



Уральский
федеральный
университет

имени первого Президента
России Б.Н.Ельцина

Уральский гуманитарный
институт

Ю. В. МАЛАФЕЕВА

ОРГАНИЗАЦИЯ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Учебное пособие



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
УРАЛЬСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ПЕРВОГО ПРЕЗИДЕНТА РОССИИ Б. Н. ЕЛЬЦИНА

Ю. В. Малафеева

ОРГАНИЗАЦИЯ
НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Учебное пособие

Рекомендовано методическим советом
Уральского федерального университета в качестве учебного пособия
для студентов вуза, обучающихся по направлениям подготовки
37.03.01 «Психология», 37.05.01 «Клиническая психология»,
37.05.02 «Психология служебной деятельности»

Екатеринбург
Издательство Уральского университета
2021

УДК 159.92(075.8)

ББК Ю984я73-1

М18

Под общей редакцией И. А. Ершовой

Р е ц е н з е н т ы:

кафедра специальной педагогики и специальной психологии
Уральского государственного педагогического университета
(заведующий кафедрой кандидат педагогических наук,
профессор О. В. Алмазова);

М. Г. Перцель, заместитель главного врача по медицинской части
ГБУЗ СО «Свердловская областная клиническая психиатрическая
больница», главный внештатный специалист по психотерапии
Министерства здравоохранения Свердловской области

Малафеева, Ю. В.

М18 Организация нейропсихологического сопровождения развития детей младшего дошкольного возраста : учебное пособие / Ю. В. Малафеева ; под общ. ред. И. А. Ершовой ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Уральский федеральный университет. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2021. — 120 с. : ил. — Библиогр.: с. 110–111. — 30 экз. — ISBN 978-5-7996-3224-3. — Текст : непосредственный.

ISBN 978-5-7996-3224-3

В учебном пособии рассматриваются принципы построения программ нейропсихологического сопровождения развития и коррекции для детей младшего дошкольного возраста, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья. Содержание учебного пособия направлено на формирование у студентов комплексного представления о современном состоянии разработки проблем нейропсихологической коррекции и абилитации в психологической науке и практике.

Адресовано магистрантам, обучающимся клинической психологии, практическим психологам, работающим в сфере нейропсихологической диагностики и коррекции, а также всем тем, кто интересуется проблемами разработки и реализации адаптированных нейропсихологических коррекционных программ.

УДК 159.92(075.8)

ББК Ю984я73-1

ISBN 978-5-7996-3224-3

© Уральский федеральный университет, 2021

ОТ АВТОРА

Нейропсихологическая коррекция в настоящее время становится все более востребованной формой помощи детям. Нейропсихологический подход дает уникальную возможность работы не с симптомами, а именно с механизмами, вызвавшими их появление. Более того, в некоторых случаях, использование нейропсихологического метода в качестве сопровождения развития позволяет предотвратить появление симптомов или скомпенсировать их на ранних стадиях и минимизировать вред, наносимый всей психической деятельностью.

Многолетние исследования в области нейропсихологии к настоящему моменту позволили накопить огромное количество информации, касающейся закономерностей развития центральной нервной системы (ЦНС), факторов, влияющих на это развитие, и методов, дающих возможность преодолеть или скомпенсировать отклонения в развитии. В настоящий момент актуальна потребность в структурировании этих знаний и применении в соответствии с запросами общества. Если еще 15–20 лет назад к нейропсихологам обращались в основном родители младших школьников, чтобы получить помощь в преодолении проблем с усидчивостью, внимательностью, трудностями в усвоении навыков чтения, письма, счета, то сейчас все больше обращений от родителей дошкольников, в том числе с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Популяризация нейропсихологии в современном обществе, включение ее в курсы подготовки и повышения квалификации смежных специалистов (логопедов, неврологов, психиатров) дают свои плоды — возросший запрос на нейропсихологическую работу с младшими дошкольниками и детьми с отклоняющимся развитием.

Наша работа в системе детской нейропсихологии в 2004 г. как раз начиналась с запроса родителей, заинтересованных в развивающих занятиях для своих детей. Две мамы детей 3 лет, являвшиеся

(и являющиеся по настоящее время) организаторами и руководителями психологического центра, обратились к нам с предложением применить на развивающих занятиях нейропсихологический метод, который на тот момент активно изучался авторами программы и апробировался на базе детской психиатрической больницы. В данном случае не было речи о коррекции, дети развивались в соответствии с возрастными нормативами. Поиск специальных нейропсихологических программ для данного возраста в литературных источниках на тот момент не дал результатов. Поэтому возникла необходимость в адаптации коррекционных нейропсихологических программ, ориентированных на возраст 7–8 лет, для детей от 3 лет. Было принято решение, что в данном случае необоснованно будет называть программу коррекционной, поскольку в этом возрасте слишком много систем, факторов еще находится в стадии активного формирования и то, что в более старшем возрасте считается отклонением, в 3 года является лишь функциональной незрелостью. Поэтому программа была обозначена как нейропсихологическое сопровождение развития. Опыт нашей работы в этом направлении показал эффективность данного подхода. Многие из детей, начавших в 3 года заниматься по программе нейропсихологического сопровождения, неоднократно возвращались на повторные занятия по все более усложняющейся системе, что дало возможность наблюдать динамику происходящих с ними изменений, а также сравнивать их успехи с достижениями детей того же возраста, но не занимавшихся ранее по нейропсихологическим методикам. Динамика оказалась значительной.

В дальнейшем занятия, построенные по адаптированной схеме, стали также активно применяться для детей с разными формами дизонтогенеза. Результаты и в этом случае оказались вдохновляющими. В частности, можно привести историю одного из наших первых пациентов. Вите на момент первой госпитализации было почти 4 года. Это был очень активный ребенок: много бегал, кричал, толкал детей, в результате дело не раз заканчивалось дракой. Звуки, которые произносил ребенок, разобрать было практически невозможно. У мальчика был тяжелый анамнез, симптомы врожденной цитомегаловирусной инфекции. До 9 месяцев он развивался

со значительными отклонениями: не переворачивался, не сидел, не глотал, приходилось кормить его через зонд. В 9 месяцев после тяжело перенесенного гриппа, вероятно, запустились процессы гиперкомпенсации, и моторное развитие стало приближаться к норме, но речевое продолжало значительно отставать. Витя посещал занятия на протяжении двух месяцев госпитализации и далее, по договоренности с родителями, продолжал ходить амбулаторно еще на протяжении примерно одного года. Также в периоды каждой последующей госпитализации он посещал группы нейропсихологической коррекции. В последний раз мы с ним встретились, когда в 18 лет он был направлен на обследование от районного военкомата. К сегодняшнему дню Виктор окончил колледж, работает преподавателем, активно занимается волонтерской деятельностью. Много лет назад именно на занятиях в группе нейропсихологии выяснилось, что, несмотря на тяжелый анамнез и выраженные на тот момент речевые нарушения, мальчик обладает хорошим интеллектом и чудесным характером. Его драки с детьми не были следствием агрессивности, а были обусловлены лишь желанием общаться при недостатке речевых средств. Как только Витя обрел средства коммуникации, он стал проявлять теплые чувства, заботу и к ведущим, и к свои одноклассникам. Он быстро осваивал упражнения; симптомы, которые сохранились к его поступлению в школу, в основном были связаны с выраженными дизартрическими проявлениями и трудностями понимания сложных речевых конструкций. Безусловно, достижения Вити — это не только результат нейропсихологической коррекции. На наш взгляд, компенсаторные возможности нервной системы ребенка изначально были велики, кроме того, работа с ним велась в рамках мультидисциплинарного подхода: он также занимался с логопедом, дефектологом, получал медикаментозную терапию.

Задача данного учебного пособия — поделиться опытом нейропсихологической работы с детьми раннего возраста, в том числе с детьми с ОВЗ, показать принципы построения адаптированных нейропсихологических программ. В большей степени пособие ориентировано не на то, *что* делать, а на то, *как* делать: как упростить задания и сформулировать инструкцию, чтобы маленькие дети

могли эти задания освоить; как вовлечь детей в работу, замотивировать на многократное повторение необходимых упражнений; как поощрять, награждать и как предотвращать нежелательные формы поведения; как оборудовать зал для занятий; по каким критериям подобрать состав группы, наладить сотрудничество с родителями и т. д.

В структуру учебного пособия входят предисловие, семь глав, приложение и библиографический список.

Первая глава содержит информацию о теоретических основах нейропсихологической коррекции; во второй представлена сама программа; третья посвящена вопросам мотивации; четвертая — возрастным особенностям детей-дошкольников, которые необходимо учитывать при применении нейропсихологического метода; в пятой описана специфика работы с разными формами дизонтогенеза; в шестой отражены организационные моменты; в седьмой проанализированы конкретные случаи. В приложении представлены материалы, которые могут быть использованы в практической работе.

Программа нейропсихологического сопровождения развития детей младшего дошкольного возраста создавалась автором данного пособия совместно с коллегами — психологами Анной Андреевной Соколовой и Юлией Александровной Новоселовой. К настоящему времени они уже не работают в системе детской психологии, но их вклад в разработку и теоретическое обоснование программы нейропсихологического сопровождения развития абсолютно равнозначен авторскому. Методом проб и ошибок, в процессе бесконечных обсуждений рождалась эта программа. Благодаря родительскому опыту Юлии Александровны, чей ребенок на момент создания программы был дошкольником, нейропсихологические упражнения были адаптированы, упрощены и обогатились детскими стихами и песнями. Благодаря научным интересам Анны Андреевны в сфере эмоционального развития детей были разработаны и апробированы соответствующие возрасту способы мотивации и, главное, подобраны игры, позволяющие максимально учесть возрастные и индивидуальные особенности детей в каждом конкретном случае.

При создании программы нейропсихологического сопровождения развития за основу были взяты программы нейропсихологической коррекции, предложенные в комплексной методике соавторов

Е. А. Воробьевой, А. В. Семенович, Б. А. Архипова, Л. С. Назаровой, В. М. Шегай, в пособии для работы с гиперактивными детьми А. Л. Сиротюк и в различных трудах А. В. Семенович. Акцент сделан преимущественно на работе с детьми трехлетнего возраста, поскольку по другим возрастам в литературе данных вполне достаточно.

ГЛАВА 1. НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ

Нейропсихология детского возраста — наука о формировании мозговой организации психических процессов.

Нейропсихологическая коррекция — это комплекс методик, которые применяются для преодоления отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей от 3 до 12 лет. Упрощенно говоря, нейропсихологическая коррекция — это комплекс упражнений для тренировки и стимуляции развития различных зон мозга.

Нейропсихологическая коррекция может осуществляться как индивидуально, так и в групповой форме.

Выделяют два компонента нейропсихологической коррекции:

1) двигательная коррекция — служит для стимуляции тех зон коры головного мозга, которые отвечают за регуляцию движений, улучшение межполушарного взаимодействия, развитие ассоциативных связей мозга и пространственных представлений ребенка;

2) когнитивная или познавательная коррекция — направлена на развитие познавательных навыков ребенка и преодоление его учебных трудностей [Комплексная методика..., 3].

Поскольку представленная в данном учебном пособии программа ориентирована на детей младшего дошкольного возраста и на детей с ОВЗ, также еще не начавших посещать школу, то речь в большей степени пойдет о первом компоненте.

По сути, любая программа нейропсихологической коррекции представляет собой некий конструкт, собранный из упражнений разной направленности. Практически ни одно из упражнений, предлагаемых для нейропсихологической работы, не является созданным изначально в рамках данного подхода. Упражнения заимствованы из комплексов ЛФК (лечебная физическая культура), детской йоги, суджок-терапии, логопедии и других источников, часть из них — традиционные детские игры и представленные в игровой форме

элементы обычной жизни. Нейропсихологичность их проявляется в правильном комплектовании и применении, исходя из знания принципов развития психической деятельности и выявленных в ходе нейропсихологического обследования конкретных симптомов.

Центральная нервная система естественным образом развивается в процессе ежедневной обыденной деятельности. Для правильного и своевременного развития необходимы, во-первых, соответствующая стимуляция — запрос со стороны окружающей среды; во-вторых, собственная деятельность ребенка — тренировка различных навыков. Любые детские игры по своей сути очень нейропсихологичны. В частности, можно вспомнить такие игры, как «резиночки», «казаки-разбойники», «вышибалы», в которые с удовольствием играло не одно поколение детей, развивая пространственные, моторные, регуляторные и другие навыки, в большинстве случаев не нуждаясь впоследствии в нейропсихологической коррекции.

Специфика современной реальности такова, что дети часто предпочитают проводить время за компьютером, с телефоном или перед телевизором, родителям бывает страшно отпустить ребенка одного на улицу. В результате многие дети живут и развиваются в пространственно ограниченном мире, мало двигаются, некоторые из них недостаточно общаются со сверстниками. В связи с этим отдельные зоны мозга лишаются адекватной стимуляции и развиваются хуже.

Наиболее явно связанные с этим проблемы начинают проявляться в школе, когда ребенок встречается с трудностями при усвоении отдельных частей учебной программы, не может и/или не хочет сосредоточиться на материале, не умеет контролировать свое поведение и эмоции. Именно здесь и проявляется необходимость в нейропсихологической коррекции — заполнении тех пробелов, которые появились в результате недостимуляции. Разработанный в детской нейропсихологии принцип замещающего онтогенеза дает теоретическое обоснование для возвращения на более ранние этапы развития с целью воспроизведения той деятельности, которой когда-то не хватило для полноценного формирования психических функций.

Что необходимо для создания и успешной реализации любой нейропсихологической программы:

1. Знание принципов организации работы и развития ЦНС (т. е. основ детской нейропсихологии).

2. Знание, какие упражнения способствуют стимуляции тех или иных зон мозга.

3. Умение замотивировать ребенка на выполнение тех или иных упражнений.

4. В случае наличия у ребенка ограниченных возможностей здоровья и, как следствие (что бывает не во всех случаях), каких-либо форм дизонтогенеза, знание и учет механизмов, лежащих в их основе.

1.1. Принципы организации работы центральной нервной системы

Для описания принципов работы мозга как субстрата психической деятельности А. Р. Лурия разработал структурно-функциональную модель, согласно которой весь мозг можно разделить на три блока. Любая высшая психическая функция (ВПФ) осуществляется при обязательном участии всех трех блоков [Лурия, 80].

Функциональные блоки мозга (ФБМ)

Первый блок — энергетический.

Основная функция блока — *обеспечение уровня бодрствования.*

Ребенок рождается с уже почти готовым первым блоком мозга (75 %). Принципиальное развитие структур этого блока происходит внутриутробно, и окончательное созревание завершается к концу первого года жизни.

Первый блок включает в себя *ретикулярную формацию, неспецифические структуры среднего мозга, дизэнцефальные отделы, лимбическую систему, медиабазальные отделы коры лобных и височных областей* [Там же, 80–83].

Симптомы дефицитарности первого блока:

- эмоциональная и активационная лабильность;

- быстрая утомляемость;
- нарушения мышечного тонуса;
- бедность выразительных движений;
- синкинезии;
- фиксация ригидных телесных установок [Комплексная методика..., б].

Сложившиеся характеристики функционирования первого блока относятся к базисным параметрам, а потому слабо поддаются каким-либо изменениям [Семенович, 2007, 33]. Чем старше ребенок, тем меньше возможностей для полного восстановления в работе этого блока. Но стимулировать работу подкорковых структур, чтобы обеспечить достаточный уровень энергии для работы других функций, можно в любом возрасте.

Второй блок — прием, переработка, хранение экстероцептивной информации.

Этот блок включает в себя *центральные части основных анализаторов* — *зрительного, слухового и кожно-кинестетического*. Их корковые зоны расположены в височных, теменных и затылочных долях мозга [Лурия, 84–88].

Симптомы дефицитарности второго блока:

- бедность, однотипность движений тела в пространстве, неловкость, плохая сенсомоторная координация;
- дефицитарность перцептивных и мнестических возможностей (зрительных, слухоречевых, кинестетических...);
- несформированность пространственных представлений [Комплексная методика..., 35].

Структуры второго функционального блока находятся в сенситивном периоде в дошкольный период и в младшей школе. Поэтому работа с этим блоком наиболее эффективна в возрасте от 3 до 9 лет.

Третий блок — программирование, регуляция и контроль.

Блок программирования, регуляции и контроля за протеканием сознательной психической деятельности, согласно концепции А.Р. Лурии, ответствен за формирование планов действий.

Локализуется в *передних отделах полушарий мозга, расположенных впереди от передней центральной извилины (моторные,*

премоторные, префронтальные отделы коры головного мозга), в основном в лобных долях [Лурия, 89–93].

Симптомы дефицитарности третьего блока:

- полевое поведение;
- слабость саморегуляции, импульсивность, недостаточность волевых процессов;
- трудности перекодировки вербальной и пространственной информации;
- отсутствие навыков совместных действий, эмоциональная неадекватность [см.: Комплексная методика..., 63].

Отделы, входящие в третий функциональный блок мозга, созревают самыми последними — анатомически к 12 годам, но закладываются самыми первыми, и в возрасте 3 лет уже идет их активное формирование. Работу с этим блоком наиболее эффективно можно вести с раннего возраста до 12 лет.

1.2. Основные закономерности развития психики в норме и патологии

1. В основе развития психики лежит нейрогенез, биологическое созревание мозгового субстрата.

2. Развитие центральной нервной системы не ограничено временными рамками, с разными темпами оно происходит на протяжении всей жизни.

3. Все психические функции проходят строго определенный, генетически запрограммированный путь развития. Пропуск какого-либо из этапов на этом пути нарушает гармоничное развитие психики.

4. Развитие не происходит линейно и равномерно, для каждой функции существует свой сенситивный период.

5. Развивается то, что востребовано.

6. Психические функции формируются под влиянием предметного мира и взаимодействия с людьми.

7. При любом отклонении в развитии мозга свойственно включать стремление к компенсации.

Далее мы рассмотрим эти постулаты подробнее и в соотношении их с требованиями к построению нейропсихологических программ коррекции и сопровождения развития.

1. В основе развития психики лежит нейрогенез, биологическое созревание мозгового субстрата.

Для реализации любого психического акта необходима активность соответствующих отделов головного мозга: чем более зрелым является мозговой субстрат, тем эффективнее реализуется психическая функция. Как отмечает А. В. Семенович, «развитие тех или иных аспектов психики ребенка однозначно зависит от того, достаточно ли зрел и полноценен соответствующий мозговой субстрат» [Семенович, 2007, 32].

Как нейропсихологические занятия способствуют созреванию необходимого биологического субстрата? Это происходит в процессе регулярного многократного повторения ребенком упражнений, что позволяет выстроить новые нейронные связи и в результате добиться успеха в решении тех задач, которые ранее никак не удавалось решить именно из-за незрелости соответствующего мозгового субстрата. Часто сами упражнения лишь отдаленно напоминают или вообще выглядят крайне далекими от той деятельности, ради которой все затевалось. Например, ребенку, у которого трудности с математикой, предлагаются разные виды ползания, выполнение графических диктантов и игры на поиск кладов, и все потому, что в основе всех этих навыков лежит полноценное развитие пространственного фактора, соответственно зрелость мозгового субстрата в области теменно-височно-затылочной (ТРО).

2. Развитие центральной нервной системы не ограничено временными рамками, с разными темпами оно происходит на протяжении всей жизни.

Образование новых нейронных связей, соответственно развитие ЦНС, происходит на протяжении всей жизни человека. Но если в раннем возрасте, особенно до года, это развитие очень интенсивно, то по мере взросления темпы нейрогенеза постепенно замедляются. Закладка и миелинизация основных функциональных систем в мозге

происходят начиная с внутриутробного периода до 25 лет. Далее нейронные связи нарастают уже в рамках этих систем, делая соответствующие навыки все более развитыми, точными и сложными. Остаются и развиваются «востребованные» нервные связи, т. е. те, которые обеспечены постоянно воспроизводимой деятельностью. Развитие может замедляться или приостанавливаться, а в некоторых случаях переходить в регресс при воздействии патогенных для мозга факторов, но даже в этих случаях полная остановка нейрогенеза встречается крайне редко. Это значит, что нейропсихологический метод применим в любом возрасте, но мы будем называть его сопровождением развития, если речь идет о нейротипичных детях; коррекцией или абилитацией — если мы работаем с детьми с разными формами дизонтогенеза, и реабилитацией — если речь идет о взрослых людях, потерявших какой-то психический навык вследствие поражения ЦНС. Этапы созревания функциональных систем на уровне мозгового субстрата проиллюстрированы на рис. 1.1.

3. «Все психические функции проходят строго определенный, генетически запрограммированный путь развития. Пропуск какого-либо из этапов на этом пути нарушает гармоничное развитие психики. Срок перехода от одного этапа к другому строго ограничен объективными нейробиологическими законами» [Семенович, 2007, 31].

Развитие ЦНС человека всегда происходит по определенному генетически запрограммированному пути, где каждый этап необходим и закономерно вытекает один из другого. Гленн Доман еще в 50-е гг. прошлого века в результате длительных исследований приходит к выводу: «Дорога развития, по которой шел ребенок, чтобы стать человеком в полном смысле слова, была очень древней и очень четко определенной. Эта дорога, что интересно, не допускала ни малейшего отклонения. Не было никаких объездов, никаких перекрестков, никаких пересечений, что бы менялось по этому пути» [Доман, 27]. Если на данном пути пропущен какой-то из этапов, то полноценное прохождение следующих этапов, гармоничное развитие психической деятельности затрудняется или становится невозможным. Что же это за путь с точки зрения нейропсихологии? А.В. Семенович с соавт.



Рис. 1.1. Схема сроков миелинизации основных структур нервной системы [Бадалян; Микадзе, вкладка, 2]

описывает его следующим образом: «Формирование мозговой организации психических процессов в онтогенезе происходит от стволовых и подкорковых образований к коре головного мозга (снизу вверх), от правого полушария мозга к левому (справа налево), от задних отделов мозга к передним (сзади наперед). Апофеозом церебрального функционального онтогенеза являются нисходящие контролирующие и регулирующие влияния от передних (лобных) отделов левого полушария к субкортикальным» [Семенович, 2002, 232].

Эти закономерности крайне важно учитывать при выборе для ребенка задач и упражнений. Если задача, предлагаемая ребенку социумом, входит в противоречие или опережает актуальную для его мозга ситуацию, происходит энергетическое обкрадывание [Семенович, 2002, 33].

Когда-то первая нейропсихологическая программа, которая создавалась для трехлетних детей, была названа нами «Всему свое время» в противовес актуальной на тот момент (и в большой степени и сейчас тоже) тенденции социума стремиться к убыстрению развития, наращиванию сложности задач, предлагаемых детям. При выборе упражнений для коррекции или сопровождения развития необходимо учитывать уровень ребенка, особенности его зон актуального и ближайшего развития. Это понятия, предложенные Л. С. Выготским в отношении навыков, которые ребенок может освоить самостоятельно (актуальное развитие) и с помощью взрослого (ближайшее развитие). Данные зоны можно представить в виде двух наложенных друг на друга кругов. Чем больше разница между их диаметрами, тем выше обучаемость ребенка. Размер этих зон у каждого из нас индивидуален и зависит от врожденных предпосылок, характерологических особенностей, наличия или отсутствия признаков дизонтогенеза. Нейропсихолог работает с зоной ближайшего развития, расширяя ее и постепенно способствуя превращению в зону развития актуального. Если задачи, предлагаемые социумом, будут направлены на навыки, находящиеся в зоне актуального развития, то мы не увидим никакого прогресса, так как это те задачи, с которыми ребенок может справиться сам. Помощь взрослого в данном случае будет не просто бесполезной, а приносящей вред, поскольку ребенок лишается возможности проявлять свою собственную активность и впоследствии быстро теряет интерес к данному виду деятельности.

Если же мы выйдем за зону ближайшего развития, то задача окажется непосильной для ребенка и приведет к чрезмерному напряжению, «энергетическому обкрадыванию» других функций, находящихся в данный момент в сенситивном периоде, часто также к ощущению неполноценности и разочарованию в своих способностях. Таким образом, важно давать ребенку задачи, для выполнения которых ему необходимо приложить достаточное, но не чрезмерное

усилие. Это также означает, что пока не сформирован базис — отделы ЦНС, отвечающие за работоспособность, внимание, тонус и иммунитет, невозможно говорить об адекватном формировании структур, отвечающих за вербальное мышление. В связи с этим в нейропсихологической коррекции и сопровождении развития для младших дошкольников уделяется много внимания упражнениям, стимулирующим работу первого функционального блока мозга. Зачастую в работе с детьми раннего возраста и детьми с ОВЗ данные упражнения могут занимать не менее 50–70% от времени всего занятия, хотя цель родителей — именно развитие мышления. Поэтому сенсомоторные упражнения, игра и предметная деятельность составляют основу нейропсихологических занятий в дошкольном и младшем школьном возрасте.

Чтобы понять, какие задачи актуальны в каждом конкретном возрасте, можно использовать табл. 1.1.

Таблица 1.1

**Возрастная периодизация ведущих видов деятельности
и ведущих психических функций [Цветкова, 6–7]**

Возрастной этап развития, лет	Ведущая психическая функция	Ведущая деятельность
0–1	Эмоциональный комплекс оживления	Эмоционально-манипулятивное общение
1–3	1. Восприятие. 2. Речь	Общение Предметная деятельность
3–5	1. Речь. 2. Произвольное восприятие	Игра
5–7	Произвольная и произвольная память	Познавательная игра
7–10	1. Логическая память. 2. Речевая деятельность	Учебная деятельность
11–14	1. Логическое мышление. 2. Речевая деятельность	Общение Учебная деятельность
14–16	Логическое мышление	Коммуникация Учебная деятельность

4. Развитие не происходит линейно и равномерно, для каждой функции существует свой сенситивный период.

Развитие психических функций подчиняется закону гетерохронии. Это означает, что у каждой психической функции есть свой период развития и свой срок созревания. На определенных (ранних) этапах функции развиваются относительно независимо друг от друга; по мере созревания они встречаются и образуют сложный ансамбль полноценной психической деятельности, где каждая играет свою роль. Для каждой функции есть свой сенситивный период, в который развитие происходит наиболее интенсивно: буквально в течение одного-двух дней у ребенка вдруг проявляется новый навык или способность. Конечно, этому периоду предшествуют недели, месяцы, а иногда и годы подготовки, наращивания новых нейронных связей. Но на практике это часто выглядит как неожиданный прорыв: еще вчера ребенок ползал, а сегодня сделал первый шаг, или лепетал что-то на своем языке и вдруг произнес осмысленную фразу. Довольно часто перед этим прорывом наблюдается общая психическая неустойчивость ребенка, он может стать более нервным, плаксивым, хуже спать. Это связано с тем, что сенситивные периоды являются наиболее неустойчивыми по отношению к вредностям, так как слишком большое количество систем находится в нестабильном состоянии. Это похоже на то, как если бы для сбора новой модели из конструктора сначала нужно было разобрать старую и из уже существующих деталей создать что-то новое — более сложное и функциональное. Психическая неустойчивость — это аналог того момента, когда все детали находятся в состоянии временного хаоса.

В связи с этим, проводя нейропсихологические занятия для детей, важно быть готовым к тому, что в процессе интенсивной тренировки обычно спокойный, уравновешенный ребенок на некоторое время может стать капризным, раздражительным и неуправляемым, и понимать, что это лишь этап подготовки к появлению новообразования, переходу на следующий этап развития.

5. Развивается то, что востребовано.

Описывая морфо- и функциогенез мозга, Ю. В. Микадзе приводит данные научных исследований, указывающих на то, что

«активное образование *синапсов* — контактов между нервными клетками — происходит от рождения до двух лет и их количество в этот период у детей больше, чем у взрослого человека. Для выживания нейронов при формировании синапсов важную роль играет их стимуляция. У тех из них, которые подвергаются активной стимуляции, появляются новые синапсы, они вступают во все более сложные системы коммуникаций в коре головного мозга. Нейроны, лишённые активной стимуляции, погибают. Активный период созревания любой области мозга сопровождается гибелью большого числа нейронов (запрограммированной гибелью клеток), которые не оказались задействованными» [Микадзе, 50]. В связи с этим становится понятно, почему дети-маугли, с раннего возраста выращенные дикими животными, обладают некоторыми из видовых качеств этих животных и впоследствии не могут полноценно адаптироваться к человеческой среде. Так, например, «дикарь из Аверона», 12-летний мальчик, пойманный в 1797 г. крестьянами в лесу, был нечувствителен к низким и высоким температурам, имел особенное обоняние и слух. Он отказывался носить одежду и так и не научился говорить.

Нейропсихологические занятия дают возможность создания наиболее полноценной и адекватной возрасту развивающей среды, где благодаря специально выстроенным отношениям ребенок — взрослый (это отношения безопасные, принимающие, поддерживающие инициативу) и предложению специальных игр и сенсорных стимулов ребенок с удовольствием решает разнообразные задачи по все более усложняющейся системе. Таким образом, востребованными оказываются специфически человеческие видовые качества.

6. Психические функции формируются под влиянием предметного мира и взаимодействия с людьми.

В процессе развития любая способность ребенка формируется изначально совместно со взрослым, потом под контролем взрослого, затем становится самостоятельной деятельностью и переводится во внутренний план. Ю. В. Микадзе в своем учебном пособии по нейропсихологии детского возраста обобщает данные, полученные специалистами в сфере детского развития, следующим образом: «В работах Л. С. Выготского и П. Я. Гальперина было показано, что

учет закономерностей процесса интериоризации осуществляется через варьирование заданий от простых к сложным по трем параметрам: совместное — самостоятельное действие, опосредованное внешними опорами — интериоризированное действие, развернутое поэлементное — свернутое действие» [Микадзе, 248].

В отношении нейропсихологических занятий эта информация дает нам понимание, каким образом осуществлять обучение выполнению специальных упражнений. Если мы видим, что ребенку недоступна какая-то деятельность, а по возрасту этот навык уже должен быть в стадии формирования, то первый этап будет включать совместное выполнение необходимых действий; на втором этапе происходит выполнение действий ребенком под контролем взрослого. Конечным результатом должно стать самостоятельное выполнение деятельности по составленному самим ребенком плану с проверкой ошибок. Если взять в качестве примера копирование, то на первом этапе работы специалист демонстрирует образец (рисует красками или карандашами что-то простое, например шарик, проговаривая свои действия: «это будет шарик, сначала в середине мы нарисуем овал и закрасим его, потом снизу мы дорисуем длинную линию, это веревочка») и помогает ребенку повторить тот же рисунок по принципу «рука в руке». Второй этап становится возможным, как только ребенок овладевает изобразительным средством (сам удерживает в руке кисточку или карандаш и проводит линию), тогда специалист может помогать его движениям, придерживая кончик карандаша. На следующем этапе освоения навыка психолог при ребенке рисует простое изображение и комментирует, какие элементы он изображает, где они находятся, и ребенок, глядя на образец, повторяет действия ведущего. На следующем этапе уже дается только словесная инструкция и т. д.

7. При любом отклонении в развитии мозга свойственно включать стремление к компенсации, что связано с таким качеством ЦНС, как нейропластичность.

Известный случай Джоди Миллер, которой в 3 года почти целиком удалили кору правого полушария, чтобы справиться с некупируемыми эпилептическими приступами, — пример того, как высоки компенсаторные возможности нервной системы. Левое

полушарие девочки взяло на себя функции правого, и уже через 10 дней после операции она могла ходить и пользоваться правой рукой. Безусловно, она не выздоровела полностью — осталась частичная дисфункция левой руки и хромота, но это не помешало ей успешно учиться и даже заниматься танцами. В 19 лет Джоди Миллер с отличием окончила школу. И подобных примеров можно привести довольно много. Еще в 30-е гг. прошлого века Л. С. Выготский приводит высказывание известного исследователя в области дефектологии В. Штерна: «Всякий дефект создает стимулы для выработки компенсации». И разворачивает эту идею: «Слабая память, например, выравнивается через выработку внимания, которое становится на службу наблюдательности и воспоминаниям, слабость воли и недостаточность инициативы компенсируется внушаемостью и тенденцией к подражанию» [Выготский, т. 5, 9–10]. И, что важно, Л. С. Выготский указывает, что закон компенсации одинаково применим и к нормальному, и к осложненному развитию.

В отношении компенсации наиболее ярко проявляется разница между нейропсихологической коррекцией детей и нейропсихологической реабилитацией взрослых. Когда речь идет о взрослых пациентах, нейропсихологическая работа практически всегда сводится к поиску путей компенсации утраченных вследствие каких-либо травматических событий навыков. Классический пример приведен А. Р. Лурией в отношении пациента, который не мог выполнить инструкцию — поднять руку, но смог достать шапку с верхней полки, что демонстрирует возможность сохранной части мозга взять на себя роль того отдела, который пострадал вследствие черепно-мозговой травмы (ЧМТ). У детей процессы развития ЦНС продолжают как минимум до 12 лет. Это значит, что даже если болезненный процесс случился, нарушение произошло, есть шансы не просто его скомпенсировать, а помочь функции доформироваться с минимальными потерями. В этом случае процессы естественной компенсации могут препятствовать дозреванию функции. Наиболее наглядно это можно наблюдать у детей с задержкой речевого развития, которые на ранних этапах научаются активно объясняться жестами и впоследствии, даже когда речь появляется, избегают ее использования, потому что жестами общаться проще и привычнее.

Это приводит к вторичному усилению задержки речевого развития. Задача нейропсихолога в этом случае — стимуляция процессов развития функции, а не поддержание способов компенсации.

1.3. Принцип замещающего онтогенеза

Метод замещающего онтогенеза, являющийся базовой технологией нейропсихологической коррекции, абилитации и профилактики, сформулирован, теоретически обоснован и подробно представлен в работах А. В. Семенович. Как указывает Анна Владимировна, «в качестве основополагающего в методе замещающего онтогенеза (МЗО) выступает принцип соотнесения актуального статуса ребенка с основными этапами формирования мозговой организации психических процессов и последующим ретроспективным воспроизведением тех участков его онтогенеза, которые по тем или иным причинам не были эффективно освоены» [Семенович, 2002, 64]. Таким образом, метод замещающего онтогенеза дает возможность скорректировать отклонения в работе психических функций путем прохождения с ребенком заново отдельных пропущенных этапов онтогенеза.

Суть *принципа замещающего онтогенеза* в том, что при нарушении в работе какой-либо функциональной системы воспроизведение деятельности, характерной для сенситивных периодов развития ее компонентов, стимулирует достраивание этой системы и способствует уменьшению симптомов дисфункции.

Мало кто знает, что данный принцип, хотя и не обозначенный еще соответствующим термином, активно использовался Гленном Доманом для работы с детьми с поврежденным развитием еще в 50-е гг. прошлого века. Поэтому для понимания его сути и преимущественного использования в его реализации сенсомоторных, дыхательных и массажных техник стоит сделать небольшой экскурс в историю.

Итак, в 50-е гг. прошлого века молодой врач-физиотерапевт Гленн Доман с командой единомышленников активно работает над системой помощи детям с психическими повреждениями. Это

дети, которые зачастую не могут ни говорить, ни ходить. В какой-то момент в процессе многочисленных дебатов ученым приходит идея изучить здоровых младенцев и пути их естественного развития. В результате они выделяют на этом пути несколько важных этапов — стадий: «Первая стадия начиналась с рождения, когда ребенок мог двигать своими конечностями и телом, но не был способен использовать эти движения для перемещения своего тела с места на место. Это мы называли “движением без подвижности”. Вторая стадия наступала позже, когда ребенок узнавал, что, перемещая свои руки и ноги определенным способом по отношению к животу, прижатому к полу, он мог двигаться от пункта А к пункту В. Это мы называли ползанием на животе. Затем наступала третья стадия, когда ребенок учился преодолевать гравитацию впервые, вставать на своих руках и коленях и двигаться по полу в этой более легкой, но более опытной манере. Это мы называли ползанием на четвереньках. Следующая существенная стадия начиналась, когда ребенок учился вставать на ноги и ходить, и это, конечно, мы называли ходьбой. Последняя существенная стадия наступала, когда крошечный ребенок начинал носиться, ускоряя свою ходьбу» [Доман, 28–29].

Далее команда Домана убеждается в том, «что если какой-нибудь здоровый ребенок пропускал по какой-либо причине этап на этой дороге, то он не мог стать нормальным и научиться ходить, пока не получил бы возможность восполнить недостающую стадию», и что «если любая из этих основных стадий была упрощена, хотя и не полностью пропущена, то в этом случае наблюдаются неблагоприятные последствия, типа плохой координации, неспособности стать полностью правой или левой, невозможность развивать нормальное доминирование полушарий в отношении речи, проблем с чтением, произношением и т. д. Ползание на животе и четвереньках — существенные стадии в развитии мозга, стадии, в которых два полушария учились работать вместе» [Там же, 30].

Сделав эти выводы, команда Домана немедленно реализует их проверку на практике, организуя для детей с неврологическими проблемами возможности для ползания. Первым методом лечения становится выкладывание тяжелых неходячих детей на пол лицом вниз в течение дня. Следующий этап развития метода — копирование:

трое взрослых воспроизводили руками, ногами и головой ребенка движения, которые здоровый ребенок выполняет в процессе ползания. Результатом такого копирования должно было стать достижение ребенком уровня совершенного перекрестного ползания на четвереньках. Гленн Доман подчеркивает: «Описанные выше методы, имеющие дело с руками, ногами, движениями головы и туловища, при имитации “нормального” не являлись лечением рук, ног, головы и туловища, а непосредственно являлись лечением поврежденного мозга» [Доман, 42].

Команда Гленна Домана также добавляет к работе с моторной составляющей ЦНС работу с сенсорной сферой. В отношении основных сенсорных систем — зрения, осязания, слуха — выделяются стадии естественного развития. Еще одним важным достижением становятся оценка важности дыхания для состояния работы мозга и разработка методики дыхательных упражнений. В дальнейшем с целью разработки адекватной программы реабилитации предлагается диагностика параметров: зрительная компетентность, слуховая компетентность, тактильная компетентность, подвижность, речь и мануальная компетентность. Используется понятие неврологического возраста, в соотношении с которым оцениваются эти параметры в каждом конкретном случае. Например, ребенок мог быть оценен на 24 месяца по параметру зрительной компетентности, на 18 месяцев по параметру подвижности и т. д., хронологически при этом будучи в возрасте 38 месяцев. Программа работы с ним основывалась на постепенном прохождении всех необходимых стадий, пока хронологический возраст не будет приближен к неврологическому на максимально доступном уровне.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Дайте определение понятию «нейропсихологическая коррекция».
2. Назовите компоненты нейропсихологической коррекции.
3. Какой биологический субстрат соответствует каждому из трех функциональных блоков мозга?

4. Перечислите признаки дисфункции первого, второго и третьего функциональных блоков мозга (ФБМ).
5. Назовите условия, необходимые для развития психических функций.
6. Какое качество ЦНС лежит в основе способности к компенсации?
7. Дайте определение понятию гетерохронии.
8. Назовите ведущие психические функции и ведущую деятельность в возрасте 3–5 лет.
9. Определите различия между нейропсихологической реабилитацией, коррекцией и сопровождением развития.
10. Дайте определение принципу замещающего онтогенеза.

ГЛАВА 2. ПРОГРАММА НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

2.1. Нейропсихологические упражнения в соотнесении с тремя функциональными блоками мозга

В этом параграфе будут представлены конкретные упражнения и варианты их усложнения. Упражнения сгруппированы по принципу преимущественной направленности на стимуляцию каждого из трех функциональных блоков. Однако важно помнить, что, поскольку любая психическая активность осуществляется при совместной работе всех трех блоков, данное деление является условным. Некоторые упражнения могут быть в равной степени отнесены к стимуляции, например, и первого, и второго блока, осуществляясь при этом с активным участием третьего блока. В частности, такое упражнение, как ползание, включает в себя работу и с мышечным тонусом, и с освоением пространства, и с межполушарным взаимодействием, а рисование двумя руками, хотя и описано среди упражнений первого функционального блока, все же больше имеет дело с межполушарными взаимодействиями на уровне второго блока.

Здесь представлены только те упражнения, которые используются в нашей программе нейропсихологического сопровождения развития. С большинством этих упражнений авторы познакомились благодаря работам Т. В. Ахутиной, Ж. М. Глозман, А. В. Семенович, А. Л. Сиротюк, Л. С. Цветковой, Е. А. Воробьевой, Б. А. Архипова, Л. С. Назаровой, В. М. Шегай в рамках выездных обучающих тренингов, мастер-классов и в специальной литературе, в том числе была использована литература по логопедии. Упражнения подобраны, в большей или меньшей степени обыграны и/или преобразованы с целью возможности усвоения детьми младшего дошкольного

возраста и детьми с отклоняющимся развитием. Гораздо больший арсенал упражнений с подробным описанием можно найти в работах перечисленных авторов.

Каждое упражнение будет представлено от элементарного способа реализации до наиболее сложного через несколько ступеней. В практической работе даже самый простой способ выполнения может даваться ребенку с трудом, так как программа рассчитана на маленьких детей и детей с ограниченными возможностями. Обучение строится по принципу оперантного обусловливания, предложенному Берресом Фредериком Скиннером, когда поэтапно подкрепляется каждый маленький шаг на пути к нужному поведению [Ромек, 37–42].

Первый функциональный блок

- Дыхательные упражнения.
- Стимулирующие упражнения, повышающие энергетический потенциал.
- Упражнения на преодоление мышечных дистоний.
- Упражнения на формирование и коррекцию базовых сенсорных реципрокных координаций.

Дыхательные упражнения

В основе всех дыхательных нейропсихологических техник — глубокое диафрагмальное дыхание, наиболее полно описанное А. В. Семенович: «Правильное дыхание — это медленное, глубокое диафрагмальное дыхание (при котором легкие заполняются до самых нижних отделов), состоящее из четырех стадий:

1) вдох (распустить мышцы живота, начать вдох, опустить диафрагму вниз, выдвигая живот вперед; наполнить среднюю часть легких, расширяя грудную клетку; приподнять грудину и ключицы, наполнить воздухом верхушки легких);

2) пауза;

3) выдох (приподнять диафрагму вверх и втянуть живот; опустить ребра; опустить грудину и ключицы, выпуская воздух из верхушек легких);

4) пауза.

Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым, естественным, регулируемым бессознательно процессом. При правильном выполнении оно успокаивает и способствует концентрации внимания. Со временем имеет место увеличение объема легких, усиливается газообмен, улучшается кровообращение. Под воздействием диафрагмы происходит интенсивный массаж внутренних органов, что способствует общему оздоровлению и улучшению самочувствия. Дыхательные упражнения, кроме того, улучшают ритмирование организма, развивают самоконтроль и произвольность» [Семенович, 2007, 130].

Примечания:

1. На первых этапах ведущие отслеживают только правильный вдох и выдох; для ребенка 3 лет или более старшего возраста, но с ОВЗ, задержка дыхания с надутым животом может представлять значительную трудность. Даже просто выдох через рот для некоторых детей может оказаться недоступным. В случае если ребенок еще не умеет дуть, в качестве помощи можно использовать мыльные пузыри, ватки, ниточки с приклеенными на конце изображениями птичек или бабочек — все, что позволяет ребенку наглядно оценить силу своего дыхания. Часто приходится, находясь за спиной ребенка, демонстрировать ему правильное действие — создание воздушной струи, помогая реализовывать собственную активность, например, выдувать пузыри. Когда воздушная струя сформирована, акцент переходит на этап задержки дыхания, для этого ребенку предлагается удерживать «надутый шарик» в животе. В процессе можно помогать ему, придерживая за бока во время удерживания и мягко надавливая на живот во время выдоха.
2. Следует делать не более 3–4 циклов диафрагмального дыхания подряд, так как в противном случае могут проявиться симптомы гипервентиляции легких, например, головокружение.
3. С детьми, у которых в анамнезе есть эпистатус, дыхательные упражнения выполняются с осторожностью, с постоянным контролем состояния ребенка.

• «Шарик». Исходное положение (и. п.) — лежа на полу, руки и ноги расслаблены, правая рука расположена на животе, левая рука лежит вдоль тела. Инструкция ведущего: «Надуваем в животе шарик. Вдыхаем носом (ведущий с шумом вдыхает сам, при этом

держит руку на своем животе и демонстрирует, как он становится больше), и в животе у нас надувается шарик, например, красного цвета, как резиночка на руке (или футболка), например, у Миши. Теперь дуем (ведущий с шумом выдыхает, вытянув трубочкой губы и демонстрирует, как рука опускается вместе с животом), и шарик сдувается, следующий шарик у нас будет желтый для Саши» и т. п.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 1. Шарик удерживается на счет. Инструкция ведущего: «Надуваем в животе шарик. Вдыхаем носом (ведущий с шумом вдыхает сам), и в животе у нас надувается шарик красного цвета, как резиночка на руке у Миши. Шарик большой, красивый, держим его, пока я считаю до двух: раз, два. А теперь дуем (ведущий с шумом выдыхает, вытянув трубочкой губы), и шарик сдувается, следующий шарик у нас будет желтый для Саши» и т. п.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 2. Добавляются движения рук. Инструкция ведущего: «Надуваем в животе шарик, и на вдохе руки поднимаются вверх. Вдыхаем носом (ведущий с шумом вдыхает сам и поднимает руки), в животе у нас надувается шарик красного цвета, как резиночка на руке у Миши, шарик большой, красивый, держим его, пока я считаю до двух: раз, два (постепенно доводим до 4. А теперь дуем, и ручки опускаются (ведущий с шумом выдыхает, вытянув трубочкой губы, и опускает руки в процессе проговора), и шарик сдувается».

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 3. Добавляются движения рук и ног. Инструкция ведущего: «Надуваем в животе шарик, и на вдохе руки поднимаются вверх, а ноги притягиваются к животу. Вдыхаем носом (ведущий с шумом вдыхает сам и поднимает руки и одну ногу), и в животе у нас надувается шарик красного цвета, как резиночка на руке у Миши. Шарик большой, красивый, держим его, пока я считаю до четырех: раз, два, три, четыре. А теперь дуем, руки опускаются (ведущий с шумом выдыхает, вытянув трубочкой губы, и опускает руки и ногу в процессе проговора), и шарик сдувается».

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 4. Добавляются градации вдоха, удержания и выдоха. Инструкция ведущего: «Надуваем в животе шарик, вдыхаем на счет три, держим на три и выдыхаем на три. Вдыхаем носом (ведущий с шумом вдыхает на каждый счет: раз, два, три), надули шарик красного цвета, как резиночка на руке у Миши,

и держим: раз, два, три. А теперь дуем (ведущий с шумом выдыхает градациями по три или считает: раз, два, три)».

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 5. Градации вдоха, удержания и выдоха с поднятием рук.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 6. Градации вдоха, удержания и выдоха с поднятием рук и притягиванием ног.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 7. Неравномерные градации вдоха, удержания и выдоха. Например, вдыхаем на счет два, удерживаем на счет три, выдыхаем на счет четыре. Каждую градацию ведущий демонстрирует и контролирует выполнение.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 8. Неравномерные градации вдоха, удержания и выдоха с добавлением рук.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 9. Неравномерные градации вдоха, удержания и выдоха с добавлением рук и притягиванием ног.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 10. Равномерные градации вдоха, удержания и выдоха с добавлением одноименных руки и ноги.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 11. Равномерные градации вдоха, удержания и выдоха с добавлением разноименных руки и ноги.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 12. Неравномерные градации вдоха, удержания и выдоха с добавлением одноименных руки и ноги.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 13. Неравномерные градации вдоха, удержания и выдоха с добавлением разноименных руки и ноги.

• *«Колыбельная для зверят»*. Ребенку предлагается вокализировать на выдохе, пропевая отдельные звуки («а», «о», «у» и др.). И. п. — сидя на полу, правая рука на животе. Дети пропевают заданные звуки. Ведущий может рассказать следующую историю: «Сейчас мы с вами будем петь колыбельную. Представим, что у нас тут живет утенок, его мама ушла на поиски вкусных червячков, а он еще совсем маленький и боится оставаться один. Мы споем для него колыбельную, тогда он заснет. Для утенка мы поем звук “у”. Кладем руку на живот (демонстрирует), вытягиваем губы (демонстрирует) и поем длинную песенку “ууу” (произносит вместе с детьми). Потом поем для аистенка “а” (“мама полетела наловить ему рыбки”), для ослика “о” (“мама пошла принести ему травки, воды)» и т. п. Важное условие — петь нужно на одном дыхании. Если ребенок

прерывается, заново вдыхает и поет дальше, ведущий поясняет: «Когда мы вдыхаем, детеныш просыпается, лучше спеть короткую песню, но на одном дыхании».

Усложненный вариант 1. На медленном выдохе пальцем или всей ладонью прерывать воздушную струю так, чтобы получился звук ветра, клич индейца, свист птицы.

Усложненный вариант 2. В процессе пропевания стучим по груди в области грудины (рис 2.1).

Усложненный вариант 3. Сначала угадать, вспомнить или придумать, для кого мы будем петь песенку «ууу», для кого «ааа» и т. д., там, где в слове первый звук ударный.

Усложненный вариант 4. Сначала угадать, какую песенку будем петь, например, для обезьянки, для орла, т. е. там, где в слове первый звук не ударный.

Усложненный вариант 5. «Песенка для мозга» — пропеваем звук «м», стоя на одной ноге в позе йоги «дерево», звук «н» — стоя на цыпочках, звук «л» — в положении «ласточка» и т. п.



Рис. 2.1. Дети 4 лет выполняют дыхательное упражнение

• «Травка» И. п. — сидя на коленях и на пятках, руки сцеплены пальцами в замок и лежат на голове. На вдохе (через нос) сцепленные в кистях руки поднять вверх и потянуться, медленный выдох через рот, в процессе которого также медленно руки опустить на пол перед собой, согнув спину. Пояснение детям: «Сначала травка растет, тянется к солнышку, потом подул ветерок, и травка опустилась». Это упражнение хорошо тем, что оно автоматически заставляет ребенка дышать правильно, у него просто нет другой возможности [Семенович, 2007, 130–132].

Усложненный вариант 1. Вместо травки всем детям предлагается превратиться в заданную группу растений, например в цветы, и сообщить название (лучше при этом предложить картинки с изображениями цветов или искусственные цветы, чтобы название сразу соотносилось с образом-представлением), также можно предложить превратиться в ягоды, фрукты, овощи, деревья, грибы и т. д. Каждый ребенок в группе поочередно называет, каким цветком он будет, при этом желательно не повторяться. На первых этапах, если ребенку трудно придумать самому, можно предложить ему выбор: «Ты будешь розой или тюльпаном?». Когда все дети совершили выбор, ведущий говорит: «А теперь мы вдыхаем (ведущий с шумом сам вдыхает воздух), и все цветы (лучше перечислить каждого) растут большие-большие!» (при этом ведущий демонстрирует правильное выполнение движения). Подул ветерок, и все цветочки спрятались, дуем и опускаемся» (показывает движение, с шумом дует, демонстрирует позу, которую надо принять, и проверяет правильность выполнения детьми). «Вдруг на полянку пришла коза (зайчик, медведь...), она хочет забрать цветочки. Нужно сидеть тихо-тихо, чтобы коза нас не нашла. Как только цветочек зашевелится, коза его сразу обнаружит». Задача детей — замереть. Если ведущий видит, что кто-то пошевелился, он может мягко прикоснуться к ребенку, чтобы сообщить, что тот был замечен. После этого детям предлагается вернуться в исходное положение. Тем, кто «не был найден», полагается поощрение. За разными растениями могут «охотиться» разные животные — медведи, зайцы; могут приходить ведьма и другие персонажи в зависимости от фантазии ведущих и потребностей детей.

Усложненный вариант 2. Детям предлагается превратиться в растения с заданными признаками, например, в деревья, но только хвойные; овощи, но только красного цвета; растения, которые растут в воде или около воды; любые плоды, названия которых начинается со звука «о» (или любого другого); в гибриды, например, «овощефрукты», «ягододеревья». Опять же все зависит от фантазии ведущих и детей (детям нравится выбирать, во что превращаться).

Примечание. Упражнение «Травка» является не только дыхательным упражнением, но и включает в себя элементы растяжки. Необходимость замирания по заданному сигналу («коза идет — сидим тихо») и возвращение к активности, опять же по сигналу, что опасность миновала, позволяют отнести это упражнение и к функциональным — направленным на стимуляцию третьего блока. Классификация, отнесение растений к разным группам, — стимул для развития вербально-логического мышления.

Стимулирующие упражнения, повышающие энергетический потенциал

Сюда входят различные варианты массажа и самомассажа, упражнения для развития мимических мышц, мышц губ и языка, в этот блок можно включить и упражнения на развитие мелкой моторики. Как отмечает А. В. Семенович, все эти упражнения выполняют комплексную функцию в развитии ребенка; они не только повышают потенциальный энергетический уровень, но и обогащают знание ребенка о себе, собственном теле, развивают внимание, произвольность, успокаивают и уравнивают психику.

Упражнения для развития мимических мышц, мышц губ и языка и упражнения на развитие мелкой моторики занимают промежуточное положение в системе разделения по функциональным блокам. Их можно отнести и к стимуляции первого блока (как это представлено в данном пособии), но и для второго блока, в частности для речевых функций, они играют не менее существенную роль, так как без правильной артикуляции, например, невозможно полноценное развитие фонематического слуха, а анатомическая проекция кожи руки находится в непосредственной близости

от речевой зоны, что обуславливает связь развития речи с развитием мелкой моторики.

Самомассаж

- *«Обезьянки моют голову»*. Детям в определенный момент игры-сказки предлагается представить, что они обезьянки, которые собрались пойти в гости, но неожиданно заметили, что сильно испачкались, так что теперь задача помыться. Ведущий предлагает «помыть голову» и демонстрирует, как это делать: слегка согнув пальцы в суставах, расположить их сначала в лобной части головы (при этом сообщает, что будем «мыть лоб») и начать массировать круговыми движениями. Дети повторяют действия ведущего и все вместе приговаривают, например: «моем-моем трубочиста, чисто-чисто, чисто-чисто». Потом опять, вслед за ведущим и его комментарием: «а теперь затылок» — перемещают руки и продолжают массаж и стишок: «будет-будет трубочиста чист-чист, чист-чист». Далее пальцы перемещаются на макушку и височную область. Все действия желательно сопровождать стихами или порядковым счетом, так как это позволяет детям лучше сосредоточить внимание и действовать в определенном ритме.

- *«Обезьянки расчесываются»*. Когда «обезьянки помылись», они «захотели стать еще красивее и решили расчесаться». Детям предлагается «взять в заданную (например, левую) руку зеркальце» (рука вытягивается с поднятой и обращенной к лицу ладонью, как будто в ней расположено зеркальце), а другую руку поднять вверх с напряженными полусогнутыми пальцами (как будто это расческа) и расчесаться (от левого виска к правой части затылка — ведущий показывает, как). Сделав 3–5 расчесывающих движений, воображаемое зеркальце с хлопком переключается в правую руку, теперь уже «причесываемся» левой рукой по тому же принципу, не забывая «смотреться в зеркальце».

- *«Идем в гости»*. самомассаж ушных раковин: «идем в гости к слону» — ушки тянем вниз, «к зайке» — ушки тянем вверх, «к чебурашке» — ушки в стороны. Все действия опять же стоит сопровождать соответствующими стихами или песнями и движениями. Например, когда «идем в гости к слону», приговариваем:

«головой качает слон, он слонихе шлет поклон». При этом голова покачивается вверх-вниз, для зайки подходит стихотворение «Зайку бросила хозяйка», а для чебурашки — соответствующая песня из мультфильма.

- *«Пельмешки и пирожки»*. Опять же по сюжету сказки-занятия: в определенный момент обезьянки проголодались и решили налепить из ушек пельмешков (дети по образцу ведущего большими и указательным пальцами складывают уши пополам), а потом пирожки (уши прижимаются вперед). Обычно действие сопровождается счетом, например: «пельмень один — для Маши, два — для Саши» и т. д., по числу детей в группе. Если дети умеют считать в пределах числа участников группы, то в конце им предлагается соотнести счет с количеством: «а сколько всего пельмешков/пирожков получилось?» и показать соответствующее количество пальцев.

- *«Сороконожки»*. И. п. — сидя на полу. Ребенок готовит руки — ставит кисти с растопыренными пальцами на область груди и со словами, произносимыми хором и ведущими, и детьми «две сороконожки бежали по дорожке», пробегает — перебирает пальцами до кончиков ног: «вместе прибежали и» называет свое имя «(Ванечку, Сашеньку...) обняли» и изо всех сил обнимает себя. С совсем маленькими детьми или с детьми с выраженным отставанием в развитии это упражнение сначала может выполнять ведущий.

- *Игра с ежиками*. В этой игре используются специальные массажные шарики с шипами. Ребенку предлагается погладить «ежика», покатаь его между рук, покатаь его поочередно по полу правой ладонкой, левой, правой ступней, левой, поднять «ежика», зажав между ступнями, и положить в корзинку.

«Будим голову». Детям предлагается массировать специальные «волшебные точки», чтобы «разбудить голову и помочь ей хорошо работать». Схема расположения точек и обоснование ее применения подробно рассмотрена в пособиях А. В. Семенович. В рамках данной адаптированной программы это упражнение рекомендуется применять в виде самомассажа не ранее 5 лет, но родителям желательно выполнять массаж «волшебных точек» с детьми дома на регулярной основе. Массаж производится вращательными движениями примерно по 3 секунды 9 раз в одну сторону, 9 — в противоположную.

Для самомассажа во время групповых занятий обычно включается пять направлений (точки над внутренними углами бровей, около носа, на подбородке — в ямке под нижней губой, перед ушами в области выступаания височных костей и в области правого и левого затылочных бугров). самомассаж можно сопровождать прямым и обратным порядковым счетом, перечислением дней недели, времен года.

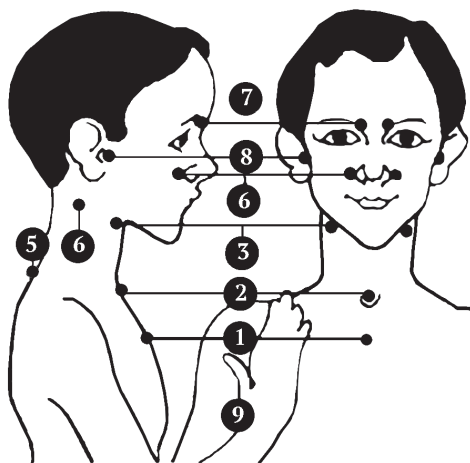


Рис. 2.2. Волшебные точки [Семенович, 2007, 136]

*Упражнения для развития мимических мышц,
мышц губ и языка*

Эти упражнения позволяют развивать речевой аппарат, подготавливать его для постановки звуков, кроме того, осуществляется развитие выразительных движений, являющихся неотъемлемым компонентом эмоциональной, чувственной сферы человека.

Упражнения для мимических мышц

- «Обезьянки строят рожицы». Ведущий изображает на лице различные эмоции и обозначает их словом («обезьянки разозлились, удивились, испугались, обрадовались, грустили»), дети повторяют за ним.

Усложненный вариант 1. Ведущий изображает эмоцию, а дети должны угадать, что «обезьянка» чувствует и что могло случиться.

Усложненный вариант 2. Детям показывают картинки, где изображены дети или животные, выражающие различные эмоции. Нужно повторить и назвать.

Усложненный вариант 3. Каждому из детей, незаметно для остальных, выдаются картинки с изображением какой-либо из эмоций, ее нужно показать, а другие дети должны угадать.

Усложненный вариант 4. Каждый из детей по очереди показывает какую-нибудь рожицу, а остальные за ним повторяют и угадывают, что он чувствует, кроме того, могут придумать ситуацию, в которой такая эмоция проявляется.

Примечание. Необходимость обозначать эмоции словом развивает эмоциональный интеллект (третий функциональный блок), угадывать эмоции по выражению лиц — функция второго блока.

Язычковые упражнения

- «Лопаточка». Улыбнуться, открыть рот. Положить широкий язык на нижнюю губу. Удерживать в спокойном состоянии на счет до пяти. Важно следить, чтобы нижняя губа не напрягалась и не натягивалась на нижние зубы (рис. 2.3).

- «Иголочка». Улыбнуться, открыть рот. Высунуть язык наружу острым, как жало. Следить, чтобы кончик языка не поднимался вверх.

- «Часики». Улыбнуться, открыть рот. Кончик языка переводить на счет «раз-два» из одного уголка рта в другой. Нижняя челюсть при этом остается неподвижной.

Усложненный вариант 1. Выполняется с присоединением движения рук: ребенок выставляет руки перед собой на уровне лица и одновременно перемещает язык и руки вправо-влево, при этом голову и корпус поворачивать нельзя.

Усложненный вариант 2. Выполняется с присоединением движения глаз к движениям языка и рук, детям предлагается глазами следить за движением рук.



Рис. 2.3. Дети 3 лет выполняют артикуляционные упражнения

Усложненный вариант 3. Руки и язык перемещаются в противоположную сторону от движения глаз (здесь включается элемент разбиения синкинезий).

- «Качели». Улыбнуться, открыть рот. На счет «раз-два» поочередно поднимать язык вверх (тянуть к носу) — вниз (тянуть к подбородку).

Усложненный вариант 1. Выполняется с присоединением движения рук: ребенок выставляет руки перед собой на уровне лица и одновременно перемещает язык и руки вверх-вниз, при этом голова и корпус должны оставаться неподвижными.

Усложненный вариант 2. Выполняется с присоединением движения глаз к движениям языка и рук, детям предлагается глазами следить за движением рук.

Усложненный вариант 3. Руки и язык перемещаются в противоположную сторону от движения глаз (руки и язык вверх, а глаза (но не вся голова) вниз и наоборот).

- *«Лошадка»*. Улыбнуться, открыть рот. Пощелкать кончиком языка, как цокают лошадки. Рот при этом открыт, язык должен быть свободным. Нижняя челюсть остается неподвижной.

- *«Шлепалки»*. «Накажем непослушный язычок». Положить широкий язык между губами и «пошлепать» его с разными звуками: «пя-пя-пя», «на-на-на» и т. п.

- *«Вкусное варенье»*. Улыбнуться, открыть рот. Языком в форме «чашечки» облизывать верхнюю губу сверху вниз. Нижняя губа не должна обтягивать зубы.

- *«Индюк»*. Приоткрыть рот, положить язык на верхнюю губу и производить движения широким передним краем языка по верхней губе вперед и назад, стараясь не отрывать язык от губы, как бы поглаживая ее. Темп упражнения постепенно убыстрять, затем добавить голос, чтобы слышалось «бл-бл-бл». Следите, чтобы язык не сужался, он должен быть широким.

- *«Хоботок»*. Губы и зубы сомкнуты. С напряжением вытянуть губы вперед трубочкой. Удерживать данное положение на счет до пяти.

- *«Чистим нижние зубки»*. Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» нижние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево. Нижняя челюсть при этом не двигается.

- *«Чистим верхние зубки»*. Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка «почистить» верхние зубы с внутренней стороны, делая движения языком вправо-влево.

- *«Комарик»*. Улыбнуться, открыть рот. Поднять язык за верхние зубы, длительно произносить звук «з».

- *«Толстячок»*. 1. Надувание обеих щек одновременно. 2. Надувание правой и левой щек попеременно (перегонка воздуха из одной щеки в другую).

- *«Худышка»*. Втягивание щек в ротовую полость при открытом рте и сомкнутых зубах.

- *«Хомяк»*. Ребенок изображает хомяка, который идет по лесу. Вот какой он сытый (облизаться, надуть обе щеки, развести руки), а такой голодный (втянуть щеки, пощелкать зубами, обнять себя). Идет и гоняет зерно из одной щеки в другую (поочередно надувать

щеки в такт с руками). Влез в узкую норку и выплюнул зерно (бить кулачками по надутым щекам, с силой и шумом выдохнуть). Это задание необходимо дополнить любыми выразительными движениями рук, ног, всего тела.

- *«Белочки ругаются»*. Губы растянуты в улыбку, зубы видны. Погрозить друг другу указательным пальцем и «поцыкать».

- *«Песенка»*. Губы растянуты, зубы видны, язык между зубов. Произносим «ла-ла-ла-ла-ла», прикусывая кончик языка.

- *«Мотоцикл»*. Кистями рук, сжатыми в кулак, делаем движения как будто заводим мотоцикл. В это время произносим «брр» (шум мотора).

- *«Зовем пчелку»*. Зовем пчелку Жужу. Хором дети четко произносят «жу» (губы вытянуты в трубочку), «жа» (губы растянуты). Пчелка летит «ж-ж-ж-ж».

- *«Тигр»*. Зарычать как тигры: «р-р-р-р!».

Упражнения на развитие и укрепление мышц руки (развитие мелкой моторики)

- *«Червячки»*. Растопырить пальчики обеих рук и пошевелить ими, изображая червячков.

- *«Пальчики здороваются»*. Ладони соединяются таким образом, чтобы каждый палец правой руки был соединен с соответствующим пальцем левой руки (большой с большим, указательный с указательным и т. д.). Затем каждая пара пальцев несколько раз рассоединяется и соединяется со словами «привет-привет». Остальные пальцы в это время сомкнуты.

- *«Бибикалки»*. Все пальцы сжаты в кулаки, работают только большие пальцы (как бы нажимают на кнопки) со словами «би-би-п».

- *«Стрелялки»*. Все пальцы сжаты в кулаки, работают только указательные (как бы нажимают на курок), ребенок приговаривает: «пиф-паф».

- *«Зайка шевелит ушками»*. Все пальцы сжаты в кулаки, указательный и средний — прямые (ушки зайчика). Показать, как зайка шевелит ушками, и приговаривать: «ой-ой» (зайчик прячется от охотника).

- *«Корова бодается»*. Все пальцы сжаты в кулаки, указательный и мизинец прямые («рога»). Показать, как коровка бодается, приговаривая: «му-му» (рис. 2.4).



Рис. 2.4. Дети 3 лет выполняют пальчиковые упражнения

- *«Сушки»* под стихотворные строки выполняются действия: «сушки, сушки, сушки, сушки», каждый палец на обеих руках поочередно соприкасается с большим в виде колечек. *«Пирожки»* — ребенок хлопает скругленными ладошками друг о друга 2 раза. *«Блины»* — хлопки распрямленными ладонями также 2 раза. *«Ватрушки»* — разводит руки в стороны.

- *«Топ-топ ножкой»*. Сжать кулак, затем выпрямить средний и указательный пальцы (это ножки). Каждый ребенок, сидящий в кругу, шагает «ножками» в центр круга со словами: «Топ-топ ножкой. Кто под окошком?», затем все руки соединяются и дети шевелят пальчиками со словами: «куча-мала, куча-мала, куча-мала».

- *«Слоник»*. Четыре пальца руки, кроме среднего, опираются о поверхность пола (ножки слоника), средний палец вытянут вперед (хобот). Сначала выходит погулять один слоник (одна рука), затем другой (вторая рука).

• «Червячки пошли гулять»:

Ладони лежат на коленях или столе	
Раз, два, три, четыре, пять, Червячки пошли гулять.	Пальцы, сгибаясь, подтягивают к себе ладонь (движение ползущей гусеницы)
Вдруг ворона подбегает,	Идут по столу указательным и мизинцем (остальные пальцы поджаты к ладони)
Головой она кивает,	Складывают пальцы щепоткой, качают ими вверх и вниз
Каркает: «Вот и обед!»	Раскрывают ладонь, отводя большой палец вниз, а остальные — вверх
Глядь —	Разводят руками
а червячков уж нет!	Сжимают кулачки, прижимают их к груди

• «Море». Ребенок вместе с психологом рассказывает историю и сопровождает ее соответствующими движениями: «На море плещутся волны маленькие и большие (сначала одной рукой, затем другой в воздухе рисуются маленькие волны; руки сцепить в замок и рисовать в воздухе большую волну). По волнам плывут дельфины (совершаются синхронные волнообразные движения всей рукой вперед). Они вместе, а потом по очереди ныряют в воду: один нырнул, другой нырнул (совершаются поочередные волнообразные движения рук). За ними плывут их дельфинята (руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед). Ныряют вместе и по очереди (одновременные и поочередные волнообразные движения кистями рук). Вот так двигаются их хвостики (каждый палец поочередно совершает волнообразные движения). Вместе с дельфинами плавают медузы (руки, сжатые в кулаки, резко разжимаются и сжимаются). Все они танцуют и смеются (вращение рук в лучезапястных суставах)».

• «Цветок». Две ладони прижаты друг к другу, пальцы сомкнуты (цветок спит). Затем сомкнутыми остается только низ ладоней, пальцы разъединяются и растопыриваются (наступило утро, цветок проснулся), пошевелить пальцами (подул ветерок, пошевелил лепестками), сцепить руки в замок (подул сильный ветер, цветок

закрылся), выпрямить указательные пальцы (проверил, есть или нет солнце), затем каждую пару пальцев по очереди.

- *«Палочки»*. Игра выполняется в парах. Каждому из пары достается палочка, между палочками привязана ленточка, посередине которой — флажок. Задача участников — наматывать ленточку на палочку, как на катушку, прокручивая палочку пальцами. Выигрывает тот, у кого на палочке оказался флажок.

Упражнения на преодоление мышечных дистоний

Как указывает А. В. Семенович, оптимизация тонуса является одной из самых важных задач коррекции первого уровня. Любое отклонение от оптимального тонуса может являться как причиной, так и следствием возникших изменений в психической и двигательной активности ребенка и негативно сказывается на общем тонусе его развития.

Преодолеть мышечные дистонии помогают сенсомоторные упражнения, растяжки, ползание, упражнения на оптимизацию тонуса.

Упражнения на оптимизацию и стабилизацию общего тонуса тела

- *«Дракон»*. Ребенок изображает дракона, облетающего дозором свои владения: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, пружинят в такт с руками-крыльями. Затем он приземляется на остров и начинает «размешивать» хвостом море (приседает и совершает покачивающие движения бедрами).

- *«Насос и надувная кукла»*. Ребенок изображает надувную куклу, из которой выпущен воздух, — лежит совершенно расслабленно на полу. Другой ребенок изображает, как он надувает куклу насосом. По команде ведущего кукла постепенно наполняется воздухом, ее части распрямляются, выравниваются. Наконец кукла надута. Дальнейшее накачивание куклы опасно: «кукла сильно напряглась и может лопнуть». Время окончания надувания определяется по состоянию напряжения тела куклы. После этого из куклы «вынимают насос», и она постепенно «сдувается» и «опадает». Это прекрасное

упражнение на расслабление — напряжение, а также первый опыт парного взаимодействия на уровне ощущения определенных свойств тела другого человека.

- *«Двигаемся по-разному»*. Детям предлагается свободно двигаться по комнате, не касаясь друг друга, самыми разнообразными способами: прыгаем как мячики (на двух ногах); прыгаем как зайчики (на одной ноге, затем — на другой); ходим как мишки (на внешней стороне стопы); ходим как будто мы очень устали; ходим как маленькие ляльки, которые только что научились ходить; как будто пол очень горячий, как будто мы замерзли и т. д. Дети могут передвигаться с разной скоростью: медленно, максимально быстро, чуть медленнее и т. п.; с различным уровнем напряжения (максимально напряженно, чередуя напряжение и расслабление различных групп мышц, максимально расслабленно). Эти и следующие упражнения направлены на расширение диапазона движений по следующим параметрам: быстрые — медленные, мягкие — жесткие, сильные — слабые, тяжелые — легкие, непрерывные — отрывистые, свободные — с сопротивлением.

- *«Росток»*. И. п. — на корточках по кругу; голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Ведущий: «Представь себе, что ты маленький росток, только что прорезавшийся из земли; он растет, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать тебе “расти”». Называется часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности других. «Один» — медленно выпрямляются ноги; «два» — ноги продолжают «расти», постепенно оживают руки, но пока висят, как тряпочки; «три» — осторожно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам); «четыре» — выпрямляются плечи, шея и голова; «пять» — руки поднимаются вверх, ребенок смотрит на солнышко, тянется к нему. Усложняя задачу, психолог может увеличить этапы «роста» до 10–20.

- *«Потянулись — сломались»*. Руки и все тело ребенка устремлены вверх (пятки от пола не отрывать). Ведущий: «Тянемся, тянемся вверх, выше и выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше (реально пятки на полу)... А теперь наши кисти как бы сломались (хлопок), в плечах (хлопок) упали. Повисла голова (хлопок), вы сломались в талии (хлопок), подогнулись колени

(хлопок), опустились (упали) на пол... Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе. Осталось ли где-нибудь напряжение? Сбросили его» (рис. 2.5).



Рис. 2.5. Дети 4 лет выполняют упражнение «Потянулись — сломались».

Растяжки

Это система «специальных упражнений на растягивание, основанных на естественном движении. При их выполнении в мышцах должно быть ощущение мягкого растяжения» [Семенович, 2007, 143].

Варианты растяжек

С 3-летними детьми и детьми с ограниченными возможностями мы всегда используем три вида растяжек.

- «Звездочка». И. п. — лежа на полу. «Звездочка спит»: руки и ноги расслаблены, ноги вместе, руки вытянуты вдоль тела. «Звездочка загорелась»: руки и ноги разведены в стороны, максимально вытянуты. Постепенно дети учатся «зажигать» только верхние «лучики», только нижние, только правые, только левые, правый верхний и левый нижний и т. д. (рис. 2.6).



Рис. 2.6. Дети 3 лет выполняют растяжку «Звездочка»

- *«Качели»*. Ребенок лежит на полу, ведущие берут его за руки и за ноги и раскачивают, сопровождая раскачивание стихотворением: «Еле-еле, еле-еле раскачали мы качели, раскачали-раскрутили, раскачали-раскрутили, раскачали-раскрутили, Сашу (Машу, Ваню...) на пол положили». Задача ребенка — максимально расслабиться.

- *«Растишка»*. Ребенок стоит на полу и поднимает вверх руки, ведущий берет его за руки и помогает ему тянуться со словами «растем, растем...».

По мере усвоения ребенком программы иногда добавляются и другие виды растяжек:

- *«Качалка»*. И. п. — лежа на спине. Обхватить колени руками. Качаться на спине, прокатываясь всеми позвонками по полу. Другой вариант — перекаты то на правый, то на левый бок. По команде взрослого ребенок замирает на каком-либо боку. Сначала упражнение выполняется при помощи ведущих.

- *«Бревнышко»*. И. п. — лежа на спине, руки подняты за голову, кисти соединены, пальцы смотрят вверх, ноги вместе. Вытянуться всем телом и несколько раз перекатиться направо, затем налево, как бревнышко. Сначала упражнение выполняется при помощи ведущих.

- *«Лодочка»*. И. п. — лежа на животе. Вытянуться всем телом. Ребенок по инструкции ведущих напрягает и поднимает правую руку (ногу), обе руки (ноги), одноименные и разноименные руку и ногу. Затем вместе с конечностями поднимаются и опускаются голова и глаза (рис. 2.7).



Рис. 2.7. Дети 4 лет выполняют растяжку «Лодочка»

- *«Корзиночка»*. Лежа на животе схватить руками согнутые в коленях ноги за голеностопные суставы. Качаться на животе вперед-назад, направо-налево. По команде ребенок замирает на одном боку.

- *«Кошка»*. Из положения лежа встать на четвереньки, опираясь на колени и ладони; бедра и руки перпендикулярны полу. Со вдохом отвести голову назад и прогнуть позвоночник вниз. С выдохом зашипеть; подбородок — к груди, спина выгибается вверх.

- *«Лев»*. Сидя на пятках, немного наклониться вперед, опираясь руками на колени (пол). Широко открыть рот, максимально высунуть язык и издать громкий и страшный «львиный рык».

Ползание

Является многофункциональным упражнением, позволяющим укреплять мышечный тонус, развивать межполушарное взаимодействие, координацию движений, закреплять пространственные представления. Дети ползают на животе: при помощи рук и ног, только рук или ног (одновременные и попеременные движения правой и левой конечностями); на спине; на четвереньках. В разных направлениях — вперед, назад, вправо, влево, по кругу и т. д.

Варианты ползания

- *«Ляльки»*. Ползаем на четвереньках, как будто мы маленькие ляльки (кто как умеет).

- *«Раненый боец»*. Лежа на животе. Прямые ноги вместе, руки согнуты в локтях. Ребенок ползет, подтягиваясь на руках (руки переставляет по очереди: правую руку выставил вперед, подтянулся; затем — левую вперед, подтянулся).

- *«Медуза»*. Лежа на спине. Руки на животе, прямые ноги вместе. Ребенок сгибает обе ноги одновременно и отталкивается пятками (плывет как медуза).

- *«Червячок»*. Лежа на животе. Руки за спиной. Ползет только при помощи ног, по очереди сгибая каждую ногу.

- *«Ручки — ножки»*. Стоя на четвереньках. По команде ведущего «Ручки!» сначала переставляются вперед обе руки, затем по команде «Ножки!» к ним подтягиваются обе ноги.

- *«Правая сторона — левая сторона»*. Стоя на четвереньках. Сначала одновременно переставляются правая рука и правая нога, затем — левая рука и левая нога.

У с л о ж н е н и е. Смотреть во время движения в одну точку впереди себя; добавить движения языка в ту же сторону, которая шагает; движения языка в противоположную сторону.

- *«Правая рука + левая нога»*. Стоя на четвереньках. Сначала одновременно переставляется правая рука и левая нога, затем — левая рука и правая нога.

У с л о ж н е н и е. Смотреть в одну точку перед собой, движение языка в сторону шагающей руки, движение языка в противоположную сторону.

Упражнения на формирование и коррекцию базовых сенсомоторных реципрокных координаций

На формирование реципрокных координаций оказывают положительное влияние упражнения, включающие взаимодействия рук или ног, а также сочетанные движения правой и левой половин тела. В связи с этим выполнение пальчиковых упражнений одновременно на двух руках и поочередно, то правой рукой, то левой, также может рассматриваться как стимуляция развития комиссуральных структур, как и все вышеперечисленные варианты ползания.

Кроме того, для развития межполушарного взаимодействия применяются и другие специальные сенсомоторные упражнения, а также рисование двумя руками.

Важно учитывать, что *фактор межполушарного взаимодействия напрямую не относится ни к одному из трех функциональных блоков*. Главная комиссура — мозолистое тело, постепенно созревая, связывает кору правого и левого полушария, формируя, как описывает А. В. Семенович, «две главные “несущие оси” — подкорково-корковые и межполушарные взаимодействия, объединяющие работу различных церебральных систем в единое целое» [Семенович, 2007, 33–34].

- *«Велосипед»*. Лежа на спине, ребенок имитирует ногами езду на велосипеде. Усложнение: при этом локтем (ладонью) касается противоположного колена, одноименного колена, затем снова противоположного колена.

- *«Солдат»*. Ребенок вслед за ведущим шагает на месте, как это делают солдаты, — поочередно высоко поднимает колени; рука, противоположная поднятому колену, сгибается в локте и поднимается к груди, другая рука выпрямляется и выносится вбок и немного назад. Ведущий командует в равномерном темпе: «Правой — левой, правой — левой!» На этапе усвоения упражнения темп замедлен, шагаем на месте, по мере усвоения темп можно убыстрять и переходить на марширование по прямой, по кругу и по другим заданным

траекториям (маршрут можно выкладывать на полу веревкой или другими подручными средствами).

- *«Ладушки»*. Эта игра одна из первых появляется в опыте любого ребенка. Если ребенок с ней не знаком, наиболее простой вариант выполняется в паре с ведущим: сидя напротив друг друга, оба хлопают в ладоши и после этого встречаются ладошками без перекреста.

Усложненный вариант 1. То же самое, но добавляются ноги.

Усложненный вариант 2. Хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером без перекреста, опять хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с перекрестом (встречаются правые и левые руки).

Усложненный вариант 3. Аналогично с ногами.

- *«Кулак — ладонь»*. Руки ребенка все время повернуты ладонями друг к другу; хлопок в ладоши, удар кулака о ладонь, хлопок, удар другой ладони о кулак. Играя в паре, ребенок после хлопка удар «кулак — ладонь» делает с вами. Еще более сложный вариант — удар «кулак — ладонь» — делается с партнером перекрещенными руками (впереди то левая рука, то правая);

- *«Прыжки на месте»*: а) чередование прыжков: ноги врозь, ноги вместе; б) чередование прыжков: ноги врозь, ноги скрестно, поочередно левая и правая нога впереди (предмет, например гимнастическая палка, лежит между стопами ног). Это же упражнение выполняется с движением рук в ту же сторону, что и ног, затем в противоположную.

- *«Ухо — нос»*. Правой рукой взять себя за нос, а левой — за правое ухо. Затем хлопнуть в ладоши и правой рукой взяться за левое ухо, а левой — за нос (более простой вариант — братья одной рукой за нос, а второй — за ухо с той же стороны, что и рука).

- *«Лягушки»*. Упражнение также направлено на стимуляцию тонуса и развитие динамического праксиса. Сидя на коленях, руки перед собой, ладони лежат на полу. Оторвать ладони от пола, одновременно сжать кулаки, положить оба кулака на пол, затем снова оторвать ладони от пола, выпрямить ладони и одновременно поставить их на пол. Упражнение выполняется со словами: «Две зеленые

лягушки, две веселые подружки, дружно прыгают квакушки». Впоследствии это упражнение преобразуется в направлении развития рециприкности: кулак и ладонь лежат на полу, оторвать руки от пола, одновременно разжать кулак одной руки, а ладонь другой сжать в кулак и одновременно положить обе руки на пол (одна рука — в кулачке, другая — в ладошке). Повторить несколько раз (рис. 2.8).



Рис. 2.8. Дети 4 лет выполняют упражнение на рециприкность

- *«Ворона и червячки»*. Правая рука сжата в кулак, большой палец отставлен в сторону и вращается (червячок), левая рука изображает ворону, которая хочет съесть червячка: четыре пальца ладони сжаты вместе, а большой палец отставлен вниз — открытый клюв, четыре пальца касаются большого — закрытый клюв. Одновременно изображать крутящегося червячка и ворону, которая открывает и закрывает клюв.

- *Рисование двумя руками.* Чрезвычайно важно, чтобы двигались обе руки — в одну сторону, в противоположные, навстречу друг другу и т. д. Сначала ребенок рисует прямые линии — вертикальные, горизонтальные, наклонные; затем разнообразные круги, овалы, восьмерки и орнаменты в разных положениях; одинаковые и разные фигуры на левой и правой половинах листа (вначале — ближе к центру, затем — ближе к краям листа); одно симметрично расположенное изображение; законченный сюжетный рисунок.

Второй функциональный блок

Для стимуляции структур второго блока используются упражнения, направленные на развитие соматогнозиса, тактильных и кинестетических процессов; упражнения, включающие необходимость ориентации в пространстве, рисование и конструирование; упражнения на разные виды восприятия и запоминания. Кроме того, такие программные элементы, как разучивание стихов и песенок, сопровождающих различные упражнения, отгадывание загадок, выполнение простых классификаций, настольные игры по типу «Парные картинки» или «Мемо», «Доббль», «Барамелька» и другие, также непосредственно влияют на развитие, включенных в систему этого блока навыков.

Упражнения, направленные на развитие соматогностических, тактильных и кинестетических процессов

- *«Повтори позу».* Дети повторяют за психологом или одним из детей позу (затем несколько поз), в создании которой участвует все тело. Обычно это упражнение включено в ритуальное приветствие, когда каждый участник здоровается и показывает свое настроение мимикой и положением тела, задача остальных — поздороваться в ответ и повторить его позу.

- *«Рисунки на спине и ладонях».* Ведущий рисует на спине ребенка одну из знакомых ему фигур (треугольник, круг, квадрат и т. д.) и просит его угадать, какая фигура нарисована. Если ребенок затрудняется, то можно вместо фигуры нарисовать прямую линию (горизонтальную, вертикальную, наклонную) и попросить его изобразить

эту линию на листе бумаги. То же можно проделать сначала на его правой, а потом на левой руке, рисуя на обеих сторонах кисти.

Примечание. Прежде чем выполнять это упражнение, важно убедиться, что ребенок знаком с основными геометрическими фигурами.

• *«Волшебный мешочек».* В непрозрачный мешочек при ребенке кладут различные небольшие предметы, называя их, например: «ключ», «кольцо», «монета», «мячик», «колокольчик»... После ритуальной фразы «Волшебный мешочек, пожалуйста,пусти» ведущий чуть-чуть приоткрывает мешочек, чтобы ребенок смог запустить туда руку (или обе руки). Ребенок должен на ощупь угадать, какие предметы лежат в мешочке.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т. В мешочек кладутся объемные или вырезанные из наждачной или бархатной бумаги фигуры различной формы (звездочка, кружок, треугольник, квадрат и т.д.) и величины (большие и маленькие). Такие же фигуры нарисованы на листе бумаги. Ребенок должен:

1) на ощупь опознать фигуру и, не глядя, найти такую же среди других фигурок этой же, затем другой рукой;

2) с закрытыми глазами ощупать фигуру, а затем, открыв глаза, указать на нее в ряду нарисованных;

3) одной рукой ощупать фигурку, а затем нарисовать на листе бумаги сначала той же, а затем другой рукой.

Упражнения на развитие пространственных представлений

Формирование пространственных представлений связано с использованием разных систем ориентации в пространстве. Базовой и онтогенетически более ранней системой ориентации является схема тела [Семенович, 2007, 216]. Поэтому один из первых шагов в программе — это маркировка правой руки ребенка с помощью цветной резинки. В оригинале предлагается маркировка левой руки с помощью цветной тряпочки, резинки или значка. Такие маркеры должны присутствовать постоянно. Следующим этапом формирования пространственных представлений является определение направлений в пространстве относительно своего тела. После

выработки навыка ориентации в пространстве относительно себя можно переходить к ориентации других объектов относительно друг друга и себя относительно других объектов.

Варианты упражнений на освоение телесного пространства

- *«Пчелка»*. Пчелка прилетела и села на щеку (ухо, ногу, нос или другую часть тела), ребенок должен показать то место, куда села пчелка.

Усложнение 1. Называется не просто часть тела, но и сторона (правая нога, левый глаз и т. д.).

Усложнение 2. Определяется не только часть тела, но и какой рукой ее нужно найти, например, поймай пчелку правой рукой на правом плече, левой рукой на правом колене и т. д.

При выполнении растяжки «Звездочка» вытягиваем только руки, только ноги, левые части тела, правые и т. д.

Варианты упражнений на освоение внешнего пространства

- *«Зарядка»*. Выполняем движения по команде с обязательным проговором: «Руки вверх — в стороны, вперед — назад, тянемся вверх, опускаемся вниз, прыгаем вправо — влево, вперед — назад, поднимаем правую руку, левую, правую ногу, левую».

- *«Пчелка»*. Пчелку нужно найти на правом верхнем углу коврика, на левом плече соседа справа и т. п.

- *«Робот»*. Ребенок изображает робота, точно и правильно выполняющего команды человека: «Один шаг вперед, два шага направо, прыжок вверх, три шага налево, вниз (присесть)» и т. д. Более сложный вариант для старших детей — «Непослушный робот». Выполняет все команды наоборот: идет не вперед, а назад, вместо того чтобы подпрыгнуть вверх — приседает, поворачивает не направо, а налево.

- *«Клад»*. Ведущие заранее прячут в кабинете конфеты или маленькие игрушки. Затем, следуя командам взрослого, ребенок выполняет определенные действия (например, три шага вперед, поворот направо и т. д.) и находит клад.

Усложненный вариант 1. Один из детей выходит, а остальные прячут клад. Ребенок возвращается, и дети дают ему

инструкции, куда идти и какие действия совершать, чтобы клад был найден (например, два шага прямо, повернуть налево, поднять руку и т. д.).

Усложненный вариант 2. Ведущие прячут клад и делают несколько записок, где изображены условные места на схеме комнаты, каждая записка показывает, где можно найти следующую и в итоге достичь клада.

Освоение пространства на уровне копирования

Рисование по образцу. Ведущий при ребенке выполняет фломастерами или кисточкой простой рисунок, представляющий собой комбинацию основных геометрических фигур (круг, квадрат, треугольник + линии), например, рисует в середине листа круг и от круга в стороны — прямые линии (солнышко). Листок кладется в центре стола, дети копируют (рис. 2.9).



Рис. 2.9. Дети 3 лет срисовывают елочку

Усложненный вариант 1. Включает больше элементов и правильное соотношение их в пространстве (например, вверху солнышко, справа внизу мяч, слева внизу цветок).

Усложненный вариант 2. Ведущий рисует образец и убирает, элементы в правильном соотношении нужно воспроизвести по памяти.

Усложненный вариант 3. Рисунок-образец ориентируется вверх ногами.

Усложненный вариант 4. Дается словесная инструкция, например, в виде стихотворения: «Сидит кошка на окошке, справа лапы, слева хвост, а над ней летает галка, хочет клонуть кошку в нос».

• *Конструирование.* Выполняется с помощью специальных материалов (кубики и квадраты Никитина, разрезные картинки, палочки...). Образец выкладывается ведущим или дается на карточке, ребенку нужно повторить.

Усложненный вариант. Ведущий выкладывает образец, сидя напротив ребенка.

Примечание. И рисование, и конструирование всегда начинаются с наиболее простых элементов, которые с каждым разом все усложняются и дополняются.

Упражнения на развитие зрительного гнозиса

• Настольные игры по типу «Доббль» или «Окавока», условием которых является опознание предметов различных форм, цветов и размеров и нахождение их на эталонной картинке.

- Складывание разрезных картинок с опорой на образец.
- Дорисовывание деталей предметов, заштриховывание заданной фигуры среди наложенных и т. п. в блоке рисования.

Упражнения на развитие слухового гнозиса

• «Танец ручками». И. п. — сидя на полу, руки перед собой. Во время игры «Обезьянки идут в гости» руками дети изображают шаги обезьянок и по команде ведущего идут в быстром темпе, потом в медленном, а потом танцуют — повторяют заданный ведущим простой ритм.

• *Узнай звук.* Детям показывают и демонстрируют звучание 2–4 музыкальных инструментов (например, колокольчик, бубен, деревянные ложки и металлофон), затем за ширмой играют на одном из них и предлагают угадать.

• *Фонематическое внимание.* Ведущий задает какой-то звук (например, «р») и предлагает детям каждый раз, когда они его услышат, хлопать в ладоши. Далее ведущий называет отдельные слова, и дети следуют инструкции. Совершившие ошибку выходят из игры, в конце остается самый внимательный.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т. Ведущий рассказывает короткую сказку или рассказ, дети продолжают выполнение инструкции, а в конце должны передать смысл рассказа.

Упражнения на развитие разных видов памяти

- *Настольная игра «Парные картинки» или «Мемо».*
- *Разучивание стихов и песенок, сопровождающих упражнения.*
- *Запоминание серии из 2–3 движений.* Например, во время игры «Зарядка» в начале занятия дети заучивают последовательность: хлопок ладошками, поочередное топанье правой и левой ногой, а в конце занятия их просят повторить.

Третий функциональный блок

- Упражнения на формирование двигательного автоматизма.
- Функциональные упражнения.
- Коммуникативные упражнения.
- Релаксационные упражнения.

Упражнения на формирование двигательного автоматизма

«Хлоп-шлеп». И. п. — сидя на полу или за столом. Ребенок кладет руки на ровную поверхность. По команде «Хлоп!» ребенок хлопает в ладоши, по команде «Шлеп!» одновременно шлепает ладонями о поверхность.

У с л о ж н е н н ы й в а р и а н т 1. После хлопка ребенок показывает большие пальцы, затем шлепает по поверхности, снова показывает большие пальцы и т. д.

Усложненный вариант 2. После хлопка выкидываются одни пальцы (например, большие), после шлепка — другие (например, указательные).

Усложненный вариант 3. Хлоп — большой (палец), шлеп — указательный, шлеп-шлеп — мизинец. Сопровождается проговором действий.

Усложненный вариант 4. Каждое движение сопровождается порядковым счетом.

Усложненный вариант 5. Молча.

Функциональные упражнения

Упражнения направлены на развитие произвольности и самоконтроля, а также на развитие способности к длительной концентрации внимания. Это упражнения, которые осуществляются по словесной инструкции и требуют соблюдения ребенком ряда правил. Функциональные упражнения в основе своей имеют следующий принцип: задаются условный сигнал и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее реагировать на определенный сигнал необходимой реакцией. Как правило, в этих играх поддерживается определенный эмоциональный настрой, создаются условия соревнования.

Варианты функциональных игр:

- *«Светофор»*. Детям показывают карточки трех цветов и называют их: красный, желтый, зеленый. Когда называют и показывают красный цвет, нужно стоять, желтый цвет — прыгать на месте, зеленый — бегать.

- *«Бабочки»*. Когда ведущий хлопает один раз, дети бегают, размахивая руками, изображая летающих бабочек; когда ведущий хлопает два раза, бабочки должны остановиться, «сесть на цветочек» и замереть.

- *«Черепаха»*. Дети встают на колени и вместе ползут в сторону ведущего («идут в гости к черепахе»). Если черепаха обернулась, нужно замереть. В периоды, когда черепаха не смотрит, задача детей продолжать двигаться в ее направлении, но как можно медленнее и при этом не останавливаться.

- *«Пугалки»*. Дети становятся в круг. По команде ведущего начинают двигаться вправо: три приставных шага с тремя хлопками. Ведущий считает вслух: «раз, два, три». Затем то же самое в другую сторону. После этого два приставных шага с двумя хлопками вправо («раз, два»), то же самое влево. Затем один приставной шаг с хлопком вправо («раз»), один шаг с хлопком влево, после этого резко выбросить руки перед собой с криком «у-у-у-у!» («напугать друг друга»).

- *«Сова»*. Дети изображают разных зверей — белочек, мышек, зайчиков... (по выбору). По команде «День!», сопровождающейся хлопком или звоном колокольчика, бегают, прыгают, играют. По команде «Ночь!», сопровождающейся двумя хлопками или двумя звонками колокольчика, дети прячутся — садятся на корточки и замирают. В это время ведущий изображает сову, которая летает и ищет зверей, если кто-то пошевелился, забирает его и «уносит в гнездо». Далее опять следует команда «День!» до тех пор, пока не останется один игрок — победитель.

Примечание. Игру «Сова» в младшем дошкольном возрасте следует применять с осторожностью. Несмотря на то что для большинства детей она является одной из самых интересных и привлекательных, некоторые дети могут испугаться или рассердиться, например, убежать или вступить в бой с совой, так как символическая функция игры пока находится в стадии формирования.

Коммуникативные упражнения

Групповая форма организации занятий сама по себе способствует взаимодействию детей друг с другом. В ходе этого взаимодействия возникают различные ситуации, требующие разрешения, и появляется возможность найти вместе с детьми адекватные способы решения коммуникативных трудностей, выработать эффективные модели общения. Тем не менее включение в занятия коммуникативных упражнений представляется, на наш взгляд, необходимым. Первым и обязательным коммуникативным упражнением, которое повторяется на каждом занятии, является ритуальное приветствие: каждый участник группы в начале занятия приветствует всех остальных

участников словами «Здравствуйте, ребята», называет свое имя и невербальным способом показывает свое настроение (с помощью тех или иных жестов, поз, движений). Остальные участники хором здороваются в ответ и повторяют изображение настроения. В ходе занятий проводятся и другие коммуникативные упражнения, как правило, дополнительно нейропсихологически нагруженные.

- «*Сороконожка*». Дети выстраиваются в колонну, держатся друг за друга и должны все вместе одновременно шагать сначала правой ногой, потом левой и т. д., при этом задача — не расцепиться и сохранить «сороконожку».

- «*Пирожок*». Один из участников ложится на живот в центр круга, он «тесто». Остальные участники садятся вокруг, они «повара». Тесто нужно замесить и наполнить начинкой: вся группа разными способами делает массаж ребенку. Потом пирожок сворачивают: кладут ребенка на бок в позу эмбриона, «салят в печку» — накрывают сверху ковриком и пекут. Все участники, используя технику диафрагмального дыхания, дуют на «пирожок». Затем «пирожок вынимают из печки» — убирают коврик, украшают, и он, по желанию, может угостить всех участников.

- «*Золотая рыбка*». Дети встают в круг и берутся за руки (это рыболовная сеть). Один ребенок встает в центр круга (золотая рыбка) и пытается выбраться за его пределы. Дети, которые изображают сеть, поднимают или опускают руки, чтобы помешать рыбке убежать.

Релаксационные упражнения

Релаксационные упражнения позволяют ребенку, с одной стороны, почувствовать его собственный тонус, с другой — влияют на развитие навыков саморегуляции. Релаксация используется обычно в конце занятия с целью интеграции полученного опыта. Рекомендуется приглушить свет, включить успокаивающую музыку.

В работах А. В. Семенович блок релаксации по праву отнесен к коррекции первого функционального блока, однако, на наш взгляд, для младших дошкольников и для многих детей с ОВЗ необходимость длительно удерживать позу, лежа на ковриках с закрытыми глазами, в большей степени нагружает регуляционную

составляющую, а возможность мышечного расслабления появляется уже после усвоения правил выполнения упражнения.

• *«Ковер-самолет»*. Дети ложатся на коврики, и ведущий предлагает обычные коврики превратить в ковры-самолеты. Для этого, говорит он, «нужно подуть волшебным воздухом. Закрываем глаза и представляем, что вдыхаем обычный прозрачный прохладный воздух (ведущий сам делает шумный вдох), а дуем волшебным (ведущий с шумом дует). Волшебный воздух теплый, разноцветный, переливается всеми цветами радуги. Теперь дышим как обычно, а коврики превращаются в летающие, поднимаются тихонечко над полом, вылетают в открытое окошко, а потом поднимаются над городом. Ветерок нежно обдувает наши тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижаться и приземляется на волшебной полянке (у моря, в Диснейленде...)). В этот момент можно обратиться к предыдущим упражнениям, например, к рисованию: «Помните, мы сегодня рисовали домики, эти домики ждут нас в этом волшебном месте, у них появились хозяева. К Мише (Саше, Оле...) подошла маленькая белочка, села к нему на правую ручку, погладила ее (ведущий гладит правую руку ребенка) и говорит: “Спасибо большое, Мишенька, ты нарисовала для меня чудесный домик, в нем очень тепло и хорошо”». Следующий зверек идет к следующему ребенку. После того как все дети «встретились со зверятами», коврикам пора возвращаться. Нужно помахать волшебному месту и его обитателям правой рукой, и лежать тихонечко, пока коврики летят над горами, лесами и озерами обратно в город, опускаются на пол и снова становятся не волшебными, а обыкновенными. Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно садимся и аккуратно встаем».

Примечание. Маленькие дети и дети с отставанием в развитии редко могут лежать на ковриках с закрытыми глазами и не шевелиться, часто они вертятся, задирают ноги, комментируют слова ведущего, и это совершенно естественно. Стимулировать их к тому, чтобы они лежали тихо, можно постепенно. На первом этапе задача одна — оставаться на коврике. Во время релаксации ведущий сообщает, что если ребенок лежит тихо, то его коврик движется очень быстро, а у тех, кто вертится

и разговаривает, коврики отстают, потому что им трудно сохранять волшебство. Звери также в первую очередь подходят к тихо лежащим детям, так как «даже волшебные звери очень пугливы и боятся тех, кто машет ручками или ножками».

Усложненный вариант 1. Коврики отправляются по просьбе детей в какое-то определенное место, например в Диснейленд, но предварительно тот, кто попросил об этом месте, должен его описать: где находится, в каком направлении лететь, что там есть... Так мы расширяем кругозор детей.

Усложненный вариант 2. Коврики могут полететь в страну чувств, чтобы побывать там, где все жители обижены, или разозлены, или грустят... Обычно такие путешествия стоит проводить, если в группе возникла конфликтная ситуация или кто-то из детей продемонстрировал свои эмоциональные трудности. В этом путешествии важно показать ребенку, что его чувства нормальны, и показать способы их преобразования в более комфортные состояния.

2.2. Требования к программе нейропсихологического сопровождения развития

1. Занятия должны иметь строго определенную, повторяющуюся из раза в раз структуру. Содержание задания должно воспроизводиться на каждом занятии до тех пор, пока необходимый навык не будет автоматизирован.

2. Каждое занятие должно включать упражнения, направленные на стимуляцию всех трех блоков.

3. Занятие не должно длиться более 40–45 минут. В связи с этим каждое задание должно быть максимально насыщено нагрузкой на различные факторы (например, выполняя дыхательное упражнение «Шарик», предназначенное преимущественно для стимуляции первого блока, мы одновременно воздействуем на третий функциональный блок, так как организуем процесс дыхания в соответствии с определенными правилами, и на второй блок, так как включаем работу с воображением, образными представлениями).

4. Занятия должны проходить в игровой форме.

5. Во время занятий необходимо постоянное переключение с одного вида деятельности на другой, причем предпочтительнее чередовать спокойные и активные формы деятельности.

6. Во время занятий ведущие должны активно участвовать во всех упражнениях, выступая образцом для подражания.

7. Помимо похвалы на занятиях должны использоваться другие способы подкрепления (в частности, сначала просто за выполнение ряда заданий, а потом за правильное выполнение дети награждаются специальными жетонами — «медалями», сделанными из яркой бумаги, которые наклеиваются на одежду ребенка).

8. В процессе занятий важно сосредоточить усилия не на преодолении одного конкретного дефекта, а на гармонизации личности в целом.

9. В процессе работы важно учитывать личностные и эмоциональные особенности ребенка, его семейную ситуацию

10. Необходима система домашних заданий, которые ежедневно выполняются ребенком совместно с родителями на протяжении всего курса занятий.

2.3. Структура и примерный план нейропсихологического занятия для детей младшего дошкольного возраста

Занятие начинается с ритуального приветствия, когда каждый из детей здоровается, называет имя и позой или движением показывает свое состояние. В ответ остальные дети и ведущие здороваются с ним по имени и повторяют его позу или движение. После этого по команде ведущего дети берут коврики и располагают их в центре зала в виде лучиков. Обычно на первых занятиях это делается с помощью ведущих. Дети ложатся на коврики на спину, ногами в центр. Ведущий просит их поднять правую руку вверх и предлагает резинки разного цвета, дети выбирают, и ведущий помогает надеть их на руку. Лежа на спине, дети, сначала с помощью ведущих, а затем самостоятельно выполняют технику глубокого диафрагмального

дыхания — упражнение «Шарик» (2–3 цикла). Затем все садятся на коврики, и ведущий предлагает поиграть в игру («Травка»): кладет в центр круга карточки с изображениями цветов (ягод, фруктов...), каждый из детей выбирает наиболее понравившуюся картинку, называет ее, и все вместе выполняют упражнение. Потом также можно превратиться в другие группы растений, но не более трех вариантов. Те дети, которые хорошо справились со всеми элементами задачи (правильно назвали растение, вдыхали, тянулись, медленно дули и сохраняли позу), получают награду. Дальше ведущий говорит: «Представим, что тут у нас живут маленькие зверята, их мамы ненадолго ушли по делам и зверята расстроились, мы споем для них колыбельные, чтобы они успокоились и уснули».

Дети выполняют упражнение «Колыбельная для зверят». Далее следуют упражнения для развития мимических мышц, мышц губ и языка, которые проходят в виде игры «Обезьянки». Сначала обезьянки злятся («подрались, обидели друг друга»), удивляются («волшебник на вертолете сбросил им огромную кучу бананов, они никогда столько не видели!»), пугаются, огорчаются, радуются. Дети вместе с ведущим изображают соответствующие выражения лиц и движения, каждая эмоция обязательно комментируется. Потом обезьянки дразнятся — показывают длинный язык, поднимают его вверх и тянут к носу, язычок превращается в «часики», «качельки» и т. д. После этого обезьянки моют голову (самомассаж головы) и идут в гости к слонику, зайцу и чебурашке (самомассаж ушей). Все действия сопровождаются стихами или песенками. Далее следуют пальчиковые упражнения — на первых занятиях наиболее простые (показать большой палец, «понажимать им на кнопку»; показать указательный палец — «пострелять», зацепиться им за указательный палец соседа, сделать цепочку; сжать руки в кулаки, выставив только мизинец, прижать кулаки друг к другу и изобразить корову, «пободаться» пальчиками друг с другом). По мере усвоения простых пальчиковых поз и движений задания усложняются. На этом же этапе выполняются упражнения на динамический праксис — «Хлоп-шлеп» и на реципрокность — «Лягушка». Если есть время, после этого можно выполнить простые задания на конструирование или поиграть в настольную игру («Мемо», «Доббль», «Повтори позу» и т. п.).

Далее дети опять ложатся на коврики и выполняют растяжку «Звездочка». Самая лучшая «звездочка» (ребенок, наиболее правильно выполняющий упражнение) первой превращается в «качельку». После этого коврики убирают. Все дети награждаются «медалями» за первый блок заданий. Далее выполняются упражнения на ползание, за которые дети награждаются отдельно. Следующее задание — рисование (какой-либо из вариантов: двумя руками фломастерами или одной рукой красками, заполнение прописей, дорисовывание деталей...). За рисунки дети также награждаются. После этого выполняется релаксация с визуализацией образов. После релаксации дети встают на коврики и поднимают руки вверх — растяжка «Растишка». Далее следует либо коммуникативная игра, либо игра на саморегуляцию. В конце занятия все дети встают в круг и хором прощаются друг с другом. По мере усвоения детьми программных элементов, закрепления навыков задания все усложняются и расширяются.

Всего программа рассчитана на цикл из 16 занятий. Занятия проходят 2 раза в неделю. После цикла делается перерыв не менее чем на 2 месяца. После перерыва возможно продолжение занятий по усложненной программе либо повторение занятий первой ступени (в зависимости от уровня достижений ребенка). Перерыв необходим для интеграции полученных навыков. Как показал наш опыт, часто видимые достижения, новообразования появляются не сразу во время занятий, а через некоторое время после их окончания. На протяжении всего цикла занятий родителям предлагается выполнять дома вместе с детьми домашние задания. Домашние задания можно заранее оформить в виде рабочей тетради или можно клеить в альбом ребенка после каждого занятия. Помимо этого, если у ребенка во время занятия возникают трудности в том или ином упражнении, после занятия даются индивидуальные рекомендации по отработке «слабого» навыка. В случае занятий с детьми с ОВЗ, у которых наблюдаются признаки дизонтогенеза, лучше делать более длительные циклы — например, 4–6 месяцев по 2–3 занятия в неделю и менее длительные перерывы (от недели до месяца).

Далее в виде таблицы будет представлена примерная наполняемость занятий программными элементами для детей разного возраста.

Комментарии к таблице:

1. В течение одного занятия не обязательно используются все представленные блоки упражнений, особенно это касается первых занятий, когда требуется время на адаптацию, знакомство с программой и групповыми правилами. Обязательными для выполнения на каждом занятии мы считаем дыхательные упражнения, артикуляционную и пальчиковую гимнастику, самомассаж, растяжки, ползание, рисование и релаксацию. Остальные упражнения могут на время исключаться, взаимозаменяться, но не более чем на 1–2 занятия.

2. Предложенное в таблице разделение упражнений по возрастным группам является примерным ориентиром. Если группа демонстрирует высокий уровень достижений, рекомендуется использовать упражнения, описанные для более старшего возраста.

3. Предложенные варианты усложнений по мере прохождения программы в первую очередь зависят от уровня достижений группы. Освоение нового допустимо только после закрепления предыдущих вариантов, даже если это расходится с представленным в таблице материалом.

Таблица 2.1

Программные элементы для детей разного возраста

Блок программы	Возраст, лет		
	3–4	5–6	6–7
Дыхательные упражнения	<p>Два упражнения на первых четырех занятиях, 3–4 на остальных. Время проведения 5–7 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Шарик». 2. «Колыбельная». 3. «Травка». 4. Диафрагмальное дыхание во время выполнения релаксации 	<p>Два — три на первых четырех занятиях, 4–5 на остальных. Время проведения 7–10 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Шарик». 2. «Шарик» (усложненный вариант 1, 2). 3. «Колыбельная». 4. «Травка». 5. «Парус». 6. Диафрагмальное дыхание во время выполнения релаксации 	<p>Три — четыре на первых четырех занятиях, 5–7 на остальных. Время проведения 7–12 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Шарик». 2. «Шарик» (усложненный вариант 2, 3). 3. «Колыбельная». Сопровождается сенсорными упражнениями. 4. «Травка». 5. «Парус». 6. «Дровосек». 7. Диафрагмальное дыхание во время выполнения релаксации
Упражнения для развития мимических мышц, мышц губ и языка.	<p>Восемь — десять упражнений. Время проведения 5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Рожицы». 2. «Язычок вверх, язычок вниз». 3. «Часики». 4. «Качельки». 	<p>Восемь — десять упражнений. Время проведения 5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Рожицы». 2. «Часики» (усложненный вариант). 3. «Качельки» (усложненный вариант). 	<p>Пять — семь упражнений. Время проведения 5 минут. В соединении с другими блоками — самомассажем, сенсорными упражнениями</p>

Блок программы	Возраст, лет	
	3–4	5–6
	<p>5. «Лошадки».</p> <p>6. «Мотоциклы».</p> <p>7. «Белочки».</p> <p>8. «Индючки».</p> <p>9. «Песенка обезьянок».</p> <p>10. «Шлепалки».</p> <p>11. «Зовем пчелку».</p> <p>12. «Тигрята»</p>	<p>4. «Лошадки».</p> <p>5. «Мотоциклы».</p> <p>6. «Белочки».</p> <p>7. «Индючки».</p> <p>8. «Песенка обезьянок».</p> <p>9. «Шлепалки».</p> <p>10. «Зовем пчелку».</p> <p>11. «Тигрята»</p>
Самомассаж	<p>Два — четыре упражнения. Время проведения 5–10 минут.</p> <p>Выполнение упражнений сопровождается детскими стихами и песенками.</p> <p>1. «Обезьянки моют голову».</p> <p>2. «Расчесываемся».</p> <p>3. «Идем в гости к зверятам».</p> <p>4. «Пельмешки».</p> <p>5. Игра с «ежиками».</p> <p>6. «Две сороконожки»</p>	<p>Два — пять упражнений. Время проведения 5–10 минут.</p> <p>1. «Обезьянки моют голову».</p> <p>2. «Расчесываемся».</p> <p>3. «Идем в гости к зверятам».</p> <p>4. «Пельмешки».</p> <p>5. «Пирожки».</p> <p>Выполнение упражнений 4 и 5 сопровождается счетом.</p> <p>6. Игра с «ежиками»</p>
		<p>6–7</p>
		<p>Два — восемь упражнений.</p> <p>Время проведения около 5 минут.</p> <p>1. «Будим голову» — массаж «волшебных точек» под счет.</p> <p>2. «Ушки».</p> <p>3. Сопровождается артикуляционными упражнениями.</p> <p>4. Игра с «ежиками».</p> <p>Выполнение упражнения «Волшебные точки» сопровождается прямыми и обратным счетом, перечислением времен года, дней недели</p>

Блок программы	Возраст, лет		
	3–4	5–6	
Упражнения на развитие и укрепление мышц кисти	<p>Не менее пяти упражнений. Время проведения 5–8 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Червячки». 2. «Бибикалки». 3. «Стрелялки». 4. «Зайчик». 5. «Ножницы». 6. «Коровка». 7. Игра «Цветок» 	<p>Не менее пяти упражнений. Время проведения 5–8 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Пальники здороваются» или «Сушки». 2. «Червячки». 3. Игра «Море». 4. Игра «Цветок». 5. «Топ-топ ножкой». 6. «Слоник». 7. «Гусеницы». 8. Игра «Палочки». 9. Игра «Море» 	<p>6–7</p> <p>Не менее трех упражнений. Время проведения 3–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Червячки». 2. «Слоник». 3. «Червячки пошли гулять». 4. «Палочки». 5. Игра «Море». 6. «Бибикалки» + «Зайчик» + «Стрелялки» с переключением с движения на движение и выключением разнонаправленных движений правой и левой рукой
Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия	<p>Одно — три упражнения. Время проведения 3–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Лягушка» (наиболее простой вариант). 2. «Велосипед» (простой вариант). 3. «Ладушки» (простой вариант). 4. Рисование двумя руками 5–7 минут. 	<p>Два — четыре упражнения. Время проведения 3–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Лягушка» (простой или классический вариант в зависимости от уровня достижений группы). 2. «Велосипед». 3. «Перекрестные и односторонние движения» (простой вариант). 4. «Прыжки на месте». 	<p>Два — пять упражнений. Время проведения 5–10 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Лягушка» (классический вариант). 2. «Ухо — нос». 3. «Ворона и червячки». 4. «Велосипед». 5. «Ладушки» (усложненный вариант 2). 6. «Перекрестные и односторонние движения».

Блок программы	Возраст, лет		
	3–4	5–6	
	Варианты рисунков представлены в приложении 1).	5. «Ладушки» (усложненный вариант 1). 6. Рисование двумя руками 5–7 минут	7. «Прыжки с продвижением». 8. Рисование двумя руками 7–10 минут
Упражнения на переклочение	«Хлоп-шлеп», с 8-го занятия. «Хлоп большой — шлеп большой»	«Хлоп большой — шлеп указательный»	1. «Хлоп большой — шлеп указательный, шлеп-шлеп — мизинец». 2. «Колпак», выполняется группой
Упражнения на оптимизацию общего тонуса тела	Одно — два упражнения. Время проведения 2–3 минуты. 1. «Двигаемся по-разному». 2. «Росток»	Одно — два упражнения. Время проведения 2–3 минуты. 1. «Двигаемся по-разному». 2. «Дракон». 3. «Потянулись — сломались»	Одно — два упражнения. Время проведения 2–3 минуты 1. «Двигаемся по-разному». 2. «Дракон». 3. «Надувная кукла». 4. «Потянулись — сломались». 5. «Силачи»
Растяжки	Два — три упражнения. Время выполнения 5–7 минут. 1. «Звездочка». 2. «Качелька». 3. «Растишка»	Три — пять упражнений. Время выполнения 7–10 минут. 1. «Звездочка». 2. «Лодочка». 3. «Корзинка».	Четыре — шесть упражнений. Время выполнения 7–10 минут. 1. «Звездочка». 2. «Лодочка». 3. «Корзинка». 4. «Качелька-качалка».

Продолжение табл. 2.1

Блок программы	Возраст, лет	
	3–4	5–6
		6–7
	4. «Качелька-качалка». 5. «Бревнышко». 6. «Качелька»	5. «Бревнышко». 6. «Качелька». 7. «Лев». 8. «Кобра». 9. «Кошка»
Упражнения на развитие слухового гнозиса	Одно — два упражнения. Время проведения 2–3 минуты. 1. «Угадай песенку». 2. «Угадай звук»	Одно — два упражнения. Время проведения 3–5 минут. 1. «Угадай песенку». 2. «Угадай звук». 3. «Панец ручками» (сложный ритм)
Упражнения на развитие зрительного гнозиса	Одно упражнение. Время проведения 2–3 минуты. Разрезные картинки из 2 частей	Одно — два упражнения. Время проведения 2–10 минут. 1. Разрезные картинки из 3–5 частей. 2. Игра «Доббль». 3. Дорисовывание деталей в качестве д. з.

Блок программы	Возраст, лет		
	3–4	5–6	6–7
Упражнения на развитие памяти	<p>Одно упражнение. Время проведения 5–7 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Запоминание серии движений. 2. Парные картинки / Мемо в пределах 6–8 пар 	<p>Одно упражнение. Время проведения 5–7 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Запоминание серии движений. 2. Парные картинки / Мемо. 3. Рисование по словесной инструкции на память 	<p>Одно упражнение. Время проведения 5–7 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Запоминание серии движений. 2. Парные картинки / Мемо. 3. Рисование по сложной словесной инструкции на память
Упражнения на развитие соматогностических, тактильных и кинестетических процессов	<p>Одно — два упражнения. Время проведения 5–7 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Повтори позу» (во время приветствия). 2. «Волшебный мешочек» (простой вариант) 	<p>Одно — два упражнения. Время проведения 2–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Повтори позу» (во время приветствия). 2. «Волшебный мешочек» (усложненный вариант). 3. Рисунки на спине, ладонях (фигуры, цифры, буквы с переносом на лист) 	<p>Одно — два упражнения. Время проведения 2–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Повтори позу» (во время приветствия). 2. «Волшебный мешочек» (усложненный вариант). 3. Рисунки на спине, ладонях (фигуры, цифры, буквы с переносом на лист)

Блок программы	Возраст, лет		
	3–4	5–6	6–7
Ползание	<p>Один — два варианта. Время проведения 5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> «Ляльки». «Раненый боец» 	<p>Два — три варианта. Время проведения 5–7 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> «Ляльки». «Раненый боец». «Медуза» (с 8-го занятия). «Червячок» (с 12-го занятия). «Ручки-ножки» 	<p>Один — три варианта. Время проведения 5–7 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> «Ляльки». «Раненый боец». «Медуза» (с 4-го занятия). «Червячок» «Ручки-ножки» (с 8-го занятия). «Правая — левая...» (с 12-го занятия). «Правая рука + левая нога»
Упражнения на развитие пространственных представлений. Освоение телесного пространства	<p>Одно — два упражнения. Время проведения 2–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> «Пчелка». Во время проведения растяжки «Звездочка» «загораются» (напрягаются) по очереди ручки, ножки 	<p>Одно — два упражнения. Время проведения 2–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> «Пчелка» (усложненный вариант). Во время проведения растяжки «Звездочка» «загораются» (напрягаются) по очереди ручки, ножки (усложненный вариант). «Право — лево» 	<p>Два — четыре упражнения. Время проведения 2–5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> «Пчелка» (усложненный вариант). Во время проведения растяжки «Звездочка» «загораются» (напрягаются) по очереди ручки, ножки (усложненный вариант). «Спортсмены». «Право — лево»

Блок программы	Возраст, лет		
	3–4	5–6	
Упражнения на развитие пространственных представлений. Освоение внешнего пространства	Одно упражнение. Время проведения 2–3 минуты. 1. «Зарядка». 2. «Робот» (наиболее простые инструкции)	Одно — два упражнения. Время проведения 3–7 минут. 1. «Робот» (более сложные инструкции). 2. «Передай мяч назад». 3. «Клад»	Одно — два упражнения. Время проведения 3–7 минут. 1. «Робот» (более сложные инструкции). 2. «Передай мяч назад». 3. «Клад» (усложненные варианты)
Упражнения на развитие пространственных представлений посредством копирования	1. Рисование фломастерами или красками 8–10 минут. Варианты рисунков представлены в приложении. 2. Конструирование по образцу 3–5 минут	1. Рисование фломастерами или красками 8–10 минут (усложнение 1–2). Варианты рисунков представлены в приложении. 2. Конструирование по образцу 5–10 минут	1. Рисование фломастерами или красками 8–10 минут (усложнение 2–4). Варианты рисунков представлены в приложении. 2. Конструирование по образцу 5–10 минут
Релаксация	Одно упражнение. Время проведения 3–5 минут. «Ковер-самолет»	Одно упражнение. Время проведения 5–7 минут. «Ковер-самолет»	Одно упражнение. Время проведения 5–10 минут. «Ковер-самолет» (усложненные варианты)

Блок программы	Возраст, лет		
	3–4	5–6	6–7
Игры	<p>Одна игра, коммуникативная или функциональная. Время проведения — около 5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Золотая рыбка». 2. «Сороконожка». 3. «Пирожок». 4. «Бабочки» 	<p>Одна игра, коммуникативная или функциональная. Время проведения — около 5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Золотая рыбка». 2. «Сороконожка». 3. «Пирожок». 4. «Светофор». 5. «Сова». 6. «Черепашка» 	<p>Одна игра, коммуникативная или функциональная. Время проведения — около 5 минут.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Золотая рыбка». 2. «Сороконожка». 3. «Пирожок». 4. «Светофор». 5. «Черепашка». 6. «Пугалки». 7. «Сова»

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Достоверно ли утверждение, что существуют упражнения, предназначенные исключительно для стимуляции конкретного ФБМ?

2. Перечислите наиболее полимодальные упражнения.

3. Объясните, для чего используются дыхательные упражнения.

4. Определите суть и назначение функциональных упражнений.

5. Перечислите группы упражнений, стимулирующих развитие структур второго ФБМ.

6. Составьте подробный план 40-минутного занятия для нейротипично развивающихся детей в возрасте 3–3,5 года.

7. Назовите традиционные детские игры, которые могут быть использованы в качестве нейропсихологических упражнений.

ГЛАВА 3. МОТИВАЦИЯ

Чем младше ребенок, тем большее значение имеют различные способы его мотивации на выполнение нейропсихологических упражнений. У ребенка дошкольного возраста еще нет возможности критично оценивать свои действия, ставить отсроченные цели и систематично прилагать усилия для их достижения. Произвольность — способность делать не то, что хочется, а то, что надо (причем чаще всего не самому ребенку, а его родителям, воспитателям), — в возрасте 3 лет еще только начинает формироваться. Поэтому любая адаптация нейропсихологических программ для младших дошкольников и для детей с ОВЗ заключается прежде всего в том, чтобы сделать выполнение упражнений увлекательным, интересным процессом. Важно помнить, что в основе нейрогенеза лежит регулярное многократное повторение соответствующих видов деятельности самим ребенком. Выполнения упражнений только на нейропсихологических занятиях 2–3 раза в неделю недостаточно для полноценного освоения и автоматизации новых навыков, выстраивания новых нейронных связей. Выполнение упражнений с постоянной помощью взрослых также не дает нужного эффекта, ребенок сам должен выступать субъектом деятельности. Поэтому так важно, чтобы ребенку нравилось заниматься.

Показателем того, что ребенок действительно замотивирован, становится то, что он начинает выполнять упражнения (с его точки зрения, играть, как на занятиях) в любую свободную минутку. Из рассказов родителей: например, ребенок, засыпая, кладет руки на живот и, приговаривая «кулачки-ладошки», выполняет «Лягушку»; или приходит в садик и учит своих одноклассников играть в «Хлоп-шлеп», а потом увлекательно ползает разными способами, так что все дети следуют за ним. В некоторых семьях функциональные игры с занятий становятся любимым общим ежевечерним занятием, а засыпать ребенок просит под сказку «Ковер-самолет» и т. д.

Какие же факторы имеют значение для мотивации детей? Отметим основные из них:

1. Регулярное подкрепление желаемых форм поведения.
2. Адекватный возрасту и индивидуальным особенностям уровень сложности.
3. Соответствие форм работы ведущим потребностям в каждом конкретном возрасте.
4. Комфортные условия.

3.1. Использование подкрепления

В качестве поощрения при работе с детьми всех возрастных групп в программе используется так называемая «жетонная» система, как вариант символического позитивного подкрепления, подробно рассматриваемого в рамках поведенческой психотерапии.

Доступно и подробно основные теоретические моменты и закономерности в плане использования подкреплений представлены в работе Карен Прайор «Не рычите на собаку». Напомним основные из них.

«Подкрепление — это нечто такое, что, происходя одновременно с поступком, ведет к повышению вероятности повторения этого поступка в будущем» [Прайор, 14].

Положительное подкрепление — это нечто желанное для субъекта (пища, ласка, похвала).

Отрицательное подкрепление — это то, чего субъект хочет избежать (удар, хмурое выражение лица, неприятный звук), это стимулы, которых можно избежать путем изменения поведения.

Условное подкрепление — это первоначально бессмысленный сигнал, который подается перед или во время подкрепления (медалька, определенная фраза) [Там же, 25–33].

Правила использования подкрепления для формирования желаемого поведения

1. Подкрепление должно происходить одновременно с поступком, так как время осуществления подкрепления — это информация ученику о том, что именно вам нравится.

2. Подкрепление должно быть небольшим, но достаточным, чтобы заинтересовать ученика.

3. Для стимулирования неожиданного прорыва можно использовать «джекпот» (неожиданное значительное подкрепление не за что).

4. Условное подкрепление нельзя использовать всеу, чтобы не рассеивать его силу.

5. Чтобы заученное поведение надежно закрепилось, его не нужно подкреплять каждый раз, стоит делать это от случая к случаю, непредсказуемо.

6. В некоторых случаях подходит фиксированный режим подкрепления, когда награждается конкретное количество демонстраций желаемого поведения.

7. Важно, чтобы у ученика всегда были реальные шансы получить подкрепление, поэтому критерии стоит повышать малыми шагами.

8. Каждое занятие по возможности стоит заканчивать на высокой ноте (у ученика — ощущение успеха) [Прайор, 34–63].

В качестве жетонов удобными оказались вырезанные из яркой самоклеящейся бумаги «медальки», которые наклеиваются ребенку на одежду. Данный вид подкрепления отвечает основным задачам:

- наглядность успешности (как для самого ребенка, так и для родителей, которые не присутствуют на занятии);
- возможность непосредственного подкрепления любых усилий, направленных на формирование желаемого навыка;
- осуществление индивидуального подхода к успехам каждого ребенка, исходя из исходного уровня навыков;
- внесение элемента соревновательности.

На первоначальных этапах при работе с младшим дошкольным возрастом ребенок может быть награжден не только за старательное выполнение упражнений, но и за то, что в течение занятия не три, а только два раза вышел в коридор к маме. При этом на первом собрании с родителями проводится беседа, где объясняется, что основным положительным стимулом для любого ребенка служат похвала, гордость и восторг со стороны близких ему людей. Родственникам предлагается каждый раз отмечать успехи ребенка,

радоваться за него, а если результат несколько хуже ожидаемого, выражать надежду, что на следующем занятии у него все получится лучше. Также можно договориться с родителями, что при получении определенного количества медалей (например, 30) они могут быть обменены на какой-либо радостный для ребенка, желательно нематериальный, приз, например, совместный поход в зоопарк, цирк, поездка за город и т. д. Следует отметить, что такой, накопительный, вариант обычно работает с детьми от 5 лет.

В идеале результатом использования жетонной системы должно стать «безжетонное» выполнение, когда удовольствие приносит сама деятельность, а не награда за нее. Обычно после половины занятий расход медалей значительно уменьшается, так как дети о них забывают.

В качестве наказания используется способ лишения подкреплений. За целенаправленное нарушение одного из установленных правил (которые будут описаны далее) ребенок получает замечание. Наличие трех замечаний в течение одного занятия приводит к наказанию в виде лишения, например, участия в общей игре или прыжков на большом мяче. В конце занятия ведущие обязательно выражают сожаление по этому поводу и надежду, что на следующем занятии ребенку удастся лучше контролировать свое поведение и он сможет поиграть вместе со всеми.

3.2. Выбор адекватного уровня сложности

Основной ориентир в отношении этого параметра — доступность выполнения упражнения при приложении достаточных, но не чрезмерных усилий. Когда ведущий демонстрирует упражнение, важно, чтобы ребенок воспринимал его как легкое, но, начав выполнять самостоятельно, мог справиться с ним только при хорошем сосредоточении или после тренировки. В этом случае упражнение воспринимается как вызов — ощущение, что цель близка, надо только чуть-чуть постараться. Как уже упоминалось ранее, если задание слишком легкое, интерес к нему быстро пропадает, а награда за его выполнение обесценивается. Если упражнение слишком сложное,

ребенок сталкивается с ощущением собственной несостоятельности, что в младшем возрасте в большинстве случаев приводит к избеганию такой неприятной деятельности. Большинство вышеописанных нейропсихологических упражнений представлено с разными вариантами усложнения, что позволяет постоянно поддерживать уровень мотивации: как только выполнение упражнения становится слишком легким, необходимо его усложнение на одну-две градации.

3.3. Соответствие форм работы ведущим потребностям в каждом конкретном возрасте

Ведущая потребность дошкольников — игра. Причем предпочтение большинство детей отдает играм активным, совместным, сюжетно-ролевым. Чем младше ребенок, тем игра должна быть короче и включать меньше правил. Сказочный сюжет, перевоплощения приносят еще больший элемент увлекательности. В идеале для дошкольников нейропсихологическое занятие — это интерактивное сказочное действие со своей завязкой, развитием сюжета и логичным завершением, в процессе которого они сами выступают как сказочные герои или помогают другим участникам событий. По мере развития сюжета выполняются различные нейропсихологические упражнения — игры, каждая из которых наполнена сказочным смыслом. Важно, чтобы упражнения были короткими и происходило постоянное переключение со спокойных видов деятельности на более активные и наоборот. Важно также, чтобы по возможности в выполнение упражнений были вовлечены все части тела. Когда трехлетний ребенок выполняет упражнения руками, хорошо подключить и корпус, и голос, а когда вокализует движения конечностями, это помогает сосредоточению.

3.4. Комфортные психологические условия

Для большинства людей психологический комфорт обуславливается ощущениями доверия и безопасности. Основную роль здесь

играют правильно выстроенные отношения ребенок — взрослый и ребенок — другие дети. В данном случае можно ориентироваться на те же аспекты, которые играют роль в семейных отношениях. Таким образом, прежде всего важны правильная иерархия, достаточное индивидуальное внимание каждому ребенку и соблюдение общих правил. Проще и эффективнее, как и в семье, когда нейропсихологические занятия организуют два ведущих, один из которых может играть лидерскую роль, а второй является помощником (раздает медали, подготавливает игры и дидактические материалы, оказывает индивидуальную помощь детям с трудностями и т. д.).

Иерархия должна быть определена с самого начала занятий. С этой точки зрения предпочтительнее представляться детям по имени и отчеству. Ведущие выступают как взрослые, облеченные властью участники событий и не поддерживают фамильярности, попыток перейти на дружеский уровень, исправляют детей, когда те обращаются к взрослым на «ты». Облегчает соблюдение иерархии и то, что в руках ведущих сосредоточены ресурсы: награды, выбор самых увлекательных игр, в некоторых случаях конфеты и т. п.

Индивидуальное внимание для ребенка само по себе является формой безусловного подкрепления. Важно отдавать предпочтение положительному индивидуальному вниманию, не упускать возможности похвалить ребенка, погладить, приобнять (после предварительного вопроса, можно ли это сделать). В моменты «плохого» поведения внимания должно быть меньше, чем в моменты «хорошего».

Групповые правила, обязательные для соблюдения всеми участниками, позволяют очертить границы желаемого и не желаемого поведения и способствуют созданию атмосферы безопасности. Для детей от 5 лет правила перечисляются на первом занятии, для более младших детей знакомство с правилами происходит в процессе работы. Для всех детей обязательны для выполнения следующие запреты. Нельзя: 1) уходить за пределы коврика; 2) драться; 3) обзывать; 4) портить чужое имущество.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Дайте определение условному и безусловному подкреплению.
2. Перечислите способы подкрепления для детей младшего дошкольного возраста.
3. Назовите предпочтительный вид санкций за нарушение групповых правил.
4. Достоверно ли утверждение, что для детей с ОВЗ можно делать исключение в плане выполнения правил?
5. Определите достоверность утверждения, что индивидуальное внимание является формой безусловного подкрепления.
6. Назовите основной ориентир для выбора уровня сложности предлагаемых заданий.

ГЛАВА 4. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДОШКОЛЬНИКОВ

Далее будет представлено ориентировочное описание доступных видов деятельности и психологических особенностей детей трех возрастных групп: 3–4, 4–5 и 5–7 лет. При составлении данного описания использовались критерии диагностики, предложенные в работе Ж. М. Глозман, А. Ю. Потаниной, А. Е. Соболевой «Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте» [Глозман, Потанина, Соболева] и данные, полученные в результате двадцатилетнего опыта работы с нейротипично развивающимися детьми и детьми с отклоняющимся развитием.

Возраст 3–4 года. Сразу стоит упомянуть, что в данный возрастной промежуток разница в навыках у детей даже с небольшой хронологической разницей (3–6 месяцев) может быть очень существенной, так как это время интенсивного развития.

В норме в возрасте 3 лет фразовая речь, фраза преимущественно простая. Могут быть трудности с произнесением отдельных звуков. Доступен диалог. В запасе знаний имя, фамилия, возраст (могут назвать или показать на пальцах), имена родителей; понимание родственных отношений первого порядка (маме сын); доступно соотнесение цветов и, как правило, знание основных из них; сформированы представление об основных геометрических фигурах (круг, квадрат, треугольник), порядковый счет до пяти с внешней опорой. Доступно называние реальных изображений и опознание их по слову-наименованию.

В моторной сфере сформировано умение прыгать на двух ногах, доступны основные виды ползания. Возможно выполнение простых артикуляционных (язык высунуть, поднять, опустить, пощелкать, поцыкать, надуть щеки) и пальчиковых проб (показать большой палец, указательный, сложить пальчики в колечки с большим).

Доступно копирование круга и квадрата, прямых и изогнутых линий, закрашивание в пределах контура. Ребенок может собрать пирамидку из четырех колец, сложить разрезную картинку из двух частей.

Так как к этому возрасту *первый функциональный блок* сформирован, в некоторых случаях уже можно наблюдать признаки его дисфункции в виде неустойчивой работоспособности, нарушений мышечного тонуса, эмоциональной неустойчивости, бедности выразительных движений. Отделы, входящие в *третий функциональный блок* мозга, созревают самыми последними — анатомически к 12 годам, но закладываются они самыми первыми, и в возрасте 3 лет идет их активное формирование. Трехлетний ребенок уже способен к усвоению и выполнению простых правил, к действиям в соответствии с инструкцией под контролем взрослого. Структуры *второго функционального блока* в возрасте 3 лет находятся в сенситивном периоде. В этом возрасте активно идет формирование кинестетических и тактильных функций, отмечаются становление и развитие мелкой моторики кисти, развиваются внимание, память, речь, происходит формирование предметного зрительного гнозиса.

На поведенческом уровне дети в возрасте 3–3,5 года могут демонстрировать недостаточную сепарированность от мамы (сопротивляются попыткам оставить их одних на занятии, могут периодически выходить из тренингового зала и проверять присутствие родителей). Часто проявляют оппозиционное поведение, негативизм, упрямство в соответствии с описанным в возрастной психологии кризисом трех лет (могут сознательно нарушать запреты и наблюдать за реакцией ведущих, настаивать на своем не потому, что это реально важно, а потому, что важен сам процесс отстаивания своих интересов). Смысл условного подкрепления (медали) в 3 года не всегда доступен. Некоторым из детей нравится внешний вид медалек, но они воспринимают их просто как подарок и не связывают со своим поведением, некоторых детей они вообще не интересуют. Как правило, безусловное подкрепление — похвала, конфета, поглаживание, покачивание на руках — на первых этапах оказывается наиболее действенным.

Возраст 4–5 лет. В этом возрасте ребенок уже сам способен инициировать диалог, рассказать о себе, событиях дня; доступно

понимание простых логико-грамматических конструкций. В запасе знаний основные сведения о себе: имя, фамилия, возраст, адрес частично (может назвать город или улицу). Знает имена родителей, устанавливает родственные отношения первого — второго порядка (папе — дочь, бабушке — внучка). Доступно соотнесение и называние основных цветов и оттенков, геометрических фигур: круг, квадрат, треугольник. Сформирован порядковый счет до 10. Может назвать текущее время года. Доступны опознание реальных, перечеркнутых и наложенных изображений, называние изображений и показ по слову-наименованию.

В моторной сфере сформировано умение прыгать на одной ноге, маршировать на месте, доступны основные виды ползания. Возможно выполнение простых и средней сложности артикуляционных (надуть щеки по отдельности, вытянуть язык «иголочкой», сложить в «чашечку») и пальчиковых проб (сделать «козу» — сложить пальчики в кулак, вытянув мизинец и указательный палец). Доступны проба на реципрокную координацию при сопряженном ее выполнении и простой вариант пробы на динамический праксис (две серии по два движения).

Доступно копирование круга, квадрата и треугольника, прямых, изогнутых и прерывистых линий, закрашивание в пределах контура, рисование простых фигур по словесной инструкции, узнавание (соединение линиями) пространственно ориентированных простых фигур (модифицированный тест Бентона). Ребенок может собрать пирамидку из 5–7 колец, сложить разрезные картинки из 2–4 частей по образцу.

Возможна оценка простых ритмических структур, предъявляемых в медленном темпе.

Как и в возрасте 3 лет, *первый функциональный блок* работает в уже сформированном режиме, а *второй и третий* продолжают активно развиваться. Произвольное поведение, выполнение правил, соблюдение инструкций все еще требуют внешнего контроля, но уже в меньшей степени, чем у трехлетних детей. В возрасте 4–5 лет ребенок может самостоятельно назвать основные правила, оценить, как их выполняют другие (но не сам). Обычно дети этого возраста с определенного момента, начинают «помогать» ведущим следить

за правилами, сообщать об их нарушении другими детьми. В своей основе к 4–5 годам созревают функции предметного зрительного гнозиса, мелкая моторика кисти рук. Активно развиваются произвольное внимание, память, речь.

В поведенческом плане 4–5-летние дети уже гораздо более самостоятельны, чем дети 3 лет. Они спокойно расстаются с родителями на время занятия. У них начинает проявляться стремление к соревновательности, они уже хорошо понимают смысл условного подкрепления (стремятся получить медали) и наказания (считают замечания, стараются не допустить трех). Из программных элементов наибольший энтузиазм вызывает ползание и совместные двигательные игры.

Возраст 5–7 лет. Ребенок способен как рассказать о себе, так и сам задать интересующие его вопросы. Доступно понимание логико-грамматических конструкций. Речь представлена развернутой фразой, чистая, без явных нарушений звукопроизношения (допустимо, если не произносит звук «р»). В запасе знаний о себе имя, фамилия, отчество, возраст, дата рождения, адрес, имена и отчества родителей, места их работы, понимание родственных отношений разного порядка (маме — сын, бабушке — внук, тете — племянник). Называет основные цвета и оттенки, геометрические фигуры, в том числе ромб, овал, прямоугольник, крест. Перечисляет времена года, определяет их по признакам, показывает на картинках (к 7 годам устанавливает последовательность времен года и знает дни недели). Составляет рассказ по серии из 3–4 картинок. Считает до 10 и обратно, соотносит счет с количеством. Узнает перечеркнутые, наложенные, недорисованные и химерные изображения, называет и показывает по слову-наименованию реальные изображения, в том числе низкочастотные. Оценивает и воспроизводит по инструкции простые ритмические структуры.

В моторной сфере доступны проба на реципрокную координацию и проба на динамический праксис (две серии по три движения и графическая проба), все пробы на оральный праксис и праксис позы пальцев.

Доступно самостоятельное рисование круга, квадрата, треугольника и ромба, копирование сложных составных фигур, узнавание

(соединение линиями) пространственно ориентированных простых фигур (модифицированный тест Бентона). Ребенок может собрать пирамидку из десяти колец, сложить разрезные картинки из 2–4 частей самостоятельно, из большого количества — с опорой на образец.

Ребенок может оценить и воспроизвести по инструкции простые ритмические структуры.

Доступна идентификация эмоционального состояния (набор картинок с аналогичной эмоцией).

Первый функциональный блок в 5–7 лет продолжает работать в уже сформированном режиме. Проявления функционирования *третьего блока* характеризуются возрастанием качества произвольной деятельности. Ребенок 6–7 лет может сам назвать знакомые правила поведения и оценить по ним не только других, но и уже частично себя, то есть возникает такое качество, как критичность. Под контролем взрослых появляется возможность составления простых планов (например, план выполнения задания, план покупок в магазине...) и их поэтапной реализации. В отношении структур *второго блока* можно отметить активное развитие фонематического слуха, пространственных и соматогностических представлений, реципрокной координации, формирование избирательности памяти, возможности полноценного удержания порядка элементов и т. д., которые окончательно созреют к 7–9 годам.

На поведенческом уровне в этом возрасте важно учитывать такой момент, как выраженность стремления к соперничеству. Дети становятся очень критичными к себе и другим, сложно переживают проигрыш, стремятся во всем оказаться первыми, часто даже вопреки инструкции к заданию. В случае неудачи наблюдаются бурные эмоциональные реакции с криками, плачем, иногда разрушительными действиями.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Какие сведения о себе может предоставить ребенок в возрастных интервалах 3–4, 4–5 и 5–7 лет?

2. Перечислите характеристики моторного развития детей в возрасте 3–4 лет.

3. В каком возрасте происходит наиболее активное формирование тактильных и кинестетических функций?

4. В каком возрасте ребенок способен оценить выполнение правил другими детьми?

5. Перечислите функции, которые наиболее активно развиваются в возрасте 5–7 лет.

6. Назовите возраст, в котором наиболее ярко проявляется стремление к соперничеству.

ГЛАВА 5. НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОТКЛОНЯЮЩИМСЯ РАЗВИТИЕМ

Виды отклоняющегося развития (классификация В. В. Лебединского) [Лебединский, 16]:

- недоразвитие;
- задержанное развитие;
- поврежденное развитие;
- дефицитарное развитие;
- искаженное развитие;
- дисгармоническое развитие.

Данная классификация построена на критерии качества и характера нарушений процесса развития. Таким образом, в самих названиях отражены механизмы имеющихся отклонений. Благодаря этому данную классификацию удобно использовать в нейропсихологической работе.

Сразу стоит упомянуть, что нейропсихологическая коррекция в большинстве случаев не дает возможности полного устранения симптомов всех этих форм дизонтогенеза. Наиболее эффективен нейропсихологический подход в работе с детьми с задержанным развитием, некоторыми формами поврежденного развития и легкими вариантами искаженного и дисгармонического развития. В случае синдромов тотального недоразвития и дефицитарного развития нейропсихологическая коррекция позволяет ребенку развиваться максимально гармонично в рамках ограничений, наложенных болезнью, и частично скомпенсировать вторичные нарушения, обусловленные основным дефектом.

Рекомендации, которые будут приведены ниже для каждой из этих форм дизонтогенеза, являются результатом наблюдений и практического 20-летнего опыта работы на базе детской психиатрической больницы и не подкреплены обширной научно-исследовательской базой. Поэтому их следует рассматривать скорее как некий ориентир, а не как непреложный доказанный факт.

Синдром тотального недоразвития. В МКБ 10 (международная классификация болезней (10-й пересмотр)) представлен диагнозом умственная отсталость. Может быть разной степени выраженности (легкая, умеренная, тяжелая и глубокая). Нейропсихологический метод в основном применим для детей с легкой степенью умственной отсталости и в некоторых случаях с умеренной. Для детей с тотальным недоразвитием обычно подбирается группа, соответствующая их уровню развития, то есть, например, для ребенка 8 лет может проводиться работа по программе, предназначенной для детей 4–5 лет. Самый большой возрастной разрыв в нашей практике был, когда девочка 14 лет с умеренной умственной отсталостью посещала занятия с семилетними детьми по программе, ориентированной на возраст 5 лет (у ее одноклассников также наблюдались проявления отставания, но не так резко выраженные). Для полноценного освоения упражнений детям с тотальным недоразвитием нужно значительно больше занятий, чем нейротипично развивающимся детям. Каждый перерыв в работе (в связи с болезнями, отпусками и т. д.), как правило, приводит к явлению временного регресса в развитии, казалось бы, уже хорошо сформированных навыков, и требуется время на их восстановление. Крайне важны для детей с данным видом дизонтогенеза упражнения на формирование третьего функционального блока, так как в связи с недоразвитием лобных отделов ЦНС им очень сложно организовывать свое поведение и контролировать эмоции, что дополнительно тормозит их интеллектуальное развитие. Родителям мы настоятельно рекомендуем соблюдать строгий распорядок дня и стимулировать детей к выполнению установленных специалистами или самими родителями планов.

Синдром задержанного развития определяется В. В. Лебединским как замедление темпа психического формирования познавательной и эмоциональной сфер с их временной фиксацией на более ранних возрастных периодах и связывается с воздействием генетических, соматогенных и психогенных факторов, а также с церебрально-органической недостаточностью [Лебединский, 32].

Нейропсихологическая коррекция дает хорошие результаты при любом виде задержанного развития, особенно в случаях, когда родители следуют рекомендациям специалистов не только в плане

выполнения упражнений, но и в плане взаимодействия с ребенком. Наиболее эффективна работа в команде: подключение невролога, психиатра, логопеда, педиатра.

При выборе программы для детей с задержкой психического развития (ЗПР) в первую очередь важно ориентироваться на результаты нейропсихологической диагностики в каждом конкретном случае. Задержка развития церебрально-органического генеза на уровне клинической картины может быть представлена значительным разнообразием симптомов; в зависимости от локализации патогенного воздействия на первый план могут выходить разного плана речевые нарушения (ЗРР), нарушения внимания, повышенная утомляемость, эмоциональные трудности и т. д. Соответственно в программу будут включаться элементы, направленные на редуцирование данных симптомов. Как правило, дети с ЗПР приглашаются на программу, ориентированную на детей младших на 1–2 эпикризных срока или, в некоторых случаях, возможны занятия с нейротипично развивающимися сверстниками, но с дублированием программы. Для детей с ЗПР необходимо включение упражнений на развитие всех трех функциональных блоков с преимущественным акцентом на зону дефицитарности.

Поврежденное развитие. В качестве характерного примера В. В. Лебединский приводит органическую деменцию. Этиология синдрома поврежденного развития связана с перенесенными инфекциями, интоксикациями, травмами нервной системы, наследственными дегенеративными, обменными заболеваниями головного мозга в возрасте после 2–3 лет (до этого возраста такого рода факторы, как правило, приводят к умственной отсталости).

Работа с пациентами с поврежденным развитием во многом будет похожа на работу с детьми с ЗПР церебрально-органического генеза. Отличие в том, что при поврежденном развитии симптомы выражены значительно сильнее, чем при задержанном. Кроме того, у детей с поврежденным развитием часто наряду с потерей уже сформированных до болезненного процесса навыков наблюдается ограничение возможности к приобретению новых, плюс проявляется личностный дефект в виде снижения критичности и выраженной нестабильности эмоциональной сферы. В качестве

примера можно привести случай Миши Р. 8 лет. Мальчик перенес герпетический энцефалит, 3 дня находился в коме. Несмотря на то что благодаря хорошим индивидуальным компенсаторным возможностям ЦНС и эффективному комплексному лечению школьные навыки ребенка были частично восстановлены, он мог читать, писать, совершать элементарные счетные операции, Миша не смог вернуться к школьному обучению. У мальчика наблюдались выраженное слюнотечение и неадекватные формы поведения; он резко реагировал на необходимость приложения любых умственных усилий; на просьбу выполнить даже самое простое доступное для него задание начинал плакать, кричать, мог начать бросаться мебелью. Во время госпитализации он посещал нейропсихологические занятия с детьми 5–6 лет, где большое внимание уделялось упражнениям третьего функционального блока. Там он тоже часто плакал, обижался, отказывался заниматься, но постепенно, поскольку задания не представляли для него большой сложности и он мог наблюдать эффективность адекватных способов поведения, Миша включился в работу, стало возможным перевести его в группу более старшего возраста.

Таким образом, при подборе программы нейропсихологической коррекции для детей с поврежденным развитием нужно уделять внимание не только упражнениям на восстановление навыков, но и работать с эмоциональной регуляцией. Для детей с данным видом дизонтогенеза можно ориентироваться на программу с отступлением на 3–5 эпикризных сроков в зависимости от глубины дефекта. Обязательно сотрудничество с психиатром, неврологом и, в зависимости от характера симптомов, с логопедом и специалистом ЛФК. Как и в работе с синдромом недоразвития, важно учитывать медленную скорость формирования новых навыков и легкость возникновения явлений регресса.

Дефицитарное развитие — это развитие в условиях стабильного дефекта. Сюда относятся дети с нарушениями зрения, слуха и дети с детским церебральным параличом (ДЦП).

Ведущим специалистом для детей с дефицитарным развитием является дефектолог, специализирующийся на каждом конкретном нарушении. Идеальным вариантом было бы применение

сурдо- и тифлопедагогами приемов нейропсихологической коррекции, так как нейропсихологи в большинстве своем не обладают достаточным уровнем специальных знаний, необходимых для работы с этими категориями детей. Исключение составляют дети с ДЦП, для которых нейропсихологическая коррекция часто бывает очень полезной. Так как ведущим нарушением при ДЦП является дефект именно в сенсомоторной сфере, двигательный компонент нейропсихологической коррекции практически идеально подходит для решения многих вытекающих из этого заболевания проблем. Очевидно, что для детей с ДЦП наиболее полезны будут все упражнения, связанные с двигательной активностью, и особенно те, что включают тренировку межполушарного взаимодействия. Дети с ДЦП во многих случаях гораздо более эффективно владеют одной половиной тела и частично исключают вторую. Далеко не всегда это связано с полной нефункциональностью исключенной части. Ребенок просто привыкает, например, все делать только левой рукой, а правая находится в напряженном и прижатом к телу состоянии, однако при определенном усилии он может ее двигать. Складывается впечатление, что дети с ДЦП часто забывают о существовании менее функциональной конечности и слабо ее ощущают. Привлечение малофункциональной руки во время рисования, при ползании или при необходимости дать ее соседу по кругу постепенно возвращает ее чувствительность, стабилизирует мышечный тонус и развивает подвижность. Это немедленно находит отражение в соответствующих отделах ЦНС и проявляется в улучшении соматогнозиса всего пространственного фактора, в речевых, тактильных и других подвижках. Кроме того, очень важна для детей с ДЦП работа с фактором регуляции, так как, в силу ограничений, накладываемых заболеванием, они часто воспитываются в условиях гиперопеки и им может не хватать самостоятельности.

Искаженное развитие. Клиническими проявлениями данного типа дизонтогенеза являются ранний детский аутизм и детская шизофрения, при которых наблюдается асинхрония развития (явления отставания в одних сферах в сочетании с явлениями патологической акселерации в других). Например, ребенок может вообще не говорить, но правильно опознает англоязычные логотипы на всех видах

техники или пишет идеальным каллиграфическим почерком, при этом вывернув руку под углом 90 градусов и произнося оторванные от реальности фразы.

Органический фактор в развитии данных психических отклонений признается существенным большинством научных исследователей, хотя пока не существует однозначного мнения о конкретной локализации болезненного процесса на уровне нейробиологического субстрата. В основном специалисты сходятся во мнении о задействованности подкорковых образований. В нейропсихологической практике этому есть немало подтверждений. Например, у детей с аутизмом почти всегда наблюдаются трудности с освоением дыхательных техник, многие из них даже в возрасте 5–6 лет не умеют дуть или сморкаться, при вдохе можно наблюдать, что живот не распускается, а втягивается. Как правило, и у детей с аутизмом, и у детей с шизофренией наблюдается нарушение тонической организации движений, отдельные части тела могут быть чрезмерно напряжены, а другие, наоборот, находиться в гипотонусе. Полевое поведение, нарушения целенаправленности могут отсылать нас к дефицитарности третьего функционального блока, но более вероятно, что нарушение происходит еще на уровне первичного импульса и целенаправленное поведение не может быть обеспечено достаточным уровнем бодрствования. Тем более что на отдельных, сверхценных для них занятиях эти дети могут быть очень последовательны и планомерны (например, выкладывая по определенному принципу фигурки в ряд или совершая серию сложных, вычурных движений).

Нейропсихологическая коррекция может быть эффективна для детей с искаженным развитием при правильном выборе цели воздействия и организации процесса.

Детям с аутизмом очень полезна работа в группе, но сами они не стремятся к взаимодействию. Поэтому обычно с ними проводится предварительная индивидуальная работа, где осваиваются основные программные элементы в той последовательности, в которой они будут представлены на групповых занятиях. Как правило, саму последовательность программных элементов, при условии создания хорошего контакта со специалистом, ребенок

с аутизмом может освоить достаточно успешно, так как любая понятная, из раза в раз повторяющаяся схема действий соответствует его потребности в порядке и неизменности окружающего мира. На втором этапе ребенок с аутизмом приглашается в группу, и там он работает по уже знакомой ему программе. На этом этапе он сосредоточен на самой программе, не обращает внимания на детей, не берет их за руки, не участвует в групповых играх. Если знакомая последовательность действий по каким-то причинам нарушается, некоторые дети с аутизмом продолжают работать в своем режиме, игнорируя происходящее, другие начинают проявлять признаки тревоги — кричать, проговаривать названия упражнения, совершать присущие им стереотипные действия. На этом этапе во время групповых игр психолог может ненастойчиво помогать ребенку с аутизмом в них участвовать, например, находясь у него за спиной и придерживая его руки при перебрасывании мяча или выводя его за круг в процессе игры в «рыбку», но если ребенок активно сопротивляется, ему разрешают просто быть рядом (единственное условие — не уходить с места). Показателем следующего этапа служит проявление элементов подражания. Довольно часто подражание может наблюдаться в моменты, когда другие дети нарушают правила, но даже это является хорошим сигналом. Постепенно из выполнения упражнений *рядом* с детьми вырастает выполнение упражнений *совместно* с ними.

Из нейропсихологических упражнений наиболее полезны для детей с аутизмом упражнения дыхательные, растяжки, массажи и задания на эмоциональное выражение, где дети по знаку должны изобразить грусть, радость, злость и т. д. Дети с аутизмом, испытывая дефицит способности к сопереживанию, учатся понимать состояние других людей по выражению лица, и иногда их собственная эмоциональная выразительность также становится лучше.

При выборе степени сложности упражнений учитывается уровень интеллектуального развития ребенка. В группе из 6–8 человек допустимо присутствие не более 1–2 детей с искаженным развитием, в редких случаях возможно вести группы с четырьмя детьми с диагнозом аутизм, но тогда специалист должен быть опытным и дети уже натренированными. И опять же, как и при любом другом виде

дизонтогенеза, важна работа в команде — сотрудничество с психиатром и, при необходимости, с логопедом.

Дисгармоническое развитие. В основе данного типа дизонтогенеза также асинхрония, но диспропорция наблюдается в развитии интеллектуальной и эмоциональной сфер. В МКБ 10 данные расстройства преимущественно представлены в рубрике «Патохарактерологическое развитие личности».

В данном случае, несмотря на, как правило, хорошие интеллектуальные предпосылки, эти дети часто испытывают адаптационные трудности в связи с силой и неуправляемостью эмоциональных реакций. Некоторые из таких детей могут быть чрезмерно стеснительными, боязливыми и чувствительными к любым реакциям окружающих. Другие — агрессивными, конфликтными и неспособными переносить превосходство другого.

По результатам нейропсихологического обследования мы скорее всего не найдем у этих детей симптомов дисфункции второго блока. Работа должна будет осуществляться в первую очередь с первым и третьим блоками. Для детей с дисгармоническим развитием обязательна групповая форма занятий. Очень благотворное влияние оказывают на них дыхательные упражнения и релаксация, но основной составляющей являются функциональные и коммуникативные игры. В группе из 6–8 человек желательно присутствие не более двух участников с дисгармоническим развитием; и предпочтительнее, чтобы один был с экстра-, а другой с интрапунитивным типом реагирования. Так как это, как правило, дети с хорошими интеллектуальными задатками, им можно время от времени предлагать быть соведущими, например, провести одно из упражнений, раздать награды, помочь одноклассникам разложить коврики. Необходимость организовывать других детей очень способствует развитию собственной саморегуляции.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Перечислите формы дизонтогенеза, в отношении которых нейропсихологическая коррекция наиболее эффективна.

2. Достоверно ли утверждение, что при отклоняющемся развитии достаточно работы с нейропсихологом, подключения других специалистов не требуется?

3. Назовите условия, которые необходимо соблюдать при работе с детьми с аутизмом.

4. Перечислите блоки упражнений, наиболее эффективные при работе с детьми с поврежденным развитием.

5. По отношению к каким формам дизонтогенеза перерывы в нейрокоррекции могут приводить к значимым явлениям регресса?

6. При какой форме дизонтогенеза подключение ребенка в качестве соведущего является одним из наиболее эффективных терапевтических приемов?

ГЛАВА 6. ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ МОМЕНТЫ

Место проведения занятий

1. Помещение для нейропсихологических занятий должно быть достаточно просторным (для групповых не менее 20–30 кв. м, для индивидуальных — не менее 15), хорошо освещенным и проветриваемым.

2. Предпочтительно, чтобы в зале, где проводятся занятия, было как можно меньше отвлекающих моментов; в зоне доступности должно находиться только постоянно используемое оборудование, все остальное лучше убрать в закрытые шкафы и доставать по мере необходимости.

3. Необходимым оборудованием являются коврики по числу участников (может быть 1–2 запасных, но не больше); стол и стулья, соответствующие росту детей и расположенные у стены, так как основная часть комнаты должна быть свободна для перемещения; принадлежности для рисования. Желательно также наличие мячей разного размера, в том числе массажных, фитболов, балансиров, скакалок, дидактического материала.

Время проведения занятий

1. Время для занятий должно подбираться с учетом режима дня ребенка данного возраста. Для дошкольников, особенно младших, утренние занятия нежелательно начинать ранее 9.00, вечерние нежелательно заканчивать позже 19.00. Также не стоит задействовать время дневного сна.

2. Продолжительность нейропсихологического занятия в дошкольном возрасте может варьировать от 30 до 50 минут. Индивидуальные занятия, особенно первичные, стоит делать менее продолжительными, чем групповые, так как ребенку уделяется больше личного внимания и его нагрузка выше, чем у детей, работающих

в рамках группового процесса. Кроме того, групповые занятия в большинстве своем вызывают у детей больше интереса, соответственно легче поддерживать мотивацию. Увеличение длительности занятия со стандартных 40 минут до 50 (иногда и 60) часто бывает обусловлено большим составом группы (8 человек и более) и допустимо для старшего дошкольного возраста.

Выбор формы работы

При прочих равных условиях предпочтительнее групповая форма работы, так как дает возможность отработать большее количество навыков (особенно это касается третьего функционального блока) и соответствует одной из ведущих потребностей детей дошкольного возраста — потребности в совместной игре. Индивидуальная форма работы может быть выбрана в следующих случаях:

1. Выраженное отставание в развитии, рисунок поведения, соответствующий возрасту младше 2–3 лет.
2. Симптомы аутизма, отсутствие у ребенка потребности во взаимодействии со сверстниками (в этом случае этап индивидуальной работы предшествует переходу в группу).

Состав группы

1. Оптимальное количество участников для групп нейропсихологического сопровождения развития шесть человек (± 2). Для групп нейропсихологической коррекции оптимально четыре человека, максимум шесть.

2. В одной группе предпочтительнее объединение детей с похожей симптоматикой (но не в случае аутизма).

3. При подборе детей в группу следует ориентироваться в первую очередь на уровень развития, а не на хронологический возраст.

4. Возможно создание инклюзивных групп, в которых наряду с нейротипично развивающимися детьми занимаются дети с дизонтогенезом (не более двух в группе из восьми человек). В этом случае участникам объясняют, что у кого-то из детей есть трудности и предлагают показать им пример, помочь, научить. Однако все правила и запреты распространяются одинаково на всех.

Взаимодействие с родителями

1. Присутствие родителей на занятиях эффективно в случае наличия у ребенка выраженного отставания в развитии и необходимости обучения родителя способам нейропсихологической тренировки.

2. Присутствие родителя на занятиях неэффективно, если главной мотивацией являются тревога, переживание, что ребенку будет без родителя плохо. Маленькие дети в присутствии родителей, как правило, больше сосредоточены на них, чем на занятиях, проявляют меньше самостоятельности и инициативы, ожидают помощи. Кроме того, на групповых занятиях присутствие одного из родителей вызывает зависть у других детей, а присутствие всех приносит хаос.

3. После каждого занятия возможна краткая консультация для родителей о состоянии детей, об их трудностях и победах, особенно на первых этапах групповой работы.

4. Возможно проведение одного совместного демонстрационного занятия, но в этом случае родители являются активными участниками групповой работы, а не наблюдателями.

5. Общее собрание с описанием структуры работы, основных требований полезно перед началом работы с детьми. По окончании занятий общее собрание позволяет дать обратную связь, озвучить рекомендации, ответить на вопросы.

6. В случае выраженных поведенческих нарушений у ребенка рекомендуется семейная психотерапия.

Предварительная диагностика

1. В случае если ребенок развивается нормативно, может быть достаточно одной предварительной консультативно-диагностической встречи с ребенком и его родителями. Подробное нейропсихологическое обследование может быть проведено по запросу, но в целом достаточно бывает ознакомления с пожеланиями родителей, краткого диалога с ребенком и проведения 3–5 простых нейропсихологических проб. В процессе выполнения ребенком упражнений на самих занятиях все признаки дефицитности или нарушений, если они есть, и так будут проявлены.

2. При наличии у ребенка симптомов дизонтогенеза предварительные нейропсихологическое и патопсихологическое тестирование обязательны.

Ведущие

1. Занятия проводятся двумя ведущими. Предпочтительнее, чтобы один из них вел занятие, а второй оказывал индивидуальную помощь детям, помогал соблюдать правила.

2. Как минимум один из ведущих должен быть квалифицированным нейропсихологом. Наиболее эффективны бывают занятия, когда второй соведущий является логопедом или специалистом по ЛФК.

Домашние задания

1. Общие домашние задания, необходимые для отработки навыков, выдаются на первом занятии, регулярность их выполнения определяет эффективность всей работы.

2. Для отработки дома предлагаются дыхательные упражнения (лучше перед сном), массаж «волшебных точек» (лучше после пробуждения), упражнения на межполушарное взаимодействие, артикуляционные и пальчиковые упражнения (см. приложение).

3. После каждого занятия может быть выдано какое-либо графическое задание (записывается в альбом ребенка), а также может быть дана индивидуальная рекомендация по отработке слабого навыка.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОПРОВЕРКИ

1. Определите возможность проведения нейропсихологических занятий с детьми младшего дошкольного возраста на открытом воздухе.

2. Какая форма занятий — групповая или индивидуальная — является более продолжительной по времени?

3. Определите условия, в которых эффективно присутствие родителей во время занятий.

4. Назовите условия осуществления инклюзивных занятий.

5. Перечислите необходимое оборудование для нейропсихологических занятий.

ГЛАВА 7. АНАЛИЗ КОНКРЕТНЫХ СЛУЧАЕВ

Для демонстрации эффективности работы программы рассмотрим в качестве примеров несколько конкретных случаев.

Артем. На момент начала занятий Артему 3 года 1 месяц. Анамнестические данные указывают на нормативный онтогенез.

На занятиях на первых этапах ребенок демонстрирует недостаточную сепарированность от матери, просит ее присутствовать на занятии, с трудом отпускает в коридор, периодически выглядывает, чтобы убедиться, что она там. В течение первых трех занятий Артем мало обращает внимания на просьбы и инструкции ведущих, не соблюдает правила, ходит по залу, берет игрушки. На последующих занятиях правила выполняет лучше, но по-прежнему может периодически игнорировать пожелания ведущих и детей.

У мальчика достаточно хороший интеллектуальный потенциал, во время занятий он демонстрирует умение считать до десяти, знания об окружающем мире, соответствующие возрасту.

Большинство заданий Артем усваивает достаточно быстро: к четвертому занятию правильно выполняет технику диафрагмального дыхания, с самого начала с удовольствием делает самомассаж, хотя и затрудняется иногда в ориентации в схеме тела; хорошо справляется с упражнением на растяжку, с удовольствием ползает всеми предложенными способами. При этом у мальчика несколько повышен мышечный тонус, поэтому ему трудно выполнять упражнения на расслабление. Повышенный тонус проявляется также при рисовании: Артем слишком сильно сжимает фломастеры или кисточку, поэтому ему часто не удается правильно передать форму предмета. Недостаточно хорошо развита мелкая моторика, Артем долго не может сложить пальчики в позу, необходима помощь ведущих. Трудности вызывают также отдельные «язычковые» упражнения. Затруднена концентрация внимания даже в соответствии

с возрастными нормативами. Часто также более успешному выполнению заданий препятствует нежелание оказаться хуже других, поэтому, когда что-то не получается, Артем просто отказывается от продолжения попыток и не выполняет задание, делая вид, что ему это неинтересно.

Затруднено взаимодействие Артема с детьми, может иногда проявить агрессию. В коммуникативных играх стремится оказаться первым, проявляет неуступчивость.

За время посещения занятий Артем стал более самостоятельным, перестал постоянно искать поддержку матери. Лучше научился расслабляться. Освоил основные пальчиковые позы. Ребенку было рекомендовано продолжение посещения нейропсихологических занятий по усложненной программе.

Через два месяца Артем пришел на вторую ступень. Мама отметила, что за время перерыва Артем с удовольствием выполнял все задания, которые давались для домашней тренировки. Стал проявлять интерес к рисованию и раскрашиванию. Во дворе стал подходить к другим детям и предлагать им игру.

На новом цикле занятий Артем стал гораздо более активным, инициативным и эмоционально открытым. Лучше стал контролировать свое поведение, перестал нарушать правила и игнорировать инструкции. Улучшилось качество рисования. Уменьшились проявления агрессии, более того, Артем начал проявлять заботу о других детях, оказывать помощь.

Дима М. На момент начала занятий Диме 3 года 4 месяца. Анамнестические данные указывают на наличие дизонтогенетических признаков. По словам мамы, ребенок родился очень сложным: имела место родовая травма, был поставлен диагноз ППЦНС тяжелой степени. Маме даже было предложено отказаться от ребенка, поскольку прогноз был очень неблагоприятным. В течение всей жизни ребенок наблюдается у невролога, регулярно получает лечение. Несмотря на отягощенный анамнез, у ребенка нет отклонений в интеллектуальном развитии. Дима использует в речи развернутую фразу, без аграмматизмов; звукопроизношение чистое; периодически демонстрирует знания, не ожидаемые от ребенка такого возраста,

например, сообщает названия экзотических фруктов; выполняет простую классификацию; умеет считать до 5 и обратно и т. д.

У мальчика на протяжении всего курса занятий наблюдаются трудности расставания с родными, которые его приводят (независимо от того, привела его мама, папа или бабушка). Однако, когда расставание уже состоялось, быстро успокаивается и переключается на окружающую обстановку. Он с удовольствием разглядывает стены, стол, одежду, других детей. Чтобы Дима сосредоточивался на заданиях, необходима постоянная стимуляция со стороны ведущих.

Развитие когнитивных функций ребенка значительно опережает развитие функций инструментальных. Дима хорошо запоминает стихи, вслух проговаривает необходимые действия, при этом не выполняя их. Очень долго ребенку не удается освоить дыхательные техники, мальчик дышит аритмично. Снижен мышечный тонус, поэтому трудности вызывают растяжки, ползание, а также «пальчиковые» упражнения: Дима знает названия пальцев, складывает их в позу, но не может эту позу длительно удерживать. Нарушена координация движений. Выражены трудности сосредоточения внимания. Помимо этого более успешному выполнению заданий препятствуют особенности эмоциональной сферы: Дима очень ориентирован на помощь других людей даже в том случае, когда может сделать что-то самостоятельно.

Отмечается недостаточная заинтересованность в общении с другими детьми, ребенок явно предпочитает общение со взрослыми, причем для него значимым подкреплением является не похвала и не «медалька», а телесный контакт. В коммуникативных играх участвует, но особого интереса к ним не проявляет.

За время посещения занятий у ребенка отмечается положительная динамика в развитии способности к саморегуляции: некоторые упражнения стал выполнять самостоятельно, без помощи ведущего. Дима стал лучше сосредоточивать внимание. Несколько улучшилось состояние мышечного тонуса. Было рекомендовано повторить первую ступень занятий.

Через 2,5 месяца Дима пришел на повторный курс. Мама отметила, что за время перерыва Дима стал более самостоятельным. Появился интерес к рисованию. Улучшился сон.

На новом цикле занятий ребенок стал более инициативным и активным, лучше стал сосредоточивать внимание. Несколько улучшилось развитие мелкой моторики, хотя и не до нормативных показателей. Появился интерес к взаимодействию с детьми.

Дима Р. На момент начала занятий Диме 3 года 3 месяца. Анамнестические данные указывают на опережающий онтогенез. Дима рано научился ходить и говорить. К трем годам он самостоятельно научился читать и писать печатными буквами простые слова.

Занятия с самого начала доставляют ребенку большое удовольствие, он проявляет интерес ко всем заданиям, очень гордится полученными «медалями». Дима быстро осваивает суть всех упражнений, хорошо запоминает их последовательность, сопровождающие стихи. Умеет сосредоточивать внимание на достаточно длительный срок. Ребенок очень хорошо регулирует свое поведение, даже когда обстановка этому препятствует. Но при этом у него выражены трудности расслабления, часто Дима перенапряжен, причем мышечные зажимы выражены во всех частях тела, в том числе в лице. Отмечаются синкинезии: при рисовании, при выполнении упражнений на мелкую моторику Дима высовывает язык и водит им. Нарушена координация движений, в связи с чем значительные трудности вызывают упражнения на ползание: Дима не умеет ползать на четвереньках, ползает, не опускаясь на колени; при ползании на животе с использованием только рук Дима долго не может проползти нужное расстояние, так как не может сообразить, как ему переставлять руки.

Затруднено общение с детьми. Ребенок стеснителен, с трудом включается в новый коллектив. На первых занятиях здоровается очень тихим голосом. В коммуникативных играх участвует с удовольствием, но на первых занятиях заметно, что уровень напряжения в моменты взаимодействия значительно повышается.

За время занятий Дима лучше научился расслабляться, улучшилась координация движений, ребенок стал более активным, общительным, эмоционально открытым. По словам бабушки, мальчик стал лучше засыпать, во дворе стал проявлять инициативу в общении с детьми.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной работе были рассмотрены преимущества нейропсихологического подхода в системе развивающих занятий для детей младшего дошкольного возраста и для детей с ОВЗ.

Нейропсихология — длительно существующая и имеющая обширную доказательную базу наука, изучающая взаимодействие мозга и психики, закономерности созревания мозговых структур. В дошкольный период процессы созревания головного мозга происходят наиболее интенсивно. Поэтому особенно важно именно в этом возрасте обеспечить полноценные условия для его развития — соответствующую стимуляцию со стороны окружающей среды, освоение и закрепление ребенком новых навыков. Именно нейропсихология с ее знанием основных закономерностей развития мозга позволяет выстроить развивающие занятия с учетом опоры на уже физиологически созревшие структуры и на их основе стимулировать развитие тех систем, которые находятся в сенситивном периоде.

В данном учебном пособии представлена разработанная на основе программ нейропсихологической коррекции программа нейропсихологического сопровождения развития для детей от 3 лет и для детей с ОВЗ дошкольного возраста. В этой программе учтена возрастная специфика как с нейропсихологической, так и с психологической точки зрения. Занятия построены таким образом, чтобы обеспечить наиболее полную и разнообразную стимуляцию зон головного мозга. Выполнение упражнений на развитие мелкой моторики, координации, межполушарного взаимодействия, навыков ориентации в пространстве, внимания и самоконтроля, на нормализацию мышечного тонуса является тем запросом со стороны среды, который стимулирует развитие различных мозговых структур. В результате развитие мозга способствует все более сложным процессам научения. Групповая форма работы позволяет уделять

также внимание вопросам эмоционального развития, формированию коммуникативных навыков.

Программа проходила апробацию в течение 16 лет и показала свою эффективность. Для иллюстрации полученных данных приведен анализ трех конкретных случаев, в каждом из которых представлен свой, несколько отличающийся от других вариант онтогенеза.

В работе дана краткая общая информация по детской нейропсихологии, описаны принципы и алгоритмы построения занятий с учетом возрастной специфики, предложена подборка упражнений. Акцент сделан преимущественно на работе с детьми младшего дошкольного возраста, поскольку, во-первых, в литературе мало представлено такого рода данных; во-вторых, наблюдается достаточно большой запрос со стороны родителей; в-третьих, динамика в процессе работы выражена значительно, чем у детей старшего возраста.

Данное руководство в первую очередь предназначено для студентов, обучающихся по специальности «Клиническая психология», но также может быть интересно и полезно психологам, практикующим нейропсихологическую диагностику и коррекцию; психологам, работающим в системе образования; специалистам, занимающимся с детьми в развивающих центрах, а также всем тем, кто интересуется проблемами разработки и реализации адаптированных коррекционных программ.

Представленная программа является в большей степени образцом, а не непреложным алгоритмом для выполнения. Мы предполагаем, что грамотные специалисты, ориентируясь на наш опыт, смогут создать свои авторские программы, наиболее подходящие для специфики работы в каждом конкретном случае.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

- Бадалян Л. О.* Детская неврология. М. : Медицина, 1984
- Комплексная методика психомоторной коррекции / Е. А. Воробьева, А. В. Семенович, Б. А. Архипов, Л. С. Назарова, В. М. Шегай. М. : Изд-во МГПУ, 1998.
- Выготский Л. С.* Собрание сочинений. Т. 5 : Основы дефектологии. М. : Педагогика, 1983.
- Глозман Ж. М., Потанина А. Ю., Соболева А. Е.* Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. 2-е изд. СПб. [и др.] : Питер, 2008.
- Доман Г.* Что делать, если у вашего ребенка повреждение мозга. М. : Генезис, 2007.
- Лебединский В. В.* Нарушения психического развития у детей. М. : Изд-во Моск. ун-та, 1985.
- Лурия А. Р.* Лекции по общей психологии. М. ; СПб. : Питер, 2007.
- Микадзе Ю. В.* Нейропсихология детского возраста. М. ; СПб. : Питер, 2008.
- Прайор К.* Не рычите на собаку. М. : Эксмо, 2017.
- Ромек В. Г.* Поведенческая психотерапия : учеб. пособие. М. : Академия, 2002.
- Семенович А. В.* Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. М. : Академия, 2002.
- Семенович А. В.* Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. М. : Генезис, 2007.
- Сиротюк А. Л.* Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. М. : ТЦ Сфера, 2002.
- Цветкова Л. С.* Мастер-класс: Методы нейропсихологической диагностики детей. М. : Изд-во Моск. психолого-социал. ин-та, 2009.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

Бардышевская М. К. Диагностика эмоциональных нарушений у детей / М. К. Бардышевская, В. В. Лебединский. — Москва : УМК «Психология», 2003. — 320 с. — ISBN 5-93692-050-X.

Выготский Л. С. Вопросы детской психологии / Л. С. Выготский. — Санкт-Петербург : Союз, 2006. — 224 с. — ISBN 5-87852-043-5.

Выготский Л. С. Собрание сочинений. — Т. 5 : Основы дефектологии / Л. С. Выготский. — 4-е изд. — Москва : Книги по требованию, 2013. — 369 с. — ISBN 978-5-458-36833-9.

Гальперин П. Я. Лекции по психологии / П. Я. Гальперин. — Москва : АСТ : КДУ, 2007. — 400 с. — ISBN 978-985-16-3755-9 (ООО «Харвест»).

Глозман Ж. М. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте / Ж. М. Глозман, А. Ю. Потанина, А. Е. Соболева. — 2-е изд. — СПб. [и др.] : Питер, 2008. — 80 с. — ISBN 978-5-388-00442-0.

Доман Г. Что делать, если у вашего ребенка повреждение мозга / Г. Доман. — Москва : Генезис, 2007. — 356 с. — ISBN 978-9884-39-236-3. — ISBN 978-5-9901746-5-8.

Комплексная методика психомоторной коррекции / Е. А. Воробьева, А. В. Семенович, Б. А. Архипов, Л. С. Назарова, В. М. Шегай. — Москва : Издательство МГПУ, 1998. — 81 с.

Лебединский В. В. Нарушения психического развития в детском возрасте / В. В. Лебединский. — Москва : Академия, 2011. — 144 с. — ISBN 978-5-7695-8071-0.

Лурия А. Р. Высшие корковые функции у человека / А. Р. Лурия. — Санкт-Петербург : Питер, 2007. — 320 с. — ISBN 978-5-94723-559-3.

Лурия А. Р. Лекции по общей психологии / А. Р. Лурия. — Санкт-Петербург : Питер, 2007. — 624 с. — ISBN 978-5-947807-018-6.

Микадзе Ю. В. Нейропсихология детского возраста / Ю. В. Микадзе. — Санкт-Петербург : Питер, 2008. — 288 с. — ISBN 978-5-318-00752-1.

Нейропсихологическая профилактика и коррекция. Дошкольники : учебно-методическое пособие / А. В. Семенович, Я. О. Вологодина, Т. Н. Ланина ; под ред. А. В. Семенович. — Москва : Дрофа, 2014. — 240 с. — ISBN 978-5-358-14100-1.

Прайор К. Не рычите на собаку / К. Прайор. — Москва : Эксмо, 2017. — 288 с. — ISBN 978-5-699-92958-0. — ISBN 978-5-699-33940-2.

Ромек В. Г. Поведенческая психотерапия : учебное пособие / В. Г. Ромек. — Москва : Академия, 2002. — 192 с. — ISBN 5-7695-0902-3.

Семаго М. М. Проблемные дети. Основы диагностической и коррекционной работы психолога / М. М. Семаго, Н. Я. Семаго. — Москва : АРКТИ, 2003. — 208 с. — ISBN 5-89415-108-2.

Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте / А. В. Семенович. — Москва : Академия, 2002. — 251 с. — ISBN 5-7695-0772-1.

Семенович А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза / А. В. Семенович. — Москва : Генезис, 2007. — 474 с. — ISBN 978-5-98563-228-6.

Сиротюк А. Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью / А. Л. Сиротюк. — Москва : Сфера, 2002. — 128 с. — ISBN 978-5-9949-0083-3.

Цветкова Л. С. Введение в нейропсихологию и восстановительное обучение : учебное пособие / Л. С. Цветкова. — Москва : Московский психолого-социальный институт, 2000. — 148 с. — ISBN 5-89502-098-4.

ПРИЛОЖЕНИЯ

1. Варианты рисунков

Копирование по образцу

- | | |
|--|--|
| 1.  Яблоко | 1.  Осенние листья |
| 2.  Окошко | 2.  Снеговик |
| 3.  Море | 3.  Цветы |
| 4.  Елочка | 4.  Овощи: морковь, огурец, помидор |
| 5.  Листик | 5.  Домик с окошком |
| 6.  Солнце | 6.  Цветы |
| 7.  Домик | 7.  Трактор |
| 8.  Вишенки | 8.  Рыбка |
| 9.  Одуванчик | 9.  Бабочка |
-

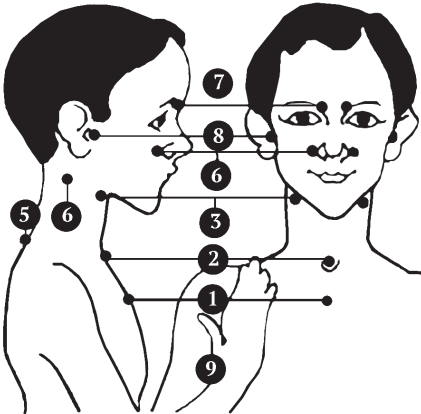
- | | |
|---|---|
| 1.  Домик с елочкой | 1.  Осенние листики |
| 2.  Снеговик с метлой | 2.  Домик в лесу |
| 3.  Цыпленок | 3.  Кошка |
| 4.  Цветы | 4.  Птичка |
| 5.  Чебурашка | 5.  Цветы |
| 6.  Кораблик | 6.  Снеговик и елка |
| 7.  Ракета | 7.  Ракета в космосе |

Рисование двумя руками

- | | | | | | |
|----|---|-----------------|----|---|----------------|
| 1. |  | Спирали | 1. |  | Гирлянды |
| 2. |  | Линии | 2. |  | Кружочки |
| 3. |  | Снежинки | 3. |  | Елочка |
| 4. |  | Гирлянды | 4. |  | Цветочек |
| 5. |  | Мыльные пузыри | 5. |  | Дождик |
| 6. |  | Море | 6. |  | Домик |
| 7. |  | Солнце | 7. |  | Снеговик |
| 8. |  | Тучка | 8. |  | Елочка и трава |
| 9. |  | Железная дорога | | | |
-

- | | | | | | |
|----|---|-------------------|----|---|-------------------|
| 1. |  | Домик | 1. |  | Девочка |
| 2. |  | Чебурашка | 2. |  | Лес |
| 3. |  | Бабочка | 3. |  | Ягодки |
| 4. |  | Новогодняя елка | 4. |  | Зайчик |
| 5. |  | Снеговик | 5. |  | Грибы под деревом |
| 6. |  | Цветок в горшочке | 6. |  | Кошка |
| 7. |  | Лодка в море | 7. |  | Море с рыбками |
| 8. |  | Грибок | 8. |  | Цветы |

2. Домашние задания

Упражнение	Время выполнения	Цель
<p>Надуваем шарик</p> <p>В основе — диафрагмальное дыхание. Это медленное, глубокое дыхание, при котором легкие заполняются до самых нижних отделов. Включает четыре стадии:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вдох — ребенок медленно вдыхает носом и надувает живот (представляет, как надувает шарик). 2. Пауза. 3. Выдох — ребенок дует и выпускает воздух, живот втягивается (шарик сдувается). 4. Пауза 	<p>3–5 минут перед дневным и ночным сном, 2–3 цикла</p>	<p>Улучшение кровообращения мозга, развитие саморегуляции, успокоение</p>
<p>Массаж волшебных точек</p>  <p>[Семенович, 2007, 136] Массаж производится вращательными движениями</p>	<p>Примерно по 3 секунды 9 раз в одну сторону, 9 — в противоположную</p>	<p>Улучшение работоспособности, повышение иммунитета</p>

Упражнение	Время выполнения	Цель
<p>«Лягушка» — содружественные движения руками.</p> <p><i>Для детей 3–4 лет.</i> Руки лежат на ровной поверхности (пол или стол) перед ребенком. Оторвать ладони от стола, одновременно сжать кулаки, положить оба кулака обратно, затем снова оторвать ладони от стола, выпрямить ладони и одновременно поставить их на стол опять. Упражнение выполняется со словами: «Две зеленые лягушки, две веселые квакушки, дружно прыгают подружки».</p> <p><i>Для детей 5 лет и старше.</i> Кулак и ладонь лежат на поверхности, оторвать руки от стола, одновременно разжать кулак одной руки, а ладонь другой сжать в кулак, одновременно положить обе руки обратно (одна рука — в кулачке, другая — в ладошке). Повторить несколько раз</p>	2–3 минуты	Развитие межполушарного взаимодействия и способности к переключению
<p>Ползание на четвереньках и на животе в заданных направлениях — прямо, направо, налево, по кругу, по квадрату, по треугольнику (можно обозначить маршрут на полу веревкой или другими подручными средствами)</p>	5–10 минут	Развитие межполушарного взаимодействия, пространственных навыков
<p>Пальчиковые упражнения</p> <p>Любые движения пальцами по отдельности или соединенными в позы («нажимаем» большим пальцем на кнопку, «стреляем» указательным, делаем «козу» — указательный и мизинец выпрямлены, остальные пальцы в кулаке, «пальчики здороваются» и т. д.)</p>	5 минут	Развитие мелкой моторики (влияет также на речь)
<p>Артикуляционные упражнения</p> <p>Любые движения языком (вверх, вниз, вправо, влево, пощелкать, поцыкать и т. д.)</p>	5 минут	Развитие мышц губ и языка, улучшение произношения

3. Опросный лист для родителей

Уважаемые родители!

Просим вас ответить на ряд вопросов, чтобы оценить эффективность проводимой работы.

Ф.И.О. _____

Имя ребенка _____

Возраст ребенка _____

Сколько занятий посетил ребенок _____

1. Оцените интерес ребенка к занятиям (отметьте подходящий ответ или напишите свой вариант):

а) ходил с удовольствием, следующего занятия ждал с нетерпением, просился на занятия

б) занятия посещал с удовольствием, но сам на них не просился

в) ходил, подчиняясь желанию родителей, не протестовал

г) между занятиями проявлял к ним интерес, соглашался посещать, рассказывал о них, но непосредственно перед занятием отказывался идти

д) активно отказывался посещать занятия, соглашался только после длительных уговоров

е) _____

2. Оцените состояние ребенка после занятия (отметьте подходящий ответ или напишите свой вариант):

а) выходил в хорошем настроении, активно делился эмоциями, впечатлениями

б) выходил в хорошем настроении, но впечатлениями не делился

в) выходил усталым

г) выходил в плохом настроении, хуже, чем в начале занятия

д) _____

3. Оцените изменения в поведении ребенка (в каждом утверждении подчеркните нужный ответ):

а) отношения со сверстниками улучшились/ухудшились/остались прежними

б) отношения со взрослыми улучшились/ухудшились/остались прежними

в) поведение в детском саду улучшилось/ухудшилось/осталось прежним

- г) внимание, усидчивость улучшились/ухудшились/остались прежними
 - д) память улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - е) аккуратность улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - ж) сон улучшился/ухудшился/остался прежним
 - з) координация движений улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - и) общий уровень знаний улучшился/ухудшился/остался прежним
 - к) речь улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - л) появились новые навыки (научился делать то, чего раньше не делал)
- да/нет/затрудняюсь ответить

4. Напишите, пожалуйста, самый, на ваш взгляд, значимый конкретный пример изменения у вашего ребенка (например, начал вышивать, складывать свои вещи, прибирать игрушки, увлекся рисованием и т. д.)

5. Закончите, пожалуйста, любые два предложения:

Я считаю, что эти занятия полезны для моего ребенка, потому что _____

Я считаю, что эти занятия бесполезны для моего ребенка, потому что _____

Я планирую привести ребенка на занятия повторно, потому что _____

Я не планирую привести ребенка на занятия повторно, потому что _____

6. Для детей, пришедших повторно (2-я, 3-я ступени), оцените изменения в поведении вашего ребенка после окончания курса занятий (в каждом утверждении подчеркните нужный ответ):

а) отношения со сверстниками улучшились/ухудшились/остались прежними

б) отношения со взрослыми улучшились/ухудшились/остались прежними

в) поведение в детском саду улучшилось/ухудшилось/осталось прежним

- г) внимание, усидчивость улучшились/ухудшились/остались прежними
 - д) память улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - е) аккуратность улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - ж) сон улучшился/ухудшился/остался прежним
 - з) координация движений улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - и) общий уровень знаний улучшился/ухудшился/остался прежним
 - к) речь улучшилась/ухудшилась/осталась прежней
 - л) появились новые навыки (научился делать то, чего раньше не делал)
- да/нет/затрудняюсь ответить
- м) _____

7. Закончите, пожалуйста, предложение:

Я привел(а) ребенка на занятия повторно, потому что _____

8. Пожелания ведущим и организаторам занятий

ОГЛАВЛЕНИЕ

От автора.....	3
Глава 1. Нейропсихологическая коррекция. Теоретические основы.....	8
1.1. Принципы организации работы центральной нервной системы	10
1.2. Основные закономерности развития психики в норме и патологии	12
1.3. Принцип замещающего онтогенеза.....	22
Глава 2. Программа нейропсихологического сопровождения развития детей младшего дошкольного возраста	26
2.1. Нейропсихологические упражнения в соотношении с тремя функциональными блоками мозга	26
2.2. Требования к программе нейропсихологического сопровождения развития	62
2.3. Структура и примерный план нейропсихологического занятия для детей младшего дошкольного возраста.....	63
Глава 3. Мотивация	77
3.1. Использование подкрепления	78
3.2. Выбор адекватного уровня сложности.....	80
3.3. Соответствие форм работы ведущим потребностям в каждом конкретном возрасте.....	81
3.4. Комфортные психологические условия	81
Глава 4. Возрастные особенности дошкольников.....	84
Глава 5. Нейропсихологическая коррекция в работе с детьми с отклоняющимся развитием	90
Глава 6. Организационные моменты.....	99
Глава 7. Анализ конкретных случаев	103
Заключение	107
Библиографические ссылки	109
Библиографический список	110
Приложения	112

Учебное издание

Малафеева Юлия Валерьевна

ОРГАНИЗАЦИЯ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Учебное пособие

Заведующий редакцией	<i>М. А. Овечкина</i>
Редактор	<i>Т. А. Федорова</i>
Корректор	<i>Т. А. Федорова</i>
Оригинал-макет	<i>Л. А. Хухаревой</i>

Подписано в печать 24.05.2021. Формат 60 × 84^{1/16}.
Бумага офсетная. Цифровая печать. Усл. печ. л. 6,96.
Уч.-изд. л. 5,5. Тираж 30 экз. Заказ 83.

Издательство Уральского университета.
Редакционно-издательский отдел ИПЦ УрФУ
620083, Екатеринбург, ул. Тургенева, 4.
Тел.: +7 (343) 389-94-79, 350-43-28
E-mail: rio.marina.ovechkina@mail.ru

Отпечатано в Издательско-полиграфическом центре УрФУ
620083, Екатеринбург, ул. Тургенева, 4.
Тел.: +7 (343) 358-93-06, 350-58-20, 350-90-13
Факс +7 (343) 358-93-06
<http://print.urfu.ru>



МАЛАФЕЕВА ЮЛИЯ ВАЛЕРЬЕВНА

Старший преподаватель кафедры клинической психологии и психофизиологии Уральского федерального университета. Медицинский психолог (высшая квалификационная категория) Свердловской областной клинической психиатрической больницы, филиал «Детство». Сфера научных интересов — психология развития, клиническая психология.