорят по-разному. Далее ученик возвращается в класс. Он слушает, как одноклассники хором проговаривают свои слова. За три попытки он должен распознать как можно больше слов. Если у ребенка возникают сложности с восприятием, каждый ряд говорит свое слово отдельно.

Упражнения для развития лобных долей коры головного мозга. Их великое множество. Вот некоторые из них.

1. **Пожалуйста.** Показываем различные жесты, а ребёнок должен их повторить, когда слышит волшебное слово "пожалуйста". Постепенно увеличивайте темп демонстрации жестов.
2. **Все наоборот.** Хлопаем в ладоши. Когда вы хлопнете 1 раз, ребёнок должен хлопнуть 2 раза. И наоборот: когда вы хлопаете 2 раза, он хлопает 1 раз. Варианты: стучим рукой по столу или деревянными ложками, топаем ногой и др. Упражнение улучшает динамику психических процессов, учит быстро переключаться с одного задания на другое.
3. **Руки, ноги, голова.** Называем части тела, а ребёнок должен их показать. Но нужно быть очень внимательным, так как следует показать часть тела, названную ранее. Например, вы говорите "руки", ребёнок ничего не показывает. Затем вы произносите "голова", он показывает руки. Вы называете "ноги", он дотрагивается до головы.