МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ
И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ «ДОВЕРИЕ»

Н.Г.КИЖАПКИНА

НЕЙРОТЕТРАДЬ ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЖПОЛУШАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ

Курагино, 2025

Нейроупражнения для развитиям межполушарного взаимодействия: сборник практических материалов/Составитель Н.Г.Кижапкина – Курагино, 2025. – 25 с.

В данном сборнике представлен комплекс пальчиковых упражнений, который направлен на развитие взаимосвязей между правым и левым полушарием. Представленные в сборнике нейропсихологические упражнения рассчитаны на комплексную тренировку когнитивных способностей и высших психических функций: внимания, мышления, пространственной ориентировки, координация, зрительно-моторной координации, графомоторных навыков.

Данные упражнения можно использовать воспитателям дошкольных образовательных организаций и учителям начальной школы, педагогам-психологам, учителям-дефектологам, учителям-логопедам как часть занятия или как отдельное занятие в структуре дополнительного образования.

Содержание

Введение	3
Моторика	5
Ритм	6
Сенсорные эталоны	8
Память	10
Логика	11
Графика	12
Двуручная координация	13
Внимание	14
Зрительно-моторная координация	16
Математические представления	19
Шифрование	20
Литература	24

Введение

В сборнике «Нейротетрадь» представлен комплекс упражнений для гармоничного развития высших психических функций. Предложенные для выполнения задания находятся на стыке прикладных разделов нейропсихологии и коррекционной педагогики.

Задания носят как двигательный, так и графический характер. Развитие мозговых структур и функций всегда происходит комплексно и взаимосвязано, именно поэтому так важно развивать не одну конкретную функцию, а общие базовые способности. Только системные многофункциональные тренировки позволят равномерно развиваться всем высшим психическим функциям.

Более того, такой подход позволяет детям с различными доминантными системами и восприятием выполнять задания, опираясь на комфортные для них стимулы. А использование в упражнениях различных анализаторов и двигательных систем позволяет задействовать и активизировать наибольшее количество зон мозга.

Задания подойдут как для детей 5–7 лет с нормотипичным развитием, так и для детей с особенностями и проблемами развития. Заниматься по сборнику можно ребенку, как со специалистом, так и дома с родителями.

В сборнике представлено 13 разделов, в каждом из которых несколько упражнений.

Пусть ваши занятия проходят в удовольствие!

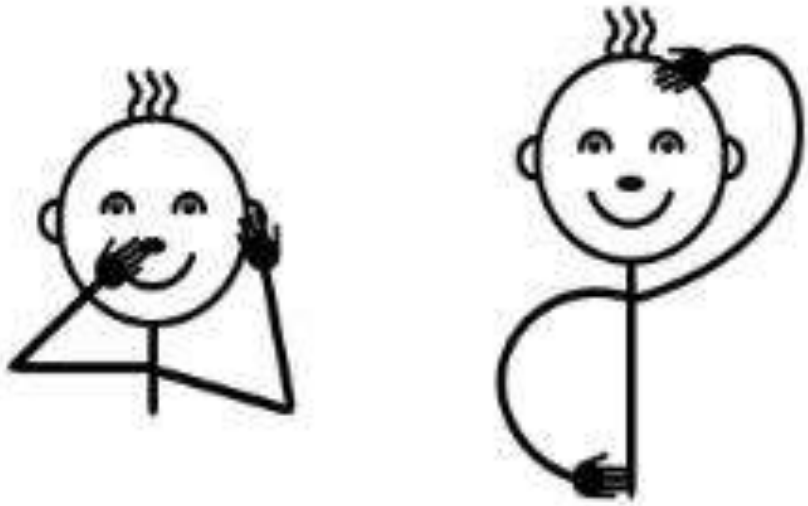
МОТОРИКА

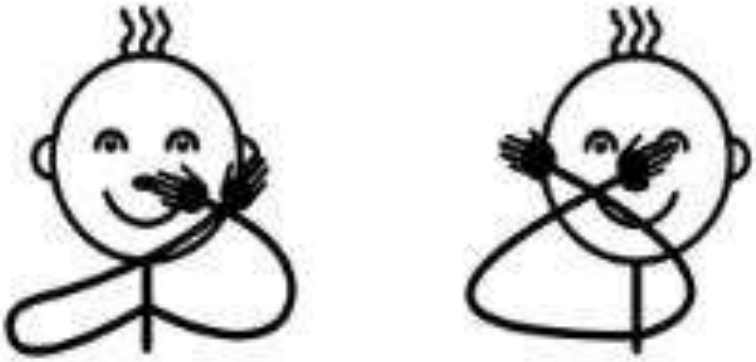
Общая моторика – это широкий спектр базовых движений: ходьба, бег, движения глазами, языком, головой и т.д.

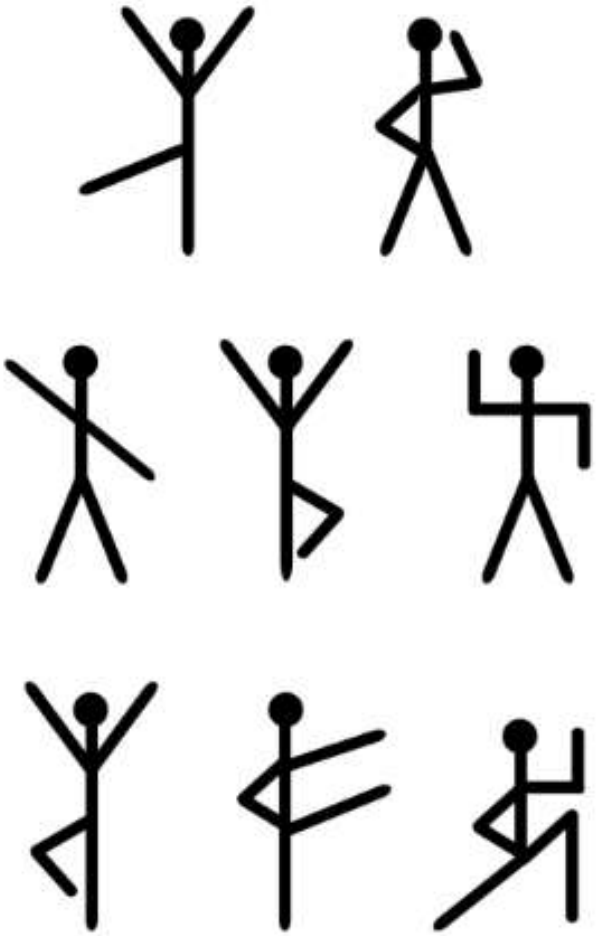
Почему это важно? Совершенствовать общую (крупную) моторику необходимо для более плавных, координированных и легких движений, для более согласованных действий в пространстве и для лучшей активности головного мозга.

Задание: повтори позу.

Для усложнения задание можно выполнять зеркально.







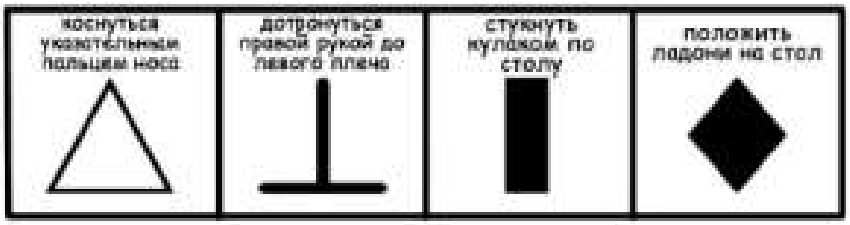
РИТМ

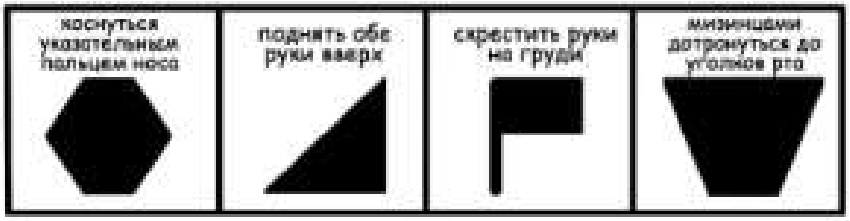
Ритм – это равномерное и точное чередование звуков, движений; выполнение определенной задачи в четкий промежуток времени.

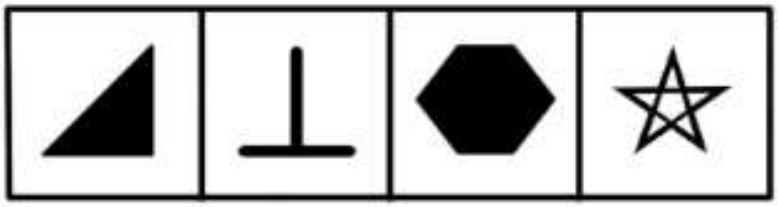
Почему это важно? От чувства ритма зависит развитие речевых навыков ребенка. Слоговая структура слова – это ритм, который нужно освоить и воспроизвести. Темп речи играет важную роль в ее формировании. Ритм это и есть последовательное чередование выделенных элементов речи, имеющих смысловое или выразительное значение.

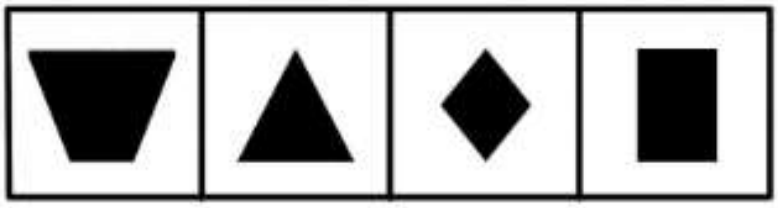
Задание: упражнение выполняется двумя руками. Каждая фигура в схеме обозначает определенное действие. Задача – воспроизвести ритмический рисунок.

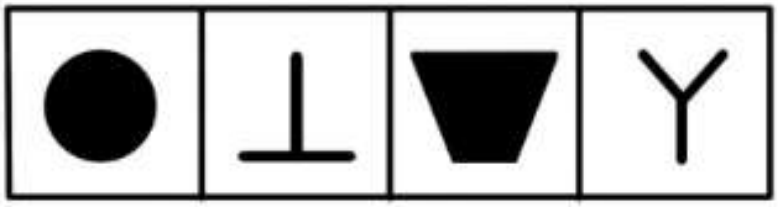
широко развести руки
собрать обе кисти в замок
вытянуть руки перед собой
хлопок в ладоши


коснуться указательными пальцем носа
дотронуться правой рукой до левого плеча
стукнуть кулаком по столу
положить ладони на стол


коснуться указательными пальцем носа
поднять обе руки вверх
скрестить руки на груди
мизинцами дотронуться до уголков рта

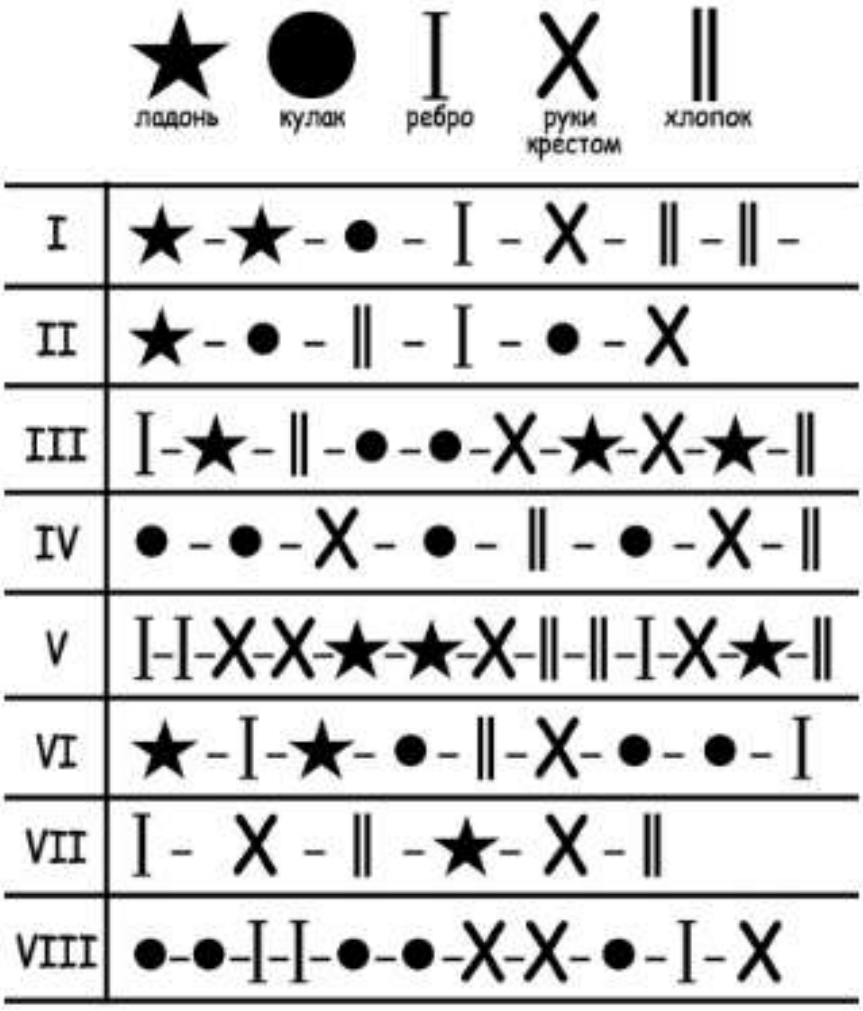






Задание: упражнение выполняется одной рукой, затем другой и только потом двумя руками вместе.

Каждая фигура в схеме обозначает определенное действие. Задача – воспроизвести ритмический рисунок.



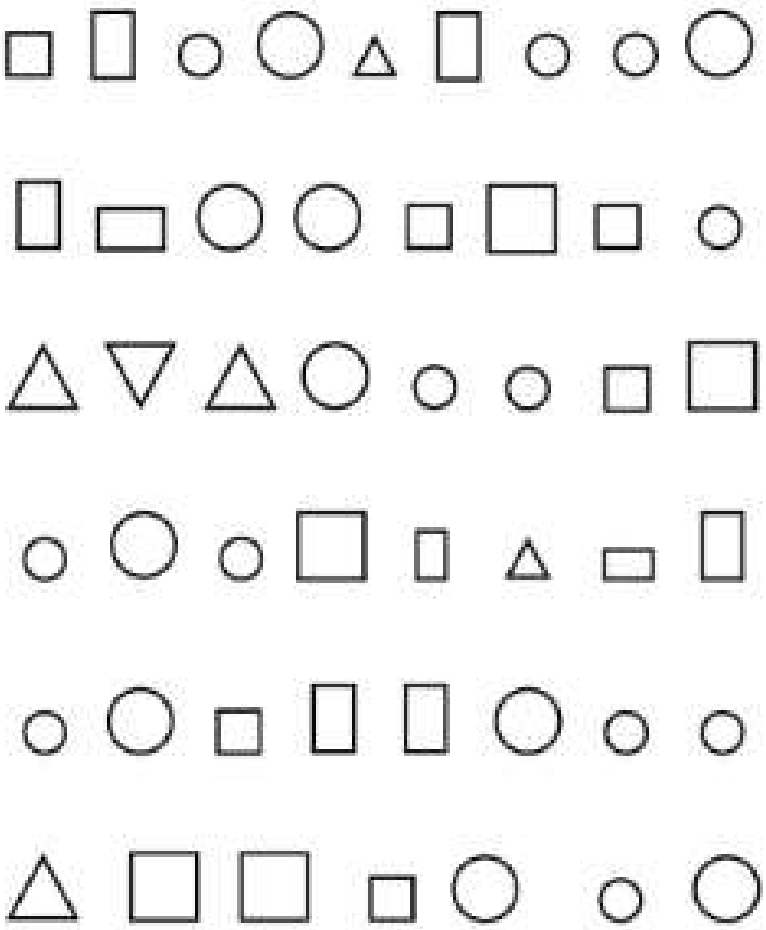
СЕНСОРНЫЕ ЭТАЛОНЫ

Сенсорные эталоны – это образцы и свойства предметов, общепринятые эталоны предметов, такие как форма, цвет, величина и т.д.

Почему это важно? Сенсорное развитие ребенка – это развитие его восприятия и формирование представлений о свойствах предметов и различных явлениях окружающего мира. Необходимо предоставить ребенку

для восприятия как можно больше разнообразных сенсорных впечатлений. А также обучить его перцептивным действиям: осматриванию, выслушиванию, ощупыванию и т.д.

Задание: закрась все маленькие квадраты желтым цветом, большие квадраты – зелёным, маленькие круги – красным и большие круги – синим.



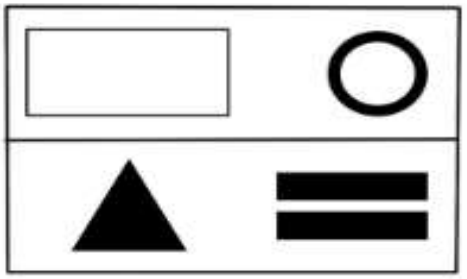
ПАМЯТЬ

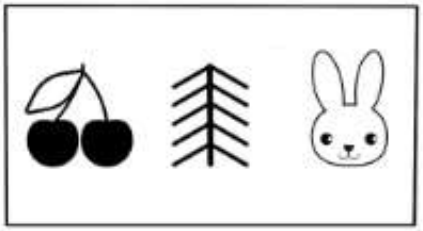
Память – это способность накапливать, хранить и воспроизводить

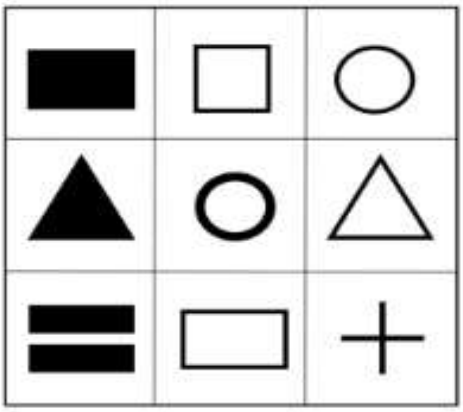
Почему это важно? Память является основой психической деятельности. Без нее невозможно понять основы формирования поведения, мышления, сознания, подсознания. Многими исследователями память характеризуется как «сквозной» процесс, который обеспечивает преемственность психических процессов и объединяет все познавательные процессы в единое целое.

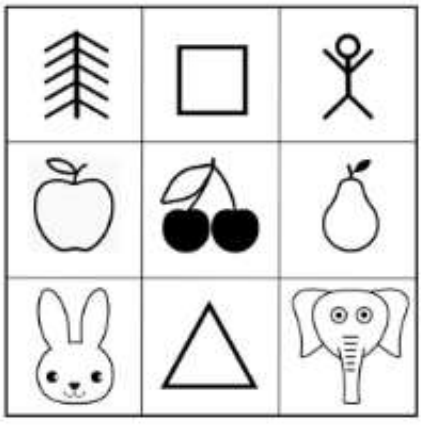
С помощью памяти формируются представления о воспринятых ранее предметах или явлениях. Память позволяет использовать эти понятия в будущих действиях, поведении.

Задание: ребенку предлагается внимательно посмотреть на картинку (верхнюю) в течение нескольких секунд и запомнить изображения. Далее картинку-образец убираем (закрываем картоном или плотной бумагой) и предлагаем ребенку показать или назвать те картинки, которые были в исходном образце.







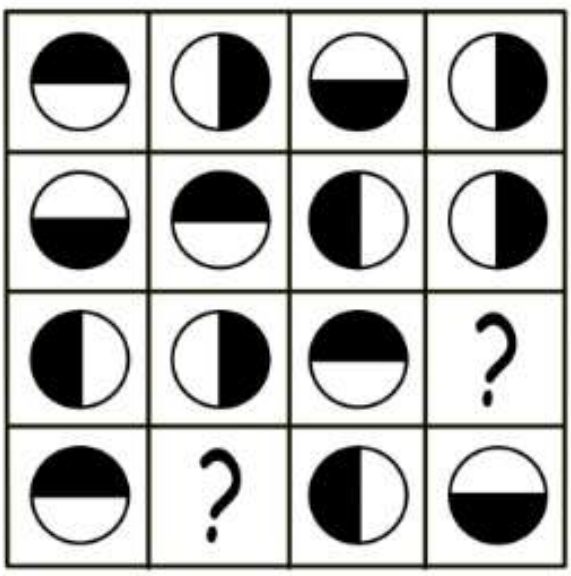


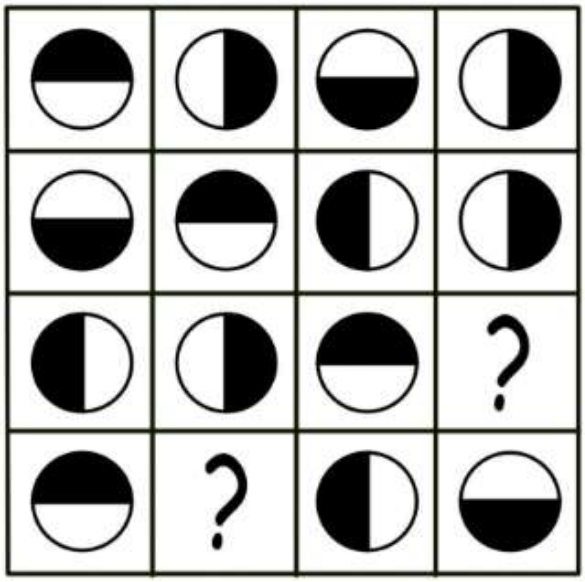
ЛОГИКА

Логика – это системная психическая функция, отображающая объективные законы и управляющая истинными выводами для получения достоверных знаний.

Почему это важно? Опираясь на достоверные данные и анализируя их, мы делаем умозаключения. Основной задачей логики как науки является поиск ответа на вопрос об истинности или ложности умственных рассуждений, умозаключений и выводов, а также об условиях получения правильного знания в результате применения логических операций мышления.

Задание: внимательно посмотри на каждый ряд. В фигурах присутствует определенная закономерность. Какой фигуры не хватает на 3 ряду? В 4 ряду?



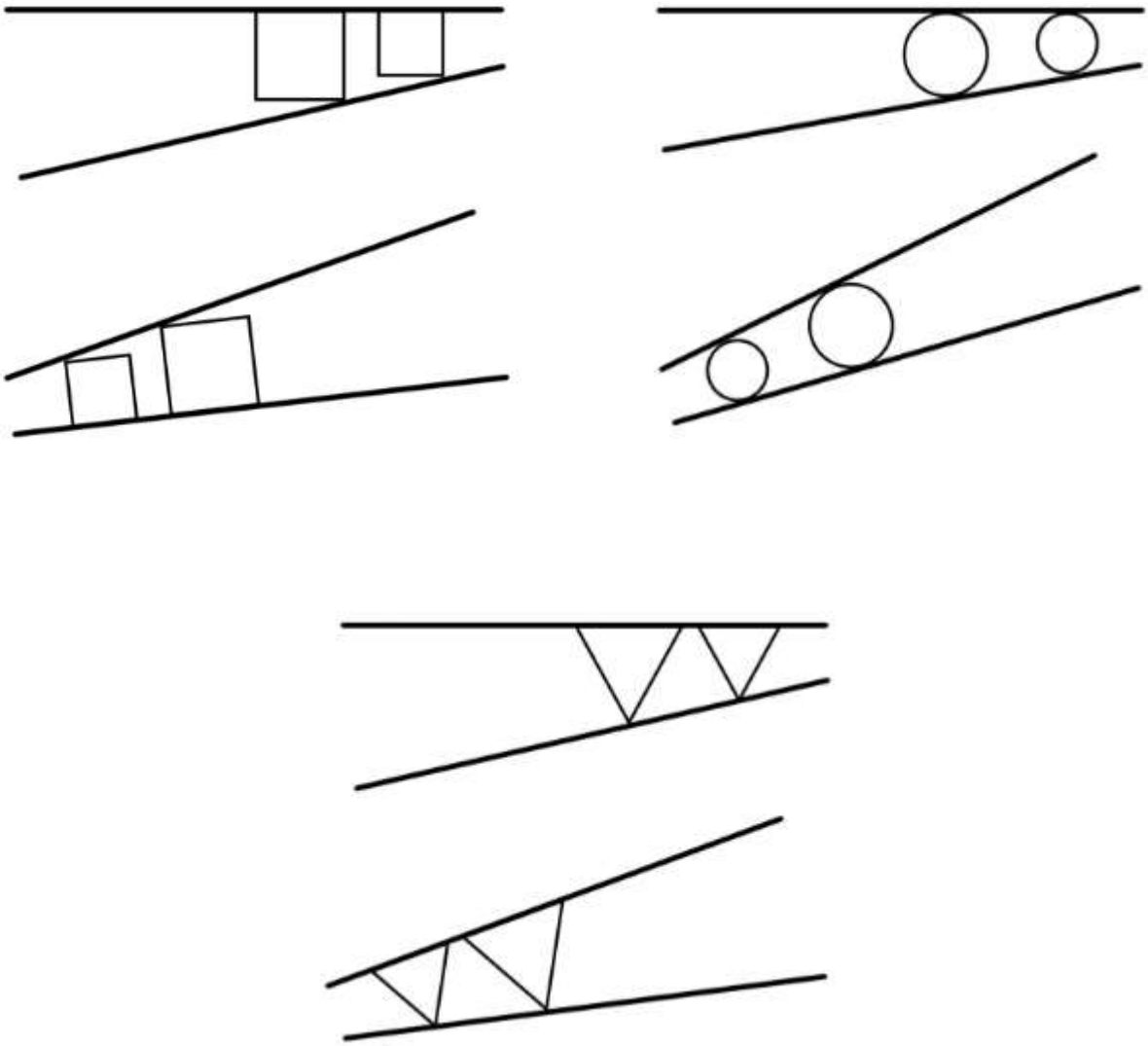


ГРАФИКА

Графика – это совокупность всех средств письменности, владение письменными принадлежностями.

Почему это важно? Графический навык – один из ключевых навыков, который необходим детям при выполнении заданий практически во всех образовательных областях: это и точные науки и творческая деятельность. Это и способность передать свои мысли, эмоции, знания с помощью символов или текста. Кроме того, графическая деятельность напрямую связана с мелкой моторикой, а мелкая моторика – с развитием интеллекта.

Задание: внимательно посмотри на картинки. На какой строке фигуры становятся больше, а на какой меньше? Дорисуй.



ДВУРУЧНАЯ КООРДИНАЦИЯ

Двуручная координация – это способность синхронно и согласованно выполнять определенную двигательную задачу двумя руками.

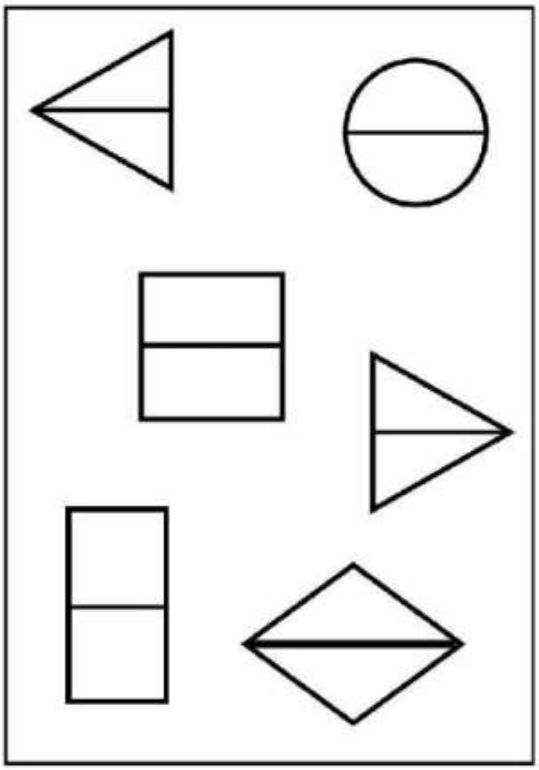
Почему это важно? Двуручная координация требуется в повседневной жизни для совершения простых бытовых актов, а также важна для формирования межполушарного взаимодействия – согласованной работы правого и левого полушария головного мозга.

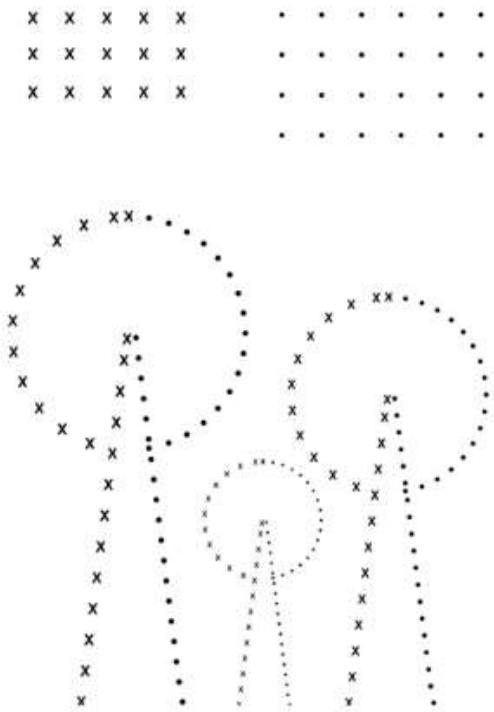
Задание:

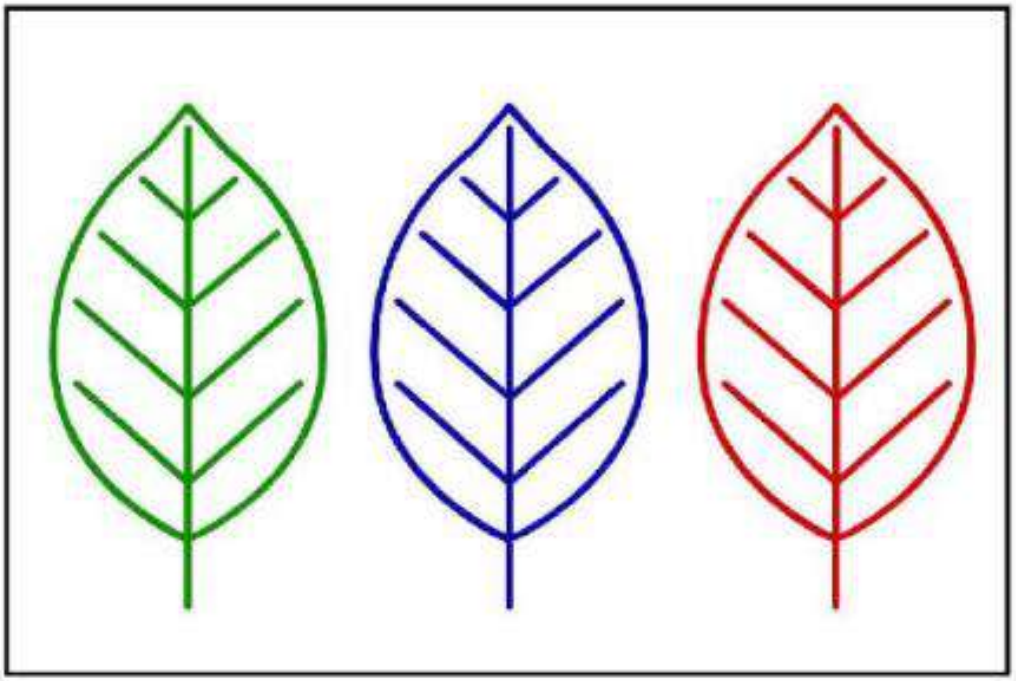
1. Закрась правую половину фигуры красным, а левую – синим цветом. Действуем двумя руками одновременно.

2. Обведи листья двумя руками одновременно: левую половину – левой рукой, а правую – правой. Задание выполняем двумя руками одновременно. Обрати внимание на цвет каждого листочка!

3. Все крестики соедини одной линией левой рукой, а все точки – правой. Задание выполняем двумя руками одновременно.





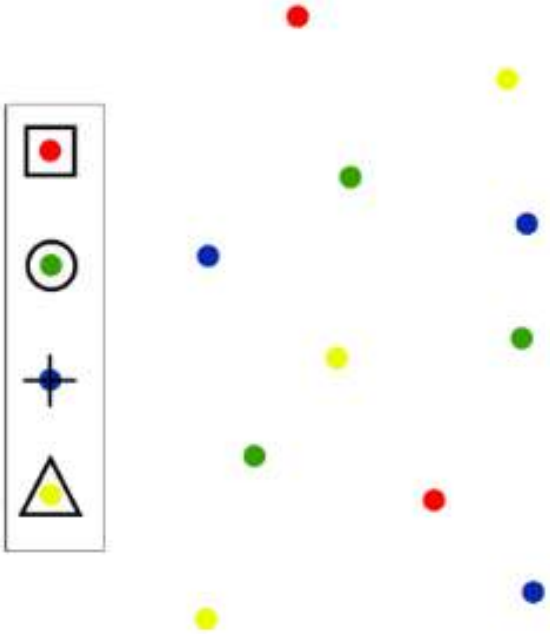


ВНИМАНИЕ

Внимание – это избирательная направленность и сосредоточенность сознания на каком-либо предмете, явлении или действии.

Почему это важно? Без должного уровня внимания невозможно качественно выполнить какое-либо задание, будь это прописи, счет или чистка зубов. Любая деятельность требует от нас определенного уровня сосредоточения в данный конкретный момент времени. Умение контролировать, распределять, переключать внимание – один из важнейших жизненных навыков.

Задание: внимательно посмотри, как обведены или зачеркнуты фигуры в примере. Сделай также со всеми фигурами на поле.



Задание:

Найди одинаковые пары карточек на рис.1 и рис. 2

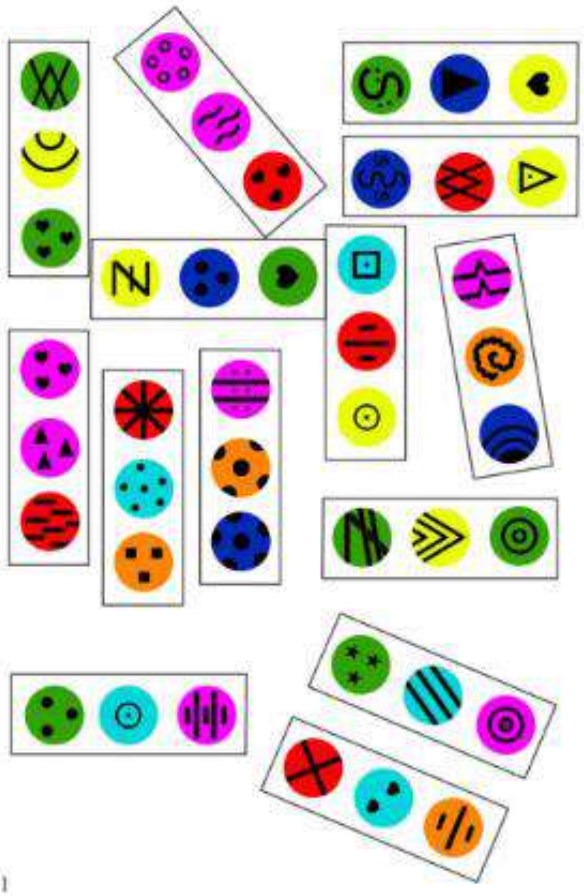


рис. 1

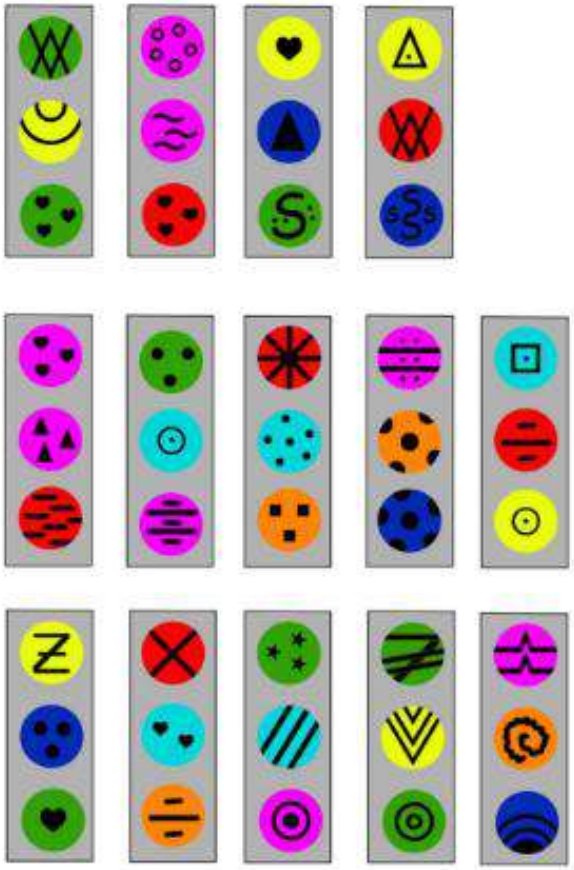


рис. 2

ЗРИТЕЛЬНО-МОТОРНАЯ КООРДИНАЦИЯ

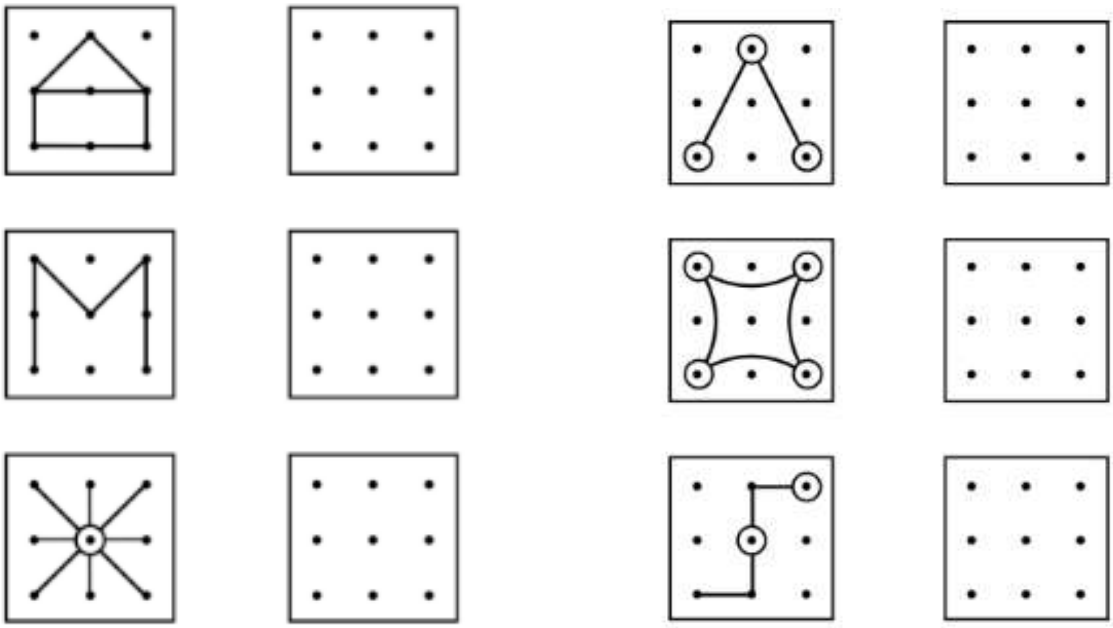
Зрительно-моторная координация – это согласованная работа зрительного анализатора (глаз) и рук при выполнении каких-либо задач, действий.

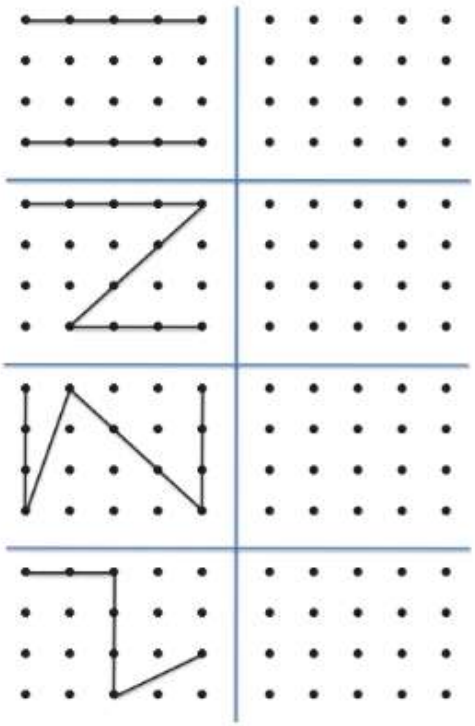
Почему это важно?

При выполнении графических заданий, а также бытовых действий важна не только сформированность моторики и функциональность зрительного анализатора, а их согласованная работа. Возможность оценить на глаз расстояние, размер, направление и правильно передать, обработать и воспроизвести сигнал. Зрительно-моторная координация касается не только правильного выполнения графических заданий в школе, она обеспечивает и

процесс ходьбы, приема пищи, умывания, одевания и других бытовых навыков.

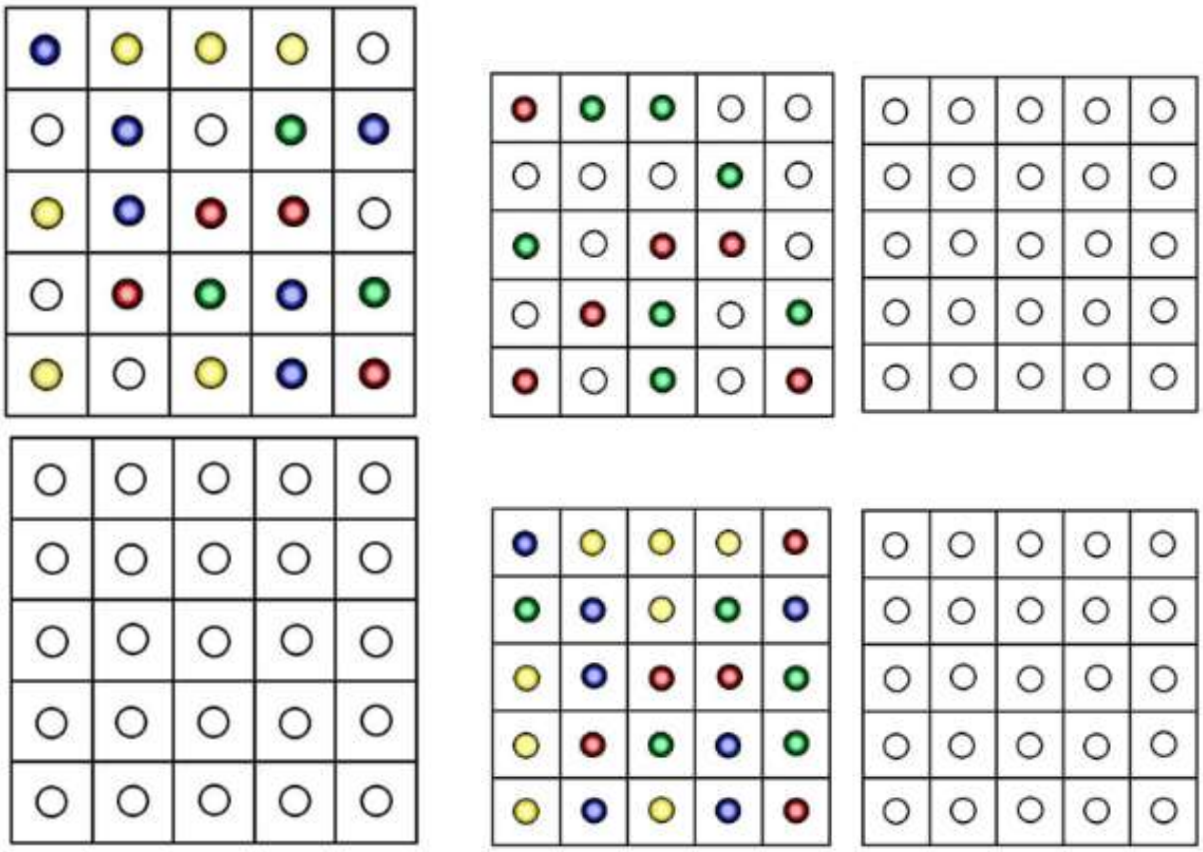
Задание: внимательно посмотри на фигуры слева. Тебе нужно будет начертить такие же фигуры справа. Сначала отметь точки, а уже потом соедини их линией.





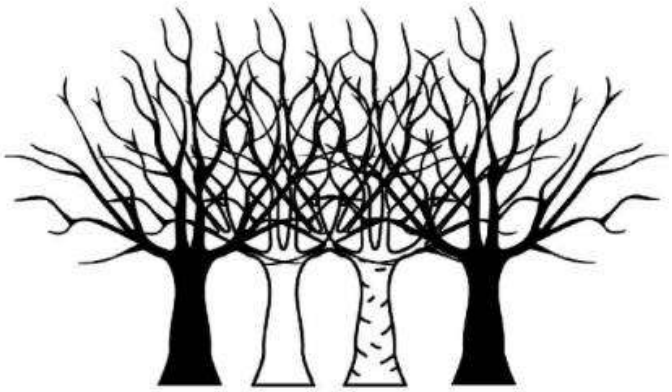
Задание: закрась круги, как в примере.

Соедини линиями круги одинаковых цветов.



Задание:

Нарисуй на ветках березы – листья; на ветках белого дерева – груши; на ветках чёрных деревьев – яблоки.



МАТЕМАТИЧЕСКИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

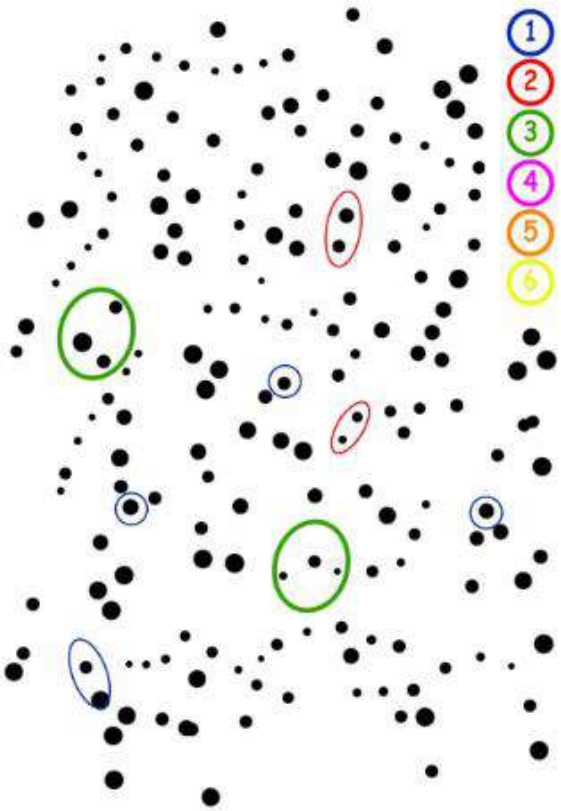
Математические представления – это элементарные знания о величине, форме, пространстве, времени, количестве, их отношениях и свойствах, необходимые для успешного развития у ребенка научных и житейских понятий.

Почему это важно?

Все то, что нас окружает, основывается на математических представлениях, они используются повсеместно. Практически любой социально-бытовой навык требует определенного уровня сформированности математических представлений. Ии именно эти представления можно назвать жизненно важными компетенциями.

Задание:

Обведи в овал несколько точек (от 1 до 6). Обрати внимание, что у каждой цифры свой цвет. Так, одну точку мы обведем, синим цветом, три – зеленым, а шесть – желтым.



Задание:

Найди одинаковые цифры и соедини их линией.

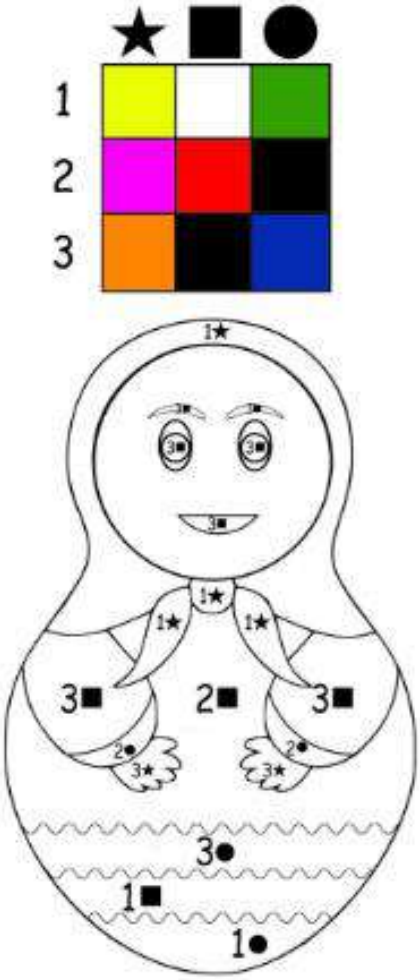
ШИФРОВАНИЕ

Шифрование – это преобразование информации из одного вида в другой с целью получения определенного результата.

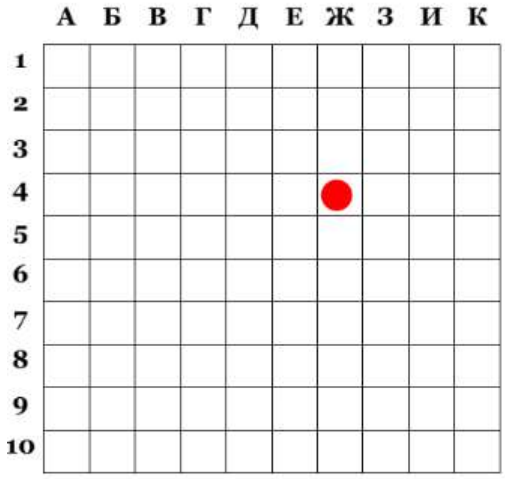
Почему это важно? В мире, который нас окружает, информация не всегда представлена в готовом виде, проста и понятна для восприятия. Для решения некоторых задач требуется совершить ряд мыслительных операций. Умение разгадать, расшифровать имеющуюся информацию в том числе.

Задание:

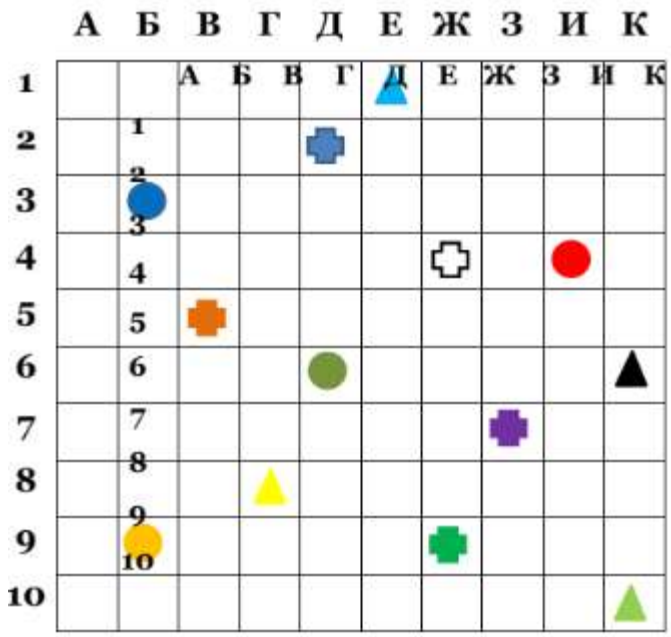
Пользуясь квадратным полем с цифрами по вертикали и фигурами по горизонтали, определи, каким цветом нужно закрасить определенные фрагменты матрешки. На пересечении цифры и фигуры ты найдешь необходимый цвет.На самой матрешке уже представлены ключи к шифровке. Например, 3 и квадрат – это черный цвет и т.д.

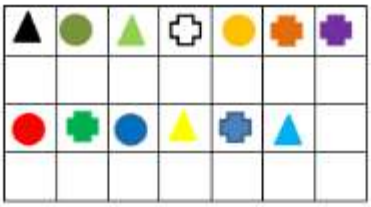


Задание: задание выполняется по словесной инструкции. Педагог (родитель) называет ячейку, например Ж 4, а ребенок в этой ячейке ставит символ (цифра, буква или любой другой символ, доступный для ребенка).



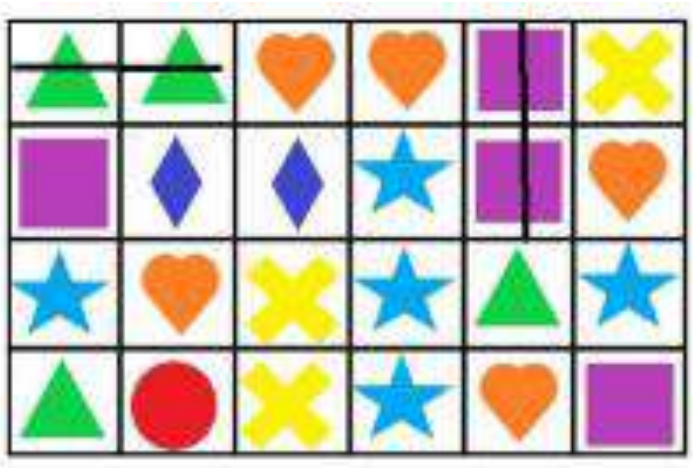
В этом варианте ребенок сам должен расшифровать координаты ячеек с символами и выписать их.



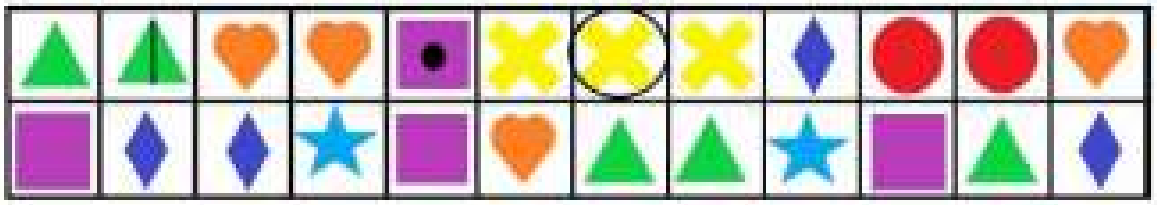


Упражнение направлено на развитие зрительной координации, внимания, переключаемости, формирования и дифференциации сенсорных эталонов, совершенствование графомоторой функции.

Вариант 1: Найди в таблице парные (одинаковые) фигуры. Вычеркни их одной чертой.



Вариант 2: В каждом квадрате поставь точку, каждый треугольник раздели одной вертикальной чертой пополам, а каждый крестик обведи в круг.



Литература

Ахутина Т. В. Нейропсихология индивидуальных различий детей как основа использования нейропсихологических методов в школе / I Международная конференция памяти А. Р. Лурия. Сб. докладов /Под ред. Е. Д. Хомской, Т. В. Ахутиной. – М.: РПО, 1998, с. 201–208.

Ахутина Т. В. Нейропсихологический подход к диагностике и коррекции трудностей обучения письму / Современные подходы к диагностике и коррекции речевых расстройств. – СПб.: СПбГУ, 2001, с. 195 – 213.

Потанина А. Ю., Соболева А. Е. Комплексный подход к коррекционно-развивающему обучению детей младшего школьного возраста /Актуальные проблемы педагогической практики. – СПб.: «Акционер и К.», 2004, с . 275 – 281.

Пылаева Н. М. Опыт нейропсихологического исследования детей 5–6 лет с задержкой психического развития // Вестник МГУ. Сер. 14. Психология, 1995, № 3, с. 37–45.

Семенович А. В., Умрихин С. О., Цыганок А. А. Нейропсихологический анализ школьной неуспеваемости среди учащихся массовых школ /Журнал ВНД, 1992, т. 42, с. 655–663.

Цветкова Л. С. Методика диагностического нейропсихологического обследования детей. – М.: МГУ, 1998.

Кижапкина Наталья Георгиевна

Нейротетрадь для развития межполушарного взаимодействия

Сборник практических материалов