

УДК 373.3

АКТУАЛИЗАЦИЯ ПОТЕНЦИАЛА НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Разливинских И.Н., Стерхова Н.С., Милованова Л.А., Королева Л.А.

*ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет», Шадринск,
e-mail: Razlivinskikh@yandex.ru, uliana@shadrinsk.net, milovanova-45@mail.ru, koroleva.leda@inbox.ru*

В статье актуализируется проблема устранения трудностей в обучении в начальной школе («никак не могу вспомнить», «уже забыл», «не могу выучить» (проблема с памятью); «нечаянно пропустил», «не заметил» (проблема с вниманием); «не понял» (проблема с мышлением, скоростью обработки информации); «не могу представить» (проблема с воображением) и т.д.). Авторами предлагается использование потенциала упражнений нейропсихологического характера для нивелирования и профилактики данных трудностей, а также выявляется связь применения упражнений данного вида с успешным формированием универсальных учебных действий младшего школьника. Результатом систематизации материалов накопленного психолого-педагогического фонда стала разработка банка методической поддержки педагогов, содержащего комплекс нейропсихологических упражнений, ориентированных на преодоление отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также на устранение трудностей в обучении в начальной школе. Авторами показано, что применение педагогами упражнений данного типа становится возможным в образовательном процессе начальной школы в ходе реализации различных предметных областей ФГОС НОО во время урочной и внеурочной деятельности. Разработка структуры и содержательного наполнения компонентов (блоков) предлагаемого банка методической поддержки педагогов нацелена на двойной результат: 1) результат психического характера – предупреждение и преодоление отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также устранение трудностей, с которыми дети сталкиваются в процессе обучения; 2) результат образовательного характера – более успешное формирование универсальных учебных действий учащихся первой образовательной ступени.

Ключевые слова: младший школьник, трудности в обучении, нейропсихологические упражнения, учитель начальных классов, банк методической поддержки педагогов

ACTUALIZATION OF THE POTENTIAL OF NEUROPSYCHOLOGICAL EXERCISES IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF PRIMARY SCHOOL

Razlivinskikh I.N., Sterkhova N.S., Milovanova L.A., Koroleva L.A.

Shadrinsk State Pedagogical University, Shadrinsk,

e-mail: Razlivinskikh@yandex.ru, uliana@shadrinsk.net, milovanova-45@mail.ru, koroleva.leda@inbox.ru

The article actualizes the problem of getting rid of learning difficulties in elementary school (“I can’t remember”, “I’ve already forgotten”, “I can learn” (memory problem); “accidentally lost”, “I didn’t notice” (annotation problem); “I didn’t understand” (problems with thinking, information processing speed); “I can’t imagine” (problems with imagination), etc.). The authors propose to use the possibilities of neuropsychiatric exercises to level and prevent these difficulties, and also show the connection between the use of exercises of this type in the successful formation of universal educational actions of a younger student. The result of the systematization of the materials of the accumulated psychological and pedagogical fund is the development of a bank of methodological support for teachers, including a set of neuropsychiatric exercises aimed at overcoming deviations and disorders in the development of mental functions in children, as well as the elimination of learning difficulties in elementary school. The authors show that the use of exercises of this type by teachers becomes possible in the educational process of primary classes when implementing various subject areas of the Federal State Educational Standard during regular and extracurricular activities. The development of the structure and content of the components (blocks) of the proposed methodological support bank for teachers is aimed at double by: 1) due to the nature of psychological prevention and overcoming of deviations and disorders in the development of mental functions in children, as well as the elimination of difficulties faced by children in the learning process; 2) due to the educational nature of a more successful formation of universal educational actions of students of the first educational stage.

Keywords: primary school student, learning difficulties, neuropsychological exercises, primary school teacher, teachers' methodological support bank

В условиях современности, для которой характерна интенсивная информатизация всех сфер образования, стремительно растет количество школьников, испытывающих трудности в обучении. Если раньше причинами неуспеваемости, как правило, являлись недостатки воспитания и неблагополучная социальная среда, то сейчас мно-

гие дети из вполне благополучных семей не отличаются хорошей успеваемостью.

В то же время отдельные дети начинают активно говорить в год, а в четыре уже осваивают навык чтения, а некоторые, учась в школе, не умеют читать по слогам, путают или вообще с трудом узнают буквы. Такие проблемы возникают как у детей с опреде-

ленным диагнозом, так и у абсолютно здоровых ребят. Приходя в школу, большинство детей хотят учиться и имеют желание стать хорошими учениками. Однако, как только они сталкиваются с большими объемами информации и непомерным количеством домашних заданий, их желание пропадает. Наиболее частой причиной подобного явления может являться недостаточная сформированность некоторых отделов головного мозга. Ребёнок может быть абсолютно здоровым физически и умственно, но его мозг, который ещё развивается, не справляется со школьной нагрузкой.

Многолетний опыт ученых и результаты различных исследований свидетельствуют о том, что для работы с детьми в этом возрасте характерна продуктивность, так как мозг ребёнка находится в стадии интенсивного формирования. Развитие каждой психической функции имеет свою программу, причем разные функции развиваются в разное время, гетерохронно [1, с. 292], что вызывает необходимость психолого-педагогической помощи, заключающейся в применении коррекционно-развивающих методов как для детей, не успевающих в школе из-за отставания в развитии отдельных психических функций, так и для детей, склонных к эмоциональному выгоранию, справляющихся со школьной программой в ущерб своему здоровью. Признаками необходимости подобной помощи являются высказывания детей типа: 1) «никак не могу вспомнить», «уже забыл», «не могу выучить» (*проблема с памятью*); 2) «нечаянно пропустил», «не заметил» (*проблема с вниманием*); 3) «не понял» (*проблема с мышлением, скоростью обработки информации*); 4) «не могу представить» (*проблема с воображением*) и т.д.

Для нивелирования и профилактики указанных проблем в образовательном процессе начальной школы важно использовать упражнения нейропсихологического характера. Чтобы работа носила комплексный характер и одновременно была направлена на развитие различных психических процессов ребенка, необходима разработка банка методической поддержки педагогов, содержащего комплекс нейропсихологических упражнений, ориентированных на преодоление отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также на устранение трудностей в обучении в начальной школе.

Материалы и методы исследования

Нейропсихологические упражнения стали предметом изучения таких ученых, как Н.Т. Колесник, Е.А. Орлова [2], Н.К. Кор-

сакова, Ю.В. Микадзе, Е.Ю. Балашова [3], Ю.В. Микадзе [4] и др. Рассматривая определение понятия «нейропсихологические упражнения», ученые трактуют его в большинстве случаев как совокупность методов, ориентированных на преодоление отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также на устранение трудностей в обучении [2; 3].

Функции данных методов разнообразны: 1) развитие концентрации внимания, координации, умения чувствовать своё тело; памяти, мелкой и общей моторики, умения ориентироваться в пространстве; 2) активизация мыслительных процессов и речи; 3) работа над гармоничным взаимодействием полуширий; эмоциональной устойчивостью, повышением внимания и т.д. [4, с. 28].

Говоря о классификации рассматриваемых методов, следует отметить: результаты исследований ученых демонстрируют выделение двух больших групп: 1) упражнения нейропсихологической коррекции, связанные с двигательной активностью; 2) упражнения нейропсихологической коррекции, связанные с когнитивной активностью [3]. Для каждой из данных групп характерен соответствующий набор упражнений.

Следующим шагом исследования является рассмотрение ключевых понятий исследования.

Опираясь на определение понятия «банк методической поддержки», сформулированное И.Н. Разливинских [5, с. 6], в качестве такового мы предлагаем рассматривать упорядоченную совокупность данных, позволяющих организовать определенным образом различные виды образовательной деятельности с целью повышения её эффективности. Предлагаемый нами банк методической поддержки педагогов представляет упорядоченную совокупность данных, содержащую сконструированное определенным образом сочетание нейропсихологических упражнений, ориентированных на одновременное развитие, преодоление отклонений и нарушений в протекании психических процессов у младших школьников, а также на устранение трудностей в процессе обучения в начальной школе.

Структура Банка выстроена нами с учетом бинарной направленности предлагаемых для использования двух групп упражнений [3] и включает два блока: 1 блок – нейропсихологические упражнения, связанные с двигательной активностью; 2 блок – нейропсихологические упражнения, связанные с когнитивной активностью.

Содержание разрабатываемого Банка выстраивается с учетом ориентации на 1) положение о том, что различные психиче-

ские процессы детей имеют свою программу и развиваются гетерохронно [1, с. 293]; 2) преодоление отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также на устранение трудностей в обучении в начальной школе (снижение учебной мотивации, школьная дезадаптация, неспособность усвоения школьного материала и т.д.); 3) дополнительное использование к актуальным учебно-методическим комплектам; 4) развитие образовательных результатов, осуществляющее педагогом в начальной школе в рамках определённой предметной области согласно ФГОС НОО [6].

Реализация выделенных блоков нейропсихологических упражнений учителями начальной школы осуществляется во взаимосвязи и взаимообусловленности и в итоге имеет двойной результат: 1) психологического характера – способствует

преодолению отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также устранению трудностей, с которыми дети сталкиваются в процессе обучения; 2) образовательного характера – обеспечивает более успешное формирование универсальных учебных действий младшего школьника (личностных, предметных, метапредметных УУД (познавательных, коммуникативных, регулятивных)).

Результаты исследования и их обсуждение

Разработанный нами банк методической поддержки педагогов, содержащий комплекс нейропсихологических упражнений (НПУ), графически представлен в табл. 1.

Из табл. 1 хорошо видна структура банка методической поддержки педагогов, содержащего комплекс нейропсихологических упражнений (НПУ).

Таблица 1

Банк методической поддержки педагогов,
содержащий комплекс нейропсихологических упражнений (НПУ)

БЛОК I. НПУ, связанные с двигательной активностью	M1. Формирование правильного дыхания Упражнения: «Часики», «Насос», «Регулировщик», «Ладошки», «Водолаз»	Образовательные результаты Личностные УУД (например, мотивация к познанию и обучению).
	M2. Повышение жизненного тонуса Упражнения: «Ушки», «Мытье головы», «Домик»	Метапредметные УУД (например, универсальные коммуникативные действия – общение, совместная деятельность – презентация; универсальные регулятивные действия – самоконтроль)
	M3. Снятие мышечных зажимов Упражнения: «Штангист», «Подсолнушек», «Не хочу кашу», «Крепкая опора», «Замок»	
	M4. Развитие сенсомоторных процессов <i>Глазодвигательные упражнения:</i> «Пальминг», «Вращаем глазками», «Слежение», «Восьмёрки», «Расстояние». <i>Упражнения на сочетание движений правой и левой половины тела:</i> «Цыганочка», «Рисование обеими руками», «Часы», «Обезьянка», «Птенчики»	
	M5. Развитие кинетических процессов Упражнения: «Прыгуны», «Катись мяч»	
БЛОК II. НПУ, связанные с когнитивной активностью	M6. НПУ на развитие внимания Упражнения: «Корректор», «Найди цифру», «Копировальщики», «Шифровки», «Запрещенная буква», «Выполни по образцу»	Образовательные результаты Личностные УУД (например, готовность обучающихся к саморазвитию; мотивация к познанию и обучению).
	M7. НПУ на развитие памяти Упражнения: «Восстанови порядок», «Вспомни пару», «Всё помню», «Цифровая таблица»	Метапредметные УУД (например, универсальные познавательные УУД – базовые логические действия, работа с информацией).
	M8. НПУ на развитие мышления Упражнения: «Вставь недостающее слово», «Проведи аналогию», «Говори наоборот», «На что это похоже», «Догадайся сам»	Предметные УУД – действия по получению, преобразованию и применению нового знания
	M9. НПУ на развитие речи Упражнения: «Лопатка», «Иголочка», «Качели», «Улыбка», «Зaborчик», «Трубочка», «Хоботок», «Бублик», «Играем со словом»	



Rис. 1. Нейропсихологические двигательные упражнения

Далее представим характеристику и методику применения нейропсихологических упражнений, входящих в каждый из выделенных блоков, в образовательном процессе начальной школы. Итак, *первый блок – комплекс нейропсихологических упражнений, связанных с двигательной активностью* – включает пять модулей: М1 – дыхательная гимнастика – ориентирован на формирование правильного дыхания; М2 – самомассаж – нацелен на повышение жизненного тонуса; М3 – предназначен для снятия мышечных зажимов; М4 – обеспечивает развитие сенсомоторных процессов; М5 – повышает уровень развития кинетических процессов (рис. 1).

Включение данного блока в банк методической поддержки педагогов, содержащий комплекс нейропсихологических упражнений (НПУ), вызвано тем, что движение – неотъемлемое условие успешного психофизического и психофизиологического развития ребёнка. Именно от уровня развития двигательных функций зависит большинство составляющих жизни ребенка [7, с. 15]. Для демонстрации зависимости различных составляющих жизни ребенка от уровня развития двигательных функций приведем следующие примеры: правильно развивающееся зрительное восприятие зависит от качества движения глаз и головы; уровень развитости мышц речевого аппарата предопределяет правильное звукопроизношение и внятность речи; от сформированности движений различных частей тела, например руки, зависит любая ручная работа, письмо и многое другое.

Несвоевременное обращение взрослыми внимания на двигательные нарушения у ребенка впоследствии приводит к следующим трудностям в обучении: снижение продуктивности учебного труда (увеличение количества ошибок); ослабление внутреннего торможения (рассеянность внимания); ухудшение регуляции физиологических функций (нарушение координации дви-

жений). Кроме того, педагогу начальных классов следует обязательно помнить, что грамотный подход к обучению детей упражнениям двигательной коррекции обеспечит им в дальнейшем развитие отдельных психических функций, успешное освоение ФГОС НОО и сохранение своего здоровья.

Комплекс нейропсихологических упражнений (НПУ), применяемых для двигательной коррекции, способствует стимуляции развития как уже сформированных двигательных функций, так и функций, не имевших возможности ранее сформироваться правильно.

Паспорт данных нейропсихологических упражнений мы предлагаем в табл. 2, где нами представлена краткая характеристика сути и последовательность проведения нейропсихологических упражнений (НПУ) первого блока банка методической поддержки педагогов начальной школы в образовательном процессе начальной школы. В ходе изложения материалов данной таблицы мы акцентировали внимание на том, что применение рассмотренных упражнений будет целесообразным и оправданным как на уроках, так и во внеурочной деятельности с младшими школьниками.

Вторым блоком предлагаемого нами банка методической поддержки педагогов является комплекс нейропсихологических упражнений, связанных с когнитивной активностью. Данный блок включает четыре модуля: М6 – ориентирован на развитие внимания; М7 – нацелен на повышение уровня развития памяти; М8 – предназначен для активизации мыслительных процессов и развития мышления в целом; М9 – обеспечивает развитие речи (рис. 2).

Включение данного блока в банк методической поддержки педагогов, содержащий комплекс нейропсихологических упражнений (НПУ), вызвано тем, что когнитивная (познавательная) коррекция всех высших функций головного мозга (па-

мяти, мышления, внимания, речи и т.д.) в младшем школьном возрасте необходима для развития логических способностей и познавательных структур личности. В связи с этим в комплекс НПУ, связанный с когнитивной активностью, мы включили упражнения на развитие внимания (М6), памяти (М7), мышления (М8), речи (М9). Комплекс НПУ, используемых для когнитивной коррекции, обеспечивает стимуляцию развития как достаточно сформированных

когнитивных функций, так и познавательных функций, сформированных достаточно слабо.

Составленный нами Паспорт данных нейропсихологических упражнений представлен в табл. 3, где отражены суть и методика проведения нейропсихологических упражнений второго блока банка методической поддержки педагогов начальной школы в образовательном процессе начальной школы.

Таблица 2

Паспорт нейропсихологических упражнений (НПУ) первого блока
банка методической поддержки педагогов начальной школы

Краткая характеристика НПУ	Методика проведения НПУ
<p>Дыхательная гимнастика – совокупность дыхательных упражнений, которые способствуют формированию правильного дыхания. Правильное дыхание улучшает самочувствие, общее состояние, успокаивает и повышает концентрацию внимания. Такие упражнения стимулируют сердечно-сосудистую и нервную системы, активизируют работу мозга, способствуют саморегуляции поведения и т.д.</p>	<p>Для дыхательной гимнастики на уроках и во внеурочной деятельности можно использовать следующие нейропсихологические упражнения:</p> <p>«Часики»: Необходимо встать прямо, ноги врозь. Произносить «тик-так» на выдохе, размахивая прямыми руками вперед и назад. Можно повторить 10–12 раз.</p> <p>«Насос»: Исходное положение – встать прямо, ноги вместе, руки опустить вдоль туловища. Произвести вдох с наклоном туловища в сторону. Выдох, руки скользят по туловищу, при этом громко произносить звук «с-с-с-с». Выпрямление – вдох, наклон в другую сторону. Можно повторить 6–8 раз.</p> <p>«Регулировщик»: Исходное положение – встать, ноги на ширине плеч, правая рука поднята вверх, левая отведена в сторону. Произвести вдох, затем поменять положение рук, при этом выполняя выдох с произношением звука «р-р-р». Можно повторить 4–5 раз.</p> <p>Дыхательные упражнения можно выполнять дома</p>
<p>Самомассаж – один из видов НПУ, в котором человек воздействует на различные участки тела самостоятельно, повышая тем самым жизненный тонус. Благодаря самомассажу происходит восстановление уставших мышц, суставы приобретают большую подвижность и эластичность</p>	<p>Обучение ребёнка самомассажу проходит в несколько этапов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) сначала взрослый производит массаж тела сам; 2) взрослый использует руки ребенка, управляя ими с помощью своих рук; 3) ребенок выполняет самомассаж самостоятельно. <p>Можно задать ребенку вопросы, попросить описать свои ощущения до и после массажа: «Что изменилось? Где? На что похожи ощущения?». Например, массируемые (или иные) части тела стали более теплыми, горячими, легкими или покрылись мурашками, тяжелыми и т.п.</p> <p>Самомассаж применяется на уроках и во внеурочной деятельности. С этой целью используются упражнения на разные участки тела: «Ушки», «Мытье головы», «Домик» и т.д.</p>
<p>Упражнения на снятие мышечных зажимов – вид НПУ, в котором человек последовательно напрягает и расслабляет различные группы мышц</p>	<p>Популярными НПУ для снятия мышечных зажимов являются упражнения:</p> <p>«Штангист»: Необходимо встать прямо и вытянуть руки перед собой. Затем сжать пальцы в кулаки и как можно сильнее напрячь мышцы рук. Продолжительность выполнения 3–4 секунды, затем нужно расслабить мышцы. Руки свободно опустить вниз. Это упражнение позволит снять мышечное напряжение рук.</p> <p>«Замок»: Детям нужно отвести руки за спину, сцепить их и с силой свести лопатки. Через 3–4 секунды вернуть руки в исходное положение и расслабиться. Упражнение позволяет расслабить мышцы спины и плечевой пояс.</p> <p>«Не хочу кашу»: Дети представляют себя капризным ребенком, который не хочет кушать кашу. Нужно сжать челюсти и губы. Затем, через 3–4 секунды, расслабить мышцы. Можно повторить упражнение несколько раз [7, с. 15]</p>

Окончание табл. 2

Краткая характеристика НПУ	Методика проведения НПУ
Упражнения, направленные на развитие сенсомоторных процессов – вид НПУ, ориентированный на взаимодействие сенсорных и моторных компонентов двигательных действий. К ним относятся глазодвигательные упражнения и упражнения на сочетание движений правой и левой половины тела	<p>Глазодвигательные упражнения – это упражнения, помогающие расширить объем зрительного восприятия и сформировать пространственные представления детей:</p> <p>«Пальминг»: Детям необходимо сесть прямо и расслабиться, поставить локти на парту, закрыть глаза и положить ладони на глазные яблоки, после чего немного опустить локти. Важно, чтобы позвоночник и шея находились на одной линии. Дыхание должно быть спокойным. Далее следует легко надавливать на глаза в следующем темпе: одна секунда – одно движение.</p> <p>«Слежение»: Взрослому нужно взять какой-нибудь яркий предмет, медленно передвигать его. Задача ребенка следить за предметом глазами, не поворачивая головы.</p> <p>«Восьмёрки»: Взрослый в воздухе ярким предметом изображает знак 8 сначала в вертикальном, затем в горизонтальном положении. Дети следят за этим. Важно, чтобы центр восьмёрки находился над переносицей [8].</p> <p>Упражнение на сочетание движений правой и левой половины тела – НПУ, способствующие правильной координации тела при взаимодействии левой и правой стороны:</p> <p>«Цыганочка»: Исходное положение – ноги на ширине плеч, руки опущены. Сначала детям нужно дотронуться правой рукой до поднятого левого колена, вернуться в исходное положение и дотронуться левой рукой до правой пятки (нога согнута в колене и отведена назад). Вернуться в исходное положение и повторить действие для левой руки и поднятого правого колена, правой руки и левой пятки.</p> <p>«Часы»: Детям необходимо двигать языком к уголкам рта направо и налево, одновременно перемещать руки сначала в ту же сторону, куда и язык, а затем в противоположную [9, с. 68]</p>
Упражнения, направленные на кинетические процессы – динамические упражнения на все группы мышц тела. Их цель – выработка общей ритмической базы, от которой зависит режим функционирования регуляторных систем мозга	<p>Данные упражнения целесообразно применять на уроках, во внеурочной деятельности или дома, разнообразя ими монотонную работу детей, работу с пониженней двигательной активностью.</p> <p>«Прыгуны»: Дети прыгают с продвижением вперед, чередуя прыжки ноги врозь, ноги скрестно (то левая, то правая нога впереди), при этом повторяя такие же движения руками.</p> <p>«Катись мяч»: Взрослый и ребенок садятся на пол, в 2–3 м друг от друга. Катают мяч сначала обеими руками, затем убирают левую, выполняют движение только правой, и наоборот.</p>

Нейропсихологические когнитивные упражнения

- Упражнения на развитие внимания (M6)
- Упражнения на развитие памяти (M7)
- Упражнения на развитие мышления (M8)
- Упражнения на развитие речи (M9)

Рис. 2. Нейропсихологические когнитивные упражнения

Из табл. 3 видно, что данный блок не только способствует развитию основных познавательных функций детей, но и обеспечивает их обучение планированию и контролю собственных действий. В таблице

мы также акцентируем внимание на том, что применение рассмотренных упражнений будет целесообразным и оправданным как на уроках, так и во внеурочной деятельности с младшими школьниками.

Таблица 3

Паспорт нейропсихологических упражнений (НПУ) второго блока
банка методической поддержки педагогов начальной школы

Краткая характеристика НПУ	Методика проведения НПУ
Упражнения на развитие внимания характеризуются сосредоточенностью деятельности субъекта на каком-либо предмете, образе, явлении и т.д. с целью увеличения объема, концентрации, устойчивости внимания	Для развития внимания на уроках и во внеурочной деятельности можно использовать следующие упражнения: «Корректор»: Детям даётся бланк с различными фигурами. Задача детей по образцу, представленному в первой строке, заполнить пустые фигурки. «Найди цифру»: Детям выдаются бланки с напечатанными цифрами. Их задача отметить для себя любые две цифры, одну зачеркнуть, а другую обвести в круг. Но заранее необходимо предупредить, что вычеркивать и обводить цифры нужно, просматривая каждую строчку слева направо [10, с. 74].
Упражнения на развитие памяти – упражнения, ориентированные на развитие и укрепление мнемических процессов запоминания, хранения и воспроизведения информации	Для развития памяти на уроках и во внеурочной деятельности можно использовать следующие упражнения: «Восстанови порядок»: Необходимо заранее подготовить 5–10 предметов и разложить их в случайном порядке. Задача учащегося – внимательно посмотреть и за 15–20 с запомнить их расположение. После чего школьник отворачивается, а учитель меняет местами некоторые предметы. Ребенок должен восстановить первичный порядок. «Вспомни пару»: Учащимся демонстрируется таблица, в которой в первом столбце представлены картинки, а во втором – их схематические изображения. Ребенку необходимо запомнить, какой схематический рисунок соответствует каждой картинке. На запоминание дается 1 мин. После этого ему предлагается бланк, который нужно заполнить, нарисовав напротив каждого изображения схематический рисунок [11].
Упражнения на развитие мышления ориентированы на развитие и укрепление мыслительных процессов: анализа, синтеза, сравнения, обобщения, классификации и др.	Мышление – это отражение объективной действительности в объектах, понятиях и суждениях. Важно развивать мышление на уроках и во внеурочной деятельности, так как младший школьный возраст является интенсивным периодом развития мозга ребенка [12, с. 127]. Для развития мышления можно использовать следующие упражнения: «Вставь недостающее слово»: Ребенку необходимо вставить слово из трех букв так, чтобы оно было окончанием первого слова и началом второго слова. Например, кипарис(рис)унок (получилось 3 слова: кипарис, рис, рисунок). «Проведи аналогию»: Детям дается ряд, в котором находятся три слова, первые два связаны друг с другом. Между третьим словом и одним из предложенных нужно проследить такую же связь, т.е. найти четвертое слово. Нужно подумать, как они связаны. Например, воробей – птица = щука – [13, с. 108].
Упражнения на развитие речи ориентированы на развитие и укрепление речи и артикуляционного аппарата	Перед тем как выполнять упражнения на развитие речи на уроках и во внеурочной деятельности, необходимо провести артикуляционную гимнастику. Целью артикуляционной гимнастики является выработка движений и положений артикуляционных органов, необходимых для правильного и четкого звукопроизношения: «Лопатка»: Ребенку необходимо высунуть язык, расслабить его и положить на нижнюю губу, так чтобы он принял широкую форму. Следить за тем, чтобы язык не дрожал. Сохранять такое положение 10–15 с. «Бублик»: Ребенку необходимо сомкнуть зубы, затем округлить губы и вытянуть их вперед, так, чтобы были видны верхние и нижние резцы [14]. После выполнения артикуляционной гимнастики, можно приступить к упражнениям на развитие речи. Например, для развития фонематического слуха, расширения словарного запаса можно использовать следующие упражнения: «Слово и звук»: Учащемуся нужно придумать слово, которое начинается (оканчивается) на такой же звук, как и в слове «каша», «флаг» и т.д. «Слова»: Учитель называет предмет, а учащиеся говорят, что он делает, т.е. называют действие предмета. Затем можно повторить ту же игру наоборот: «Кто летает? А кто плавает? Кто забивает гвозди?» и т.д. [15].

Заключение

Подводя итоги проведенной работы, остановимся на характеристике сделанных выводов.

Нейропсихологические упражнения (НПУ) – совокупность методов, ориентированных на преодоление отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также на устранение трудностей в обучении. Использование упражнений данного характера обеспечивает нивелирование и предупреждает снижение мотивации к учебе, школьную дезадаптацию, слабое усвоение школьного материала и т.д.

Для грамотного использования учителем начальных классов НПУ необходим комплексный подход и одновременная направленность на развитие различных психических процессов ребенка. С этой целью нами разработан банк методической поддержки педагогов, который в контексте данной работы представляет упорядоченную совокупность данных, содержащую сконструированное определенным образом сочетание нейропсихологических упражнений, ориентированных на одновременное развитие, преодоление отклонений и нарушений в протекании психических процессов у младших школьников, а также на устранение трудностей в процессе обучения в начальной школе.

Структура Банка включает два блока: 1 блок – нейропсихологические упражнения, связанные с двигательной активностью, – включает пять модулей (М1, М2, М3, М4, М5); 2 блок – нейропсихологические упражнения, связанные с когнитивной активностью, – включает четыре модуля (М6, М7, М8, М9). Каждый из блоков нацелен на двойной результат: 1) психологического характера – преодоление отклонений и нарушений в развитии психических функций у детей, а также устранение трудностей, с которыми дети сталкиваются в процессе обучения; 2) образовательного характера – более успешное формирование универсальных учебных действий младшего школьника.

Реализацию содержания каждого из выделенных блоков педагогам начальной школы следует осуществлять как на уроках, так и во внеурочной деятельности. Это позволит, с одной стороны, решить общие задачи

развития слабых звеньев психического развития ребенка; с другой – устраниТЬ трудности, возникающие у детей в процессе обучения в начальной школе.

Список литературы

1. Остапенко Г.С. Структурно-динамическая специфика гетерохронного развития когнитивной сферы подростка // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2016. Т. 5. № 3 (16). С. 291–296.
2. Колесник Н.Т., Орлова Е.А. Нейро- и патопсихология. Патопсихологическая диагностика: учебник для академического бакалавриата / Под ред. Г.И. Ефремовой. М.: Юрайт, 2019. 240 с.
3. Корсакова Н.К., Микадзе Ю.В., Балашова Е.Ю. Неуспевающие дети: нейропсихологическая диагностика младших школьников: учебное пособие для вузов. 3-е изд., испр и доп. М.: Юрайт, 2022. 136 с.
4. Микадзе Ю.В. Нейропсихология детского возраста: учебное пособие. СПб.: Питер, 2013. 285 с.
5. Разливинских И.Н. Применение банка методической поддержки в процессе формирования математической компетентности у будущих учителей начальных классов // Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук. 2012. Т. 6. № 3–3. С. 5–10.
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
7. Семенова О.А. Методика двигательной коррекции детей с трудностями в обучении. М.: Династия, 2008. 19 с.
8. Праведникова И.И. Нейропсихология. Игры и упражнения: практическое пособие. М.: Айрис-пресс, 2019. 109 с.
9. Семенович А.В. Комплексная нейропсихологическая коррекция и абилитация отклоняющегося развития / Под ред. А.В. Семеновича. М.: Изд-во МГПУ, 2001. 98 с.
10. Зак А.З. Совершенствование познавательных умений у детей 5–12 лет. М.: Московский психолого-социальный институт: Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 1999. 187 с.
11. Зейграник Б.В. Патопсихология: учебник для академического бакалавриата. 3-е изд., перераб. и доп. М.: Издательство «Юрайт», 2017. 367 с.
12. Глозман Ж.М. Нейропсихология детского возраста: учебник для вузов. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательство «Юрайт», 2020. 249 с.
13. Королева Л.А., Разливинских И.Н. Использование нейропсихологических упражнений при нарушении письменной речи у младших школьников // Детство, открытое миру: материалы XI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием; отв. ред. Е.В. Наминик. (Омск, 23 марта 2021 г.). Омск: Издательство ОмГПУ, 2021. С. 106–109.
14. Бабкина Н.В. Программа занятий по развитию познавательной деятельности младших школьников: книга для учителя. 2-е изд., доп. М.: АРКТИ, 2002. 78 с.
15. Воронина Л.П., Червякова Н.А. Картотеки артикуляционной и дыхательной гимнастики, массажа и самомассажа. М.: Детство-Пресс, 2015. 79 с.