Скорочтение, мнемоника и координация: 6 упражнений для развития детского мозга

учитель-логопед Нозикова Е.В.

«Я могу! У меня получилось! Я выполнил быстрее всех! Я чемпион!» Эти установки — самая прямая и скоростная магистраль к успеху в образовании. Гордость от достижений, здоровое удовольствие от усилий и результатов — лучший стимул. Обеспечить ребёнку фору в этом спринте помогут техники нейропсихологии.

Нейропсихология — молодая отрасль психологии, наука о связи деятельности мозга и психических явлений. В сфере обучения с помощью простых и доступных приёмов нейропсихология помогает «научить» мозг работать определённым образом: быстрее и с лучшими результатами. Особенно эффективны комплексные методики обучения с нейропсихологическими приёмами: они развивают психические процессы, формируют учебные навыки, мотивируют.

Нейропсихологические техники помогают как в полноценной коррекции трудностей обучения, так и в развитии интеллектуального потенциала детей.

Ориентируемся в информации

Мы живём в мире, который стремительно ускоряется с каждым годом. К счастью, скорость мышления и реакции, способность быстро понимать, запоминать и анализировать можно тренировать. Лучше всего для этого подходят игры. Вот несколько игровых упражнений для детей от 5 лет.

Таблица Шульте

Таблица Шульте — таблица из случайно расположенных цифр и букв. Упражнения с ней развивают периферическое зрение, память и скорость обработки информации.

11	5	5	2	7
2	6	8	9	9
11	3	●	12	4
1	8	10	12	1
6	3	7	10	4

Пример таблицы Шульте

Глядя на точку в центре таблицы, называйте по порядку все числа.
Не бегайте глазами по ячейкам, используйте боковое зрение. Увеличивайте скорость выполнения от 30 секунд до 8–10 секунд.

Игра «Рисуем двумя руками»

Обводите по контуру фигурку животного сразу двумя руками. Можно обводить пальцами, а можно карандашами или ручками. Упражнение тренирует межполушарное взаимодействие и улучшает динамику познавательных процессов.

Тренируемся читать и писать

Согласно исследованиям, более 40% младших школьников имеют трудности в обучении и усвоении школьной программы. В подавляющем большинстве случаев неуспеваемость не связана с отставанием в развитии или другими органическими причинами. Однажды столкнувшись с трудностями, ребёнок не получает инструментов для их решения: весь класс уходит по программе дальше, а «непонятности» растут как снежный ком. На помощь родителям и педагогу вновь приходят игры.

Игра «Текст за шторкой»

Читаем текст и закрываем прочитанное «шторкой» (листом бумаги). Вести её нужно достаточно быстро, чтобы было ощущение, что текст сейчас закроется. С каждым занятием скорость ведения «шторки» немного увеличиваем. Упражнение помогает избавиться от регрессии — повторного чтения одного и того же текста.

да	го	од	хо	ло
ша	рё	ос	ел	пу
мя	ед	че	ду	то
ва	уш	ба	ню	лу
им	ли	шу	це	че
дар	год	ода	ход	лоб
шах	рёв	оса	еле	пуд
мяч	еда	чем	дух	том
вал	уши	бал	нюх	луч
имя	лис	шум	цех	чех

Л. Н. Толстой

ВОЛК И КОЗА

Волк видит — коза пасётся на каменной горе, и нельзя ему к ней подобраться; он ей и говорит:

— Пошла бы ты вниз: тут и место поровнее, и трава тебе для корма много слаще.

А коза и говорит:

— Не за тем ты, волк, меня вниз зовёшь, — ты не об моём, а о своём корме хлопочешь.

Игра «Лабиринт»

Ребёнок должен искать путь в лабиринте только глазами, не указывая карандашом или пальцем. Лабиринты помогают сосредотачиваться и удерживать внимание, тренируют память, развивают пространственную ориентацию. В результате ребёнок легко «сканирует» тексты, находит ответы на вопросы, выделяет главную мысль.

Упражнения на координацию

Часто встречается такая несогласованность: мозг работает быстрее, чем рука, что приводит к ошибкам, недописыванию слов или перестановкам букв, слогов. Почерк становится неразборчивым, либо наоборот письмо очень медленное, хотя и аккуратное. Всё дело в слабой межполушарной связи, низком уровне самоконтроля и произвольности движений из-за задержки развития лобных долей коры головного мозга. Эту особенность вполне можно корректировать подобными упражнениями.