

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение для детей,  
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи,  
ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ «СЕМЬЯ»  
городского округа город Уфа Республики Башкортостан



Методические материалы  
по результатам  
реализации проекта  
«Семейная гармония»

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение для детей,  
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи,  
ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ «СЕМЬЯ»  
городского округа город Уфа Республики Башкортостан

# Методические материалы по результатам реализации проекта «Семейная гармония»



Уфа  
2015

УДК 159.99  
ББК 88.5  
М54

Издаётся по решению научно-методического совета  
муниципального бюджетного образовательного учреждения для детей,  
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи,  
«Центр психолого-медико-социального сопровождения “Семья”»  
городского округа город Уфа Республики Башкортостан

Авторы-составители:

Ахметова Э.Ф., зав. отделом, Загретдинова А.Р., педагог-психолог,  
Крючкова О.Ю., педагог-психолог, Тагирова Р.Р., педагог-психолог,  
Исламгулова А.А., учитель-дефектолог, Никанорова С.Н., учитель-логопед

М54 **Методические материалы по результатам реализации проекта «Семейная гармония»** / Авт.-сост. Э.Ф. Ахметова, А.Р. Загретдинова, Р.Р. Тагирова, А.А. Исламгулова, С.Н. Никанорова. — Уфа: Инеш, 2015. — 128 с.

Данные методические материалы предназначены для специалистов, работающих с приёмными семьями, воспитывающими детей с особенностями развития.

УДК 159.99  
ББК 88.5

© МБОУ ЦПМСС «Семья», 2015

## Содержание

<i>Проект «Семейная гармония»</i> . . . . .	4
Раздел I. НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ И РАЗВИТИЕ ВЫСШИХ ПСИХИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ . . . . .	13
Групповые нейропсихологические коррекционные занятия . . . . .	14
Использование элементов педагогики Монтессори в групповых и индивидуальных занятиях . . . . .	16
Использование логопедического тренажёра «Дельфа-142.1» в работе логопеда с приёмными детьми . . . . .	22
Раздел II. КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ . . . . .	37
Раздел III. РАБОТА С СЕМЬЁЙ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЁНКА С ОСОБЕННОСТЯМИ РАЗВИТИЯ . . . . .	52
<i>Приложения</i> . . . . .	64
<i>Список литературы</i> . . . . .	125

Ежегодно в городе Уфе растёт количество детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, переданных на воспитание в приёмные семьи. В настоящее время на учёте органов опеки и попечительства г. Уфы состоят 198 приёмных семей, в которых воспитывается 250 детей в возрасте от 2 до 18 лет. Все они находятся на сопровождении специалистов центра психолого-медико-социального сопровождения «Семья». У большинства этих детей имеются сложные психологические проблемы, с которыми приёмные родители самостоятельно справиться не могут. 82% детей имеют различные отклонения в развитии. Причинами этих отклонений являются алкоголизм родителей, патология беременности и родов, заболевания, перенесённые в раннем детстве, неблагоприятные условия проживания в интернатном учреждении. Эти факторы оказывают негативное влияние на общее состояние здоровья, интеллектуальное и эмоциональное развитие, поведение ребёнка.

Также необходимо учитывать, что появление в семье ребёнка ведёт к изменению структуры семьи и характера взаимодействия между её членами. Если же у приёмного ребёнка имеются какие-либо отклонения, то это дополнительно усугубляется эмоциональными переживаниями приёмных родителей и близких родственников. Соответственно оказываются актуальными проблемы построения эффективных детско-родительских отношений и стабилизация эмоционального состояния как детей, так и приёмных родителей. Непонимание особенностей развития ребёнка, неспособность или нежелание приёмных родителей справляться с трудностями, возникающими при воспитании приёмных детей, и неумение строить доверительные отношения, как правило, приводят к обострению межличностных взаимоотношений и могут привести к возврату ребёнка в интернатное учреждение.

Таким образом, нерешённые жизненные проблемы рано или поздно неизбежно заставляют приёмных родителей повышать свою психолого-педагогическую компетентность.

Известно, что дети, растущие в условиях эмоциональной неудовлетворенности, связанной с дефицитом внимания к ним, заботы, любви, в большинстве случаев развиваются негармонично. Несмотря на отсутствие дисфункций головного мозга, у детей могут отмечаться такие личностные особенности, как повышенный уровень тревожности, сверхбдительность, состояние постоянного напряжения, ожидание возможной опасности, незащищённость. На этом фоне легко возникают вторичные поведенческие и личностные расстройства, обуславливающие низкую социальную ориентировку детей, их социальную беспомощность, неэффективные способы поведения и общения со сверстниками, взрослыми, нарушения различных видов деятельности — игровой, трудовой, учебной.

Для детей с умственной отсталостью типичным является отсутствие инициативы и самостоятельности. Им свойственны непосредственные, импульсивные реакции на внешние впечатления, необдуманные действия. Большинство умственно отсталых детей легко поддаются внушению, в то же время упорно сопротивляются всему новому и неизвестному. При относительной сохранности элементарных эмоций высшие, прежде всего гностические и нравственные, оказываются недоразвитыми и недостаточно дифференцированными.

Поступающим в школу детям с особенностями развития присущ ряд специфических особенностей. Они не обнаруживают готовности к школьному обучению. У них нет нужных для усвоения программного материала умений, навыков и знаний. В связи с этим дети оказываются не в состоянии (без специальной помощи) овладеть счётом, чтением, письмом. Им трудно соблюдать принятые в школе нормы поведения. Они испытывают затруднения в произвольной организации деятельности. Испытываемые ими трудности усугубляются ослабленным состоянием их нервной системы. Дети быстро утомляются, работоспособность их падает, а иногда они просто перестают выполнять начатую деятельность.

Установлено, что многие из детей с задержкой психического развития испытывают трудности в процессе восприятия (зрительного, слухового, тактильного). В отличие от умственно отсталых детей, дошкольники с ЗПР не испытывают трудностей в практическом различении свойств предметов, однако их сенсорный опыт долго не закрепляется и не обобщается в слове.

Особые трудности дети испытывают при овладении представлениями о величине, не выделяют и не обозначают отдельные параме-

тры величины (длина, ширина, высота, толщина). Затруднён процесс анализирующего восприятия: дети не умеют выделить основные структурные элементы предмета, их пространственное соотношение, мелкие детали. Можно говорить о замедленном темпе формирования целостного образа предметов, что находит отражение в проблемах, связанных с изодейтельностью.

Со стороны слухового восприятия нет грубых расстройств. Дети могут испытывать некоторые затруднения при ориентировке в неречевых звучаниях, но главным образом страдают фонематические процессы.

Названные выше недостатки ориентировочно-исследовательской деятельности касаются и тактильно-двигательного восприятия, которое обогащает чувственный опыт ребёнка и позволяет ему получить сведения о таких свойствах предмета, как температура, фактура материала, некоторые свойства поверхности, форма, величина. Затруднён процесс узнавания предметов на ощупь. Прежде всего это проявляется в том, что дети не воспринимают с достаточной полнотой преподносимый им учебный материал. Многие воспринимаются ими неправильно.

У всех детей-сирот с особенностями развития наблюдаются и недостатки памяти, причём эти недостатки касаются всех видов запоминания: произвольного и произвольного, кратковременного и долговременного. Они распространяются на запоминание как наглядного, так и (особенно) словесного материала, что не может не сказаться на успеваемости. При правильном подходе к обучению дети способны к усвоению некоторых мнемотехнических приемов, овладению логическими способами запоминания.

Значительное отставание обнаруживается и в развитии их мыслительной деятельности. К началу школьного обучения дети не владеют в полной мере интеллектуальными операциями, являющимися необходимыми компонентами мыслительной деятельности. Речь идёт об анализе, синтезе, сравнении, обобщении и абстрагировании. После получения помощи дети рассматриваемой группы оказываются в состоянии выполнять предложенные им разнообразные задания на близком к норме уровне, этим они отличаются от умственно отсталых детей.

Отличается от нормы и речь детей-сирот с отклонениями в развитии. Многим из них присущи дефекты произношения, что приводит к затруднениям в процессе овладения чтением и письмом. Дети имеют

бедный словарный запас. Имеющиеся в словаре понятия часто неполноценны — сужены, неточны, иногда ошибочны. Это затрудняет понимание речи окружающих людей. Дети рассматриваемой группы плохо овладевают грамматическими обобщениями, поэтому в их речи встречаются неправильные грамматические конструкции. Ряд грамматических категорий ими вообще не используется в речи. Дети испытывают трудности в понимании и употреблении сложных логико-грамматических конструкций и некоторых частей речи.

Значительным своеобразием отличается поведение этих детей. После поступления в школу они продолжают вести себя как дошкольники. Ведущей деятельностью остаётся игра. У детей не наблюдается положительного отношения к школе. Учебная мотивация отсутствует или крайне слабо выражена.

Известно, что одним из компонентов готовности к школьному обучению является определённый объём знаний. Другие её компоненты — известный круг навыков, умений (в частности, некоторые умственные действия и операции) и необходимый уровень сформированности эмоционально-волевой сферы (прежде всего мотивов учения).

Приобретённый в период дошкольного детства запас элементарных сведений, представлений и умений составляет основу овладения научно-теоретическими знаниями, служит предпосылкой усвоения изучаемых в школе предметов.

Дети с особенностями развития обладают значительно меньшим запасом элементарных практических знаний и умений, чем их нормально развивающиеся сверстники.

Занимаясь по массовым образовательным программам и сталкиваясь с теми же требованиями, что и здоровые сверстники, такой ребёнок оказывается не в состоянии усвоить учебный материал. В результате формируется стойкая неуспеваемость, теряется интерес к обучению, появляются негативные поведенческие реакции, возникают серьёзные конфликты с педагогами и родителями. Всё это, в свою очередь, становится одной из причин, по которым родители, не справляясь с подобным поведением ребёнка, принимают решение вернуть его в детский дом.

Таким образом, актуальность поиска современных методов и приёмов работы с приёмными семьями, воспитывающими детей с особенностями развития, не вызывает сомнений. С 2012 года МБОУ ЦПМСС «Семья» проводит активную работу с такими семьями на ос-

нове индивидуальных реабилитационных программ. В 2014 году специалистами центра разработан проект «Семейная гармония», который выиграл общероссийский конкурс грантов и реализуется в рамках Благотворительной программы «С любовью к детям» при поддержке ООО «Амвэй» и Фонда поддержки и развития филантропии «КАФ».

**Цель проекта:** оказание комплексной всесторонней помощи приёмным семьям, воспитывающим детей с особенностями развития; профилактика возвратов приёмных детей с особенностями в интернатные учреждения.

**Задачи проекта:**

- коррекция интеллектуально-познавательной сферы приёмных детей с особенностями развития, компенсация когнитивных и поведенческих нарушений;
- нормализация психоэмоционального состояния детей и родителей;
- обучение родителей и детей навыкам конструктивного взаимодействия при возникновении проблемных ситуаций;
- создание условий для овладения родителями знаниями по распознаванию проблемных зон в поведении и развитии приёмного ребёнка, повышение родительской компетентности;
- оказание помощи родителям в преодолении проблем развития ребёнка;
- повышение профессиональной компетентности специалистов, осуществляющих сопровождение приёмных семей, воспитывающих детей с особенностями развития.

Проект «Семейная гармония» реализовывался в три этапа: подготовительный (отбор и диагностика участников проекта, корректировка планов работы на основе полученных данных диагностики ребёнка и его семьи); основной (реализация запланированных мероприятий); заключительный (контрольный мониторинг).

Изначально педагогами-психологами, учителем-дефектологом, учителем-логопедом, психиатром и неврологом МБОУ ЦПМСС «Семья» было проведено диагностическое обследование участников целевой группы. Целью обследования являлось определение:

- актуального уровня познавательного и речевого развития детей;
- актуального эмоционального состояния детей и родителей;
- актуального состояния межличностных и детско-родительских отношений.

**Результаты диагностического обследования были следующие. УРОВЕНЬ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО И РЕЧЕВОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ:**

- нарушения внимания у всех детей (30 человек, 100%), при этом у 28 детей (93%) нарушения внимания и активности по гиперактивному типу,
- лёгкие когнитивные расстройства у 4 детей (13%),
- задержка психического развития у 24 детей (80%),
- умственная отсталость у 2 детей (7%),
- общее недоразвитие речи у 21 ребёнка (70%),
- дисграфия у 13 детей (43%),
- дислалия у 6 детей (20%),
- заикание у 1 ребёнка (3%).

**ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ:**

Нестабильное эмоциональное состояние наблюдается у всех детей и подростков (30 человек, 100%) и у 19 приёмных родителей (76%).

**АКТУАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ И ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ:**

- низкая родительская компетентность в вопросах воспитания и развития ребёнка, имеющего особенности в развитии, у 100% родителей (25 человек);
- коммуникативные нарушения у 17 детей (57%);
- нарушения детско-родительских отношений у 19 семей (76%).

Психиатр и невролог в структуре выявленных отклонений у приёмных детей отмечали перинатальные поражения ЦНС и их последствия (44%), гипертензивный синдром (22%), синдром двигательных нарушений (14%), синдром задержки психомоторного развития, дефицит внимания в сочетании с гиперактивностью.

По результатам проведённого обследования на каждую приёмную семью, воспитывающую ребёнка с особенностями развития, и индивидуально для каждого ребёнка и родителя специалистами даны рекомендации, которые необходимо учитывать при оказании психолого-педагогической, дефектологической и логопедической помощи.

Формирование состава групп для занятий детей по программе нейропсихологической коррекции, детско-родительских тренингов, а также определение количества и направленности индивидуальных занятий и семейных психологических консультаций осуществлены в соответствии с выявленными особенностями и спецификой развития, психологическим состоянием детей и родителей.



Таким образом, в целевую группу проекта было включено 25 приёмных семей, воспитывающих детей с разными степенями умственной отсталости, грубыми нарушениями центральной нервной системы, эмоционально-волевыми расстройствами, речевыми проблемами, синдромом дефицита внимания и гиперактивности, задержкой психического развития, минимальными мозговыми дисфункциями. Общее количество участников 55 человек: 25 приёмных родителей и 30 приёмных детей в возрасте от 7 до 15 лет.

Все дети были поделены на 5 подгрупп по 6 человек. При разделении их на группы мы руководствовались тем, чтобы дети были со сходной структурой дефекта и примерно одного возраста. Такой принцип распределения позволил выбирать разные варианты подачи материала для каждой подгруппы.

Планируя работу в рамках проекта «Семейная гармония», мы постарались учесть все особенности приёмных детей, о которых говорилось выше. Поэтому в наш проект были включены следующие разделы:

- Раздел I. Нейропсихологическая коррекция высших психических функций.
- Раздел II. Коррекция эмоциональных нарушений.
- Раздел III. Работа с семьёй, воспитывающей ребёнка с особенностями развития.

Первый раздел включал в себя занятия по нейропсихологической коррекции, в которую были добавлены упражнения, направленные на развитие психических функций, индивидуальные занятия с дефектологом и логопедом. Логопед в своей работе помимо традиционных методов коррекции речевых нарушений применял логопедический тренажёр «Дельфа-142.1». Дефектолог работал с ребёнком в комнате, специально оборудованной модулями Монтессори, что позволяло ребёнку самому выбирать необходимый ему на данный момент дидактический материал.

Для достижения длительного устойчивого эффекта усвоения материала обязательным условием было включение родителей в педагогический процесс, так как возможности компенсации когнитивных и поведенческих нарушений существенно повышаются при активном участии приёмных родителей в формирующей работе.

Работа по второму разделу проекта была направлена на стабилизацию эмоционального состояния приёмных детей и родителей,

реализовывалась она через индивидуальные занятия с детьми и родителями, в том числе с использованием программно-индикаторных комплексов «Комфорт», «Нейрокурс», основанных на биологической обратной связи (БОС).

Суть метода функционального биоуправления заключается в том, что человек сознательно обучается навыкам управления своим психическим здоровьем. С помощью определённых приборов он видит, слышит и осмысливает то, что от него скрыто природой: работу внутренних органов и систем своего организма. Изменения в работе организма (через датчики, связанные с компьютером) отображаются на экране монитора — меняются цифровые показатели, графики, исчезает или звучит громче музыка. Всё это указывает человеку, что ему необходимо отрегулировать, настроить работу определённых систем или органов. А значит, ему необходимо сознательно с помощью биологической обратной связи изменить информацию на экране в нужном направлении. Небольшим усилием воли человек может научиться подстраивать работу организма так, чтобы улучшить состояние своего здоровья.

Через некоторое время навык закрепляется, и человеку уже не требуется помощь компьютера. Он сам, пользуясь наработанными умениями, может восстановить работу любого органа или системы своего организма.

Метод БОС применяется для коррекции психоэмоциональных расстройств у детей от 6 лет. Абсолютные противопоказания к применению этого метода отсутствуют.

К обязательным правилам работы с этой методикой нужно отнести:

- систематичность и регулярность прохождения курса занятий (обычно не менее 10);
- между занятиями не должно быть большого перерыва, иначе навык саморегуляции не формируется или формируется очень медленно.

С помощью этой технологии стало возможным обучать детей приёмам саморегуляции, вырабатывать у них навыки релаксации и, самое главное, научить применять их в стрессовых ситуациях. Снимается переутомление, повышается работоспособность. Ребёнок получает реальную помощь в преодолении страхов, ситуационных фобий за счёт снижения порога возбудимости и страха, снижения уровня тревожности, напряжения. Повышается самооценка.

Для проведения БОС-тренинга использовались также вспомогательные техники, различные приёмы аутогенной тренировки, медитации, создания позитивных образов, другие психологические приёмы.

Направления работы по третьему разделу включали в себя обучающие семинары для родителей, воспитывающих детей с особенностями развития, детско-родительские тренинги, психологические консультации (индивидуально с приёмным родителем и семейные консультации).

Основными задачами работы с родителями являлись:

- обучение их навыкам конструктивного взаимодействия при возникновении проблемных ситуаций;
- создание условий для овладения родителями знаниями по распознаванию проблемных зон в поведении и развитии приёмного ребёнка;
- повышение родительской компетентности;
- оказание помощи родителям в преодолении проблем развития ребёнка.

Формы и содержание работы с родителями определялись степенью их готовности к сотрудничеству. Для семей с низким уровнем такой готовности самым продуктивным являлось индивидуальное консультирование.

Для родителей с более высоким уровнем рефлексии применялись групповые формы.

Работа с детьми не ограничилась только вышеописанными занятиями, большое значение при коррекции нарушений у детей имели консультации врача-психиатра и врача-невролога.

Независимо от причины, которая привела к повреждению головного мозга, исход одинаков — разные зоны головного мозга начинают работать неправильно или недостаточно активно. Медикаментозная поддержка, назначенная неврологом и психиатром, в совокупности с методами нейропсихологической коррекции способствовали абилитации приёмных детей.

## Раздел I

### НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ И РАЗВИТИЕ ВЫСШИХ ПСИХИЧЕСКИХ ФУНКЦИЙ

Данные первичной диагностики, проведённой на подготовительном этапе реализации проекта, свидетельствуют о наличии у детей целевой группы целого ряда качественных негативных особенностей (органические поражения мозга, сосудистые и костно-мышечные проблемы). С точки зрения нейропсихологического подхода данные трудности связаны с внутриутробной и (или) возникшей в младенчестве дисфункцией определённых структур мозга (в первую очередь стволовых). Последствия этого для онтогенеза заключаются в нарушениях и искажениях подкорково-корковых и межполушарных взаимодействий, которые сопровождают развитие ребёнка на всех возрастных стадиях от младенчества до юности.

На психическом уровне это проявляется в дизонтогенезе речевой деятельности, СДВГ, эпилепсии и соответственно учебной и социальной неуспешности. Всё это компоненты единой дезадаптации.

Для компенсации нарушений развития специалисты МБОУ ЦПМСС «Семья» пришли к однозначному выводу о необходимости создания новой специфической коррекционной программы, которая и была нами разработана. В данную коррекционную программу были включены занятия по нейропсихологической коррекции, в которую мы добавили упражнения, направленные на развитие высших психических функций. Групповые занятия были дополнены индивидуальными занятиями с логопедом и дефектологом. Занятия с дефектологом были направлены на развитие и коррекцию восприятия, внимания, памяти, мышления. Логопед корректировал речевые нарушения с применением логопедического тренажёра «Дельфа-142.1», с обязательным включением родителей в педагогический процесс.

При проведении данных занятий нужно было учесть, что у всех наших детей имеется недостаточный пассивный и активный словарный запас, выразить свою мысль им очень сложно, также они плохо воспринимают информацию на слух. Чтобы восполнить недостающую



аудиального восприятия, мы задействовали сохраненные каналы восприятия: зрительный и кинестетический.

Данный раздел включал в себя следующие направления:

- нейропсихологическая коррекция (развитие всех видов мышления (важно начать с самых азов наглядно-действенного и только после освоения данного пласта двигаться дальше); развитие всех видов восприятия; развитие зрительной и слуховой памяти; развитие основных функций речи);
- использование элементов системы Монтессори на групповых и индивидуальных занятиях;
- индивидуальные занятия с дефектологом;
- индивидуальные занятия с логопедом.

### **ГРУППОВЫЕ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ**

К идее включить нейропсихологические упражнения в нашу работу пришли не сразу. Во время первичной диагностики дети в лучшем случае могли удерживать целенаправленное внимание на протяжении 5 минут, с трудом удавалось выполнить упражнения на исследование двигательного праксиса в связи с трудностями в согласовании движений и их ограниченности, связанной с мышечными зажимами. Для абилитации и профилактики негативных процессов развития была необходима коррекционная программа, представляющая собой систему нейропсихологической коррекции, которая бы задействовала новые адаптивные возможности, способствовала гармоничному и всестороннему развитию личности, позволила восполнить недостающие звенья в развитии, а значит, дать возможность ребёнку быть успешным как в обучении, так и в дальнейшей жизни.

На основе системного подхода к коррекции психического развития ребёнка в программу были включены методы из педагогики, логопедии, нейрофизиологии, возрастной психологии. Это позволило расширить рамки воздействия, оказываемого на развитие ребёнка, помогло установить контакт с детьми, выбрать оптимальные методы коррекции, обучения и воспитания.

Коррекционная модель данной программы представляет собой трёхуровневую систему, разработанную в соответствии с учением А.Р. Лурия о трёх функциональных блоках мозга.

Целью программы «Нейропсихологическая коррекция и развитие детей-сирот, воспитывающихся в приёмных семьях» являлась оптимизация функционального статуса глубинных образований мозга и межполушарной организации процессов развития ребёнка.

Основной акцент был сделан на развитии произвольного внимания и саморегуляции, формировании сенсомоторного контроля, оптимизации тонуса.

Программа реализовывалась по единому плану, который предполагал групповые занятия с детьми, обучение родителей, домашние задания.

Программа состояла из 24 занятий. Каждое занятие данной программы включало развитие внимания, дыхательные упражнения, общий двигательный репертуар, игры с мячом, упражнения на растяжку мышц, глазодвигательный репертуар, базовые сенсомоторные взаимодействия, базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность, развитие мелкой моторики.

В начале занятий по программе особенно тяжело давались глазодвигательные упражнения. Выполнение простой инструкции — следить взглядом за двигающимся вправо и влево карандашом, удержать его взглядом, не отпускать, не опережать, — получалось с трудом, так как отсутствовала элементарная концентрация внимания. Дети старались, от напряжения у них слезились глаза, но каждый прикладывал усилия, и поэтому с каждым новым занятием наблюдался прогресс, который радовал всех.

Также дети испытывали трудности при выполнении дыхательных упражнений, так как контроль над собственным телом «хромал», согласовать вдох с надуванием живота и выдох с его сдуванием оказалось непросто, но с каждым занятием дети осваивали дыхательную технику. Так что же дало это умение? Дети научились осознанному дыханию — такой тип дыхания абсолютно безопасен для организма, так как привычный ритм не изменяется, и в то же время полезен для успокоения мыслей и эмоций. Дыхание регулируется нервной системой и, при определённой цикличности вдохов и выдохов, может ею управляться. По мнению физиологов, вдох связан с возбуждением нервной системы, выдох — с её торможением, поэтому если удлинить вдох и укоротить выдох, произойдёт мобилизация функций нервной системы. Если же вдох укоротить, а выдох удлинить, можно добиться успокаивающего эффекта. Все чудеса регуляции нервной системы мы наблюдали на наших детях. Если к началу занятия ребёнок прихо-

дил перевозбуждённым, то после дыхательного упражнения заметно успокаивался.

Одним из самых больших достижений детей были двигательные упражнения. Начав с ползания, мы поняли, что этот пласт развития двигательных навыков выпал у всех наших детей, и поэтому мы начали с азов, обучая навыкам ползания, затем, постепенно усложняя, обучили ползанию на спине. Конечно же, страдала и ориентировка в пространстве, так как, не чувствуя своего тела, дети с трудом ориентировались в пространстве. Упражнения, где требовалось что-то делать попеременно, давались не сразу, вербальная инструкция не всегда оказывалась полезной, приходилось вставать в пару к ребёнку и делать упражнение вместе с ним, становясь направляющей силой его движений.

Пройдя все эти этапы вместе с детьми, мы увидели, что теперь стало возможным формировать навыки саморегуляции, включать упражнения, направленные на развитие умения выстраивать причинно-следственные связи от действия к последствиям. Таким образом, мы стали включать в наши занятия элементы педагогики Монтессори и сделали завершающим ритуалом занятия релаксационные упражнения, аутотренинги.

Программа занятий по нейропсихологической коррекции приведена в Приложении 1.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ПЕДАГОГИКИ МОНТЕССОРИ НА ГРУППОВЫХ И ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ**

Проводя занятия по нейропсихологической коррекции, мы поняли, что не можем опираться на абстрактные представления. Нам был необходим учебный материал, ориентированный исключительно на чувственное восприятие ребёнка, который позволил бы нашим детям самостоятельно получить представление о том, что мы изучаем. Наиболее подходящим дидактическим пособием для нашей работы явился материал педагогики Монтессори.

Свою педагогическую систему Мария Монтессори называла системой саморазвития ребёнка в специально подготовленной среде. Она считала, что для получения образования достаточно создать такую развивающую среду, где дидактический материал выбирал бы не учитель, а сам ребёнок. И он же должен определять время работы с

этим материалом и контролировать свои ошибки. Существует совершенно определённое число материалов, достаточных для культурного развития детей. В подготовленную среду входят материалы, помогающие развитию ребёнка в самых разных направлениях культуры. Подготовленная среда учитывает моторные потребности ребёнка. Она как бы подталкивает его к спонтанным действиям, развивающим и совершенствующим координацию движений и концентрацию внимания.

Ошибочно было бы полагать, что вышеуказанные принципы годятся только для детей с нормальным развитием. Как отмечал Л.С. Выготский, законы развития едины для любого человеческого существа. Развитие ребёнка с особыми образовательными потребностями отличается, безусловно, темпами, которые в той или иной степени замедлены, и своеобразием, искажением.

Таким образом, одним из аргументов в пользу применения в группе с нашими детьми именно метода Монтессори являлась, безусловно, детально продуманная и выверенная дидактическая среда. Надо отметить, что классические материалы педагогики Монтессори настолько научно структурированы и практичны, что не претерпели изменений с момента их разработки, то есть более 100 лет. Материалы педагогики Монтессори позволили реализовать принцип самообучения; они устроены таким образом, что ребёнок может самостоятельно обнаружить и исправить свои ошибки. Взрослым не нужно было указывать на промахи детей, и их самоуважение не ущемлялось. В рамках, определённых педагогом, ребёнок сам выбирал работу, которая нравилась ему и соответствовала его внутренним интересам. Он свободно упражнялся, более того, испытывал удовольствие и энтузиазм от подобной деятельности, потому что поступал по собственному желанию. Не случайно было выбрано и слово «работа», которое использовали и дети, и педагоги вместо слова «занятие» или «игра». Дети, в отличие от взрослого, не устают от работы, но она увеличивает их энергию. В процессе работы проявлялась способность ребёнка к поляризации внимания, что было очень важно для развития как познавательных процессов, так и личности в целом. Поляризацию внимания (или сосредоточенность) М. Монтессори считала необходимым условием и одновременно признаком глубоких изменений, происходящих в ребёнке, — начала процесса нормализации его поведения, то есть превращения поведения ребёнка из девиантного (отклоняющегося) в нормальное.

Способность делать выбор, принимать решения и нести за них ответственность, самостоятельно учиться — все эти задачи решались на протяжении всего периода занятий. Все вышеперечисленные аспекты педагогики Монтессори, на наш взгляд, отвечали потребностям детей-сирот, воспитывающихся в приёмных семьях, как особой категории детей, где раскрытие потенциала каждого ребёнка не только первоочередная задача каждого специалиста нашего центра, но и крайне трудновыполнимая.

В ходе реализации проекта «Семейная гармония» были приобретены материалы педагогики Монтессори, с помощью которых группа начала работать эффективнее.

Большинство материалов относилось к сенсомоторной сфере, но некоторые были ориентированы на подготовку руки к письму и расширение словарного запаса.

Необходимо пояснить, чем обусловлен выбор в пользу именно сенсомоторных материалов (в группах Монтессори эти материалы расположены в зонах упражнений в повседневной жизни и упражнений в сенсорике).

Известно, что в онтогенезе прежде, чем ребёнок начнёт заучивать цвета, формы, называть и различать запахи, овладевать письмом и т. д., он проходит период практической деятельности. Ребёнок манипулирует предметами, играет с водой, песком, мелкими предметами, интерес к которым возникает примерно в 1,2 месяца и держится до 3 лет (по исследованиям М. Монтессори, которая выделила новый сензитивный период — интерес к мелким предметам). Эти манипуляции создают сенсорную базу, необходимую для познания мира, своеобразный «фундамент» умственного развития. Однако в развитии наших детей есть существенный пробел — именно в сфере практической деятельности. Следовательно, пока не удовлетворена эта потребность в накоплении чувственного опыта в процессе манипуляций, бесполезно требовать от них высокой результативности в сенсорной работе, которая стоит на ступеньку выше практической деятельности в силу того, что требует упорядоченности впечатлений, наличия первоначальных операций обобщения и анализа. Дети-сироты значительно отстают по возрасту на 1–2 года, а нередко и 3–4 года от своих сверстников с нормальным темпом созревания высших психических функций. Следовательно, для стимуляции развития необходимо было удовлетворить те потребности организма, которые не могли быть вовремя удовлетворены вследствие объективных патологических

причин. Когда дети не умеют обращаться с рядом бытовых предметов, это, во-первых, влечёт зависимость от взрослых и торможение в развитии личности и, во-вторых, создаёт пробелы в сенсомоторном развитии (из-за отсутствия опыта, практики), которые крайне трудно ликвидировать, так как сензитивный период для такой деятельности уже прошёл. Стоит добавить, что многие исследователи в системе коррекционной работы придают большое значение преодолению таких достаточно наблюдаемых нарушений, как недоразвитие тонкой моторики пальцев рук, дефицитность зрительно-моторной координации. «Опыт практической работы показывает, что манипулирование с мелкими предметами способствует преодолению таких нарушений».

Таким образом, дав детям возможность удовлетворить свои потребности в специально подготовленной среде, нами были решены несколько дополнительных задач, которые опосредованно повлияли на решение задач сугубо коррекционных.

1. Во время занятий создана прочная база для формирования сенсорных представлений и эталонов, а следовательно, умственного развития.

2. Максимально, насколько это возможно, для каждого конкретного ребёнка, были созданы условия для развития мелкой моторики и координации движений: дети научились конкретным умениям.

3. Следовательно, был создан необходимый фундамент для любого обучения (благодаря феномену поляризации внимания): ярко проявились познавательный интерес, сосредоточенность, работоспособность детей, мы убедились, насколько высоки потенциальные возможности этой категории детей, и тем самым опровергли расхожее мнение об их низкой произвольности и неспособности к длительному сосредоточению.

4. Во время занятий делался упор на свободу выбора детей, формирование умения принимать правила поведения в коллективе, умение доводить начатую работу до конца (удерживать программу) и убирать рабочее место.

5. Были реализованы на практике принципы здоровьесберегающих систем обучения.

Специфика группы диктовала свои условия при обучении детей, поэтому некоторые основополагающие принципы классического метода Монтессори пришлось отменить или видоизменить. Например, в процессе презентаций материала (показ алгоритма действия с ним, краткая инструкция) классический педагог системы Монтессо-

ри во многих случаях должен минимально пользоваться речью. Но для детей нашей группы важным направлением работы было также накопление и уточнение словарного запаса, поэтому в процессе презентаций мы посчитали уместным оречевлять свою деятельность, особенно при планировании ребёнком своей работы. Видоизменения относились и к организации свободной работы с материалами: занятия длились ровно столько времени, сколько отвёл специалист.

### СТРУКТУРА ЭЛЕМЕНТОВ МОНТЕССОРИ, ВКЛЮЧЁННЫХ В ЗАНЯТИЯ

**1. Ходьба на линии.** Упражнения на координацию движений проводились на ковре, выполнялись инструкции разного уровня сложности, задания на развитие внимания, памяти и фонематического слуха, которые постепенно, в течение года, усложнялись. Например, если в сентябре дети учились просто ходить по линии, не сходя с неё и не толкаясь, то к зиме каждый нёс чашку, сначала наполовину, а потом и доверху наполненную водой. Весной вместо чашки в руках у детей были столовые ложки с шариками для пинг-понга. Задача всегда была одна: выполнить задание, не сойдя с линии. Ходьба могла быть разной: спиной вперёд, боком, кружась, прыгая на одной ноге, с ношением предметов, под музыку разного темпа. Ходьба на линии длилась не более 1–2 минут.

**2. Приветствие.** Дети садились на линию и, начиная со специалиста, передавали по кругу зажжённую свечку (огонь помогал сконцентрировать внимание детей, так как интерес к свечке не иссякал) со словами приветствия. Приветствие могло быть самым разным и должно было решать коррекционные задачи. Например, введение в обиход приветствий «Доброе утро», «Здравствуйте», «Привет»; употребление имён в уменьшительно-ласкательном значении: «Здравствуй, Катенька», «Доброе утро, Кирюша»; расширение словаря признаков («Давайте поздороваемся с добрыми словами»): «Здравствуй, добрый, умный, замечательный, честный, опрятный Денис». Образец давал специалист, побуждая детей к поиску нужных слов. Такой приём помогал настроить детей на мирный лад, способствовал лучшему межличностному контакту. Также во время приветствия можно было закрепить внятность произношения: побуждать произносить имена и фамилии чётко, по возможности с поставленными звуками. Уместна была здесь и работа над силой голоса: например, сегодня мы здоро-

ваемся громко и чётко, а завтра — шёпотом. Особенно любопытно было наблюдать за детьми, когда свечка возвращалась к специалисту и перед ребёнком стояла непростая задача: подобрать добрые слова для педагога или ласково назвать его. Замечено, что такие нехитрые маленькие приёмы улучшили атмосферу в группе, создали положительный настрой для занятий, сформировали доверие к специалистам и лучший контакт с ними.

**3. Круг.** Проводилась работа, направленная на развитие мелкой моторики (с мелким раздаточным материалом).

**4. Минутка тишины.** Вариантов минутки тишины было несколько. Это релаксационные упражнения и аутотренинги: дети лежали с закрытыми глазами и слушали мельчайшие шорохи и шумы вокруг и шёпотом рассказывали, кто что слышал. Или специалист вводил элементы аутотренинга с релаксацией под спокойную музыку. А можно было просто лежать под релаксационную музыку без установочных фраз. Иногда музыка относилась к теме занятия: слушание природных шумов (шума воды, свиста ветра, журчание ручья — все эти природные звуки логопед называет вполголоса); слушание классической музыки, например, к теме «Зима» включался соответствующий фрагмент из «Времен года» Вивальди. Главной задачей было научить детей расслабляться, концентрироваться на своих ощущениях. Многие дети с трудом могли лежать неподвижно с закрытыми глазами, так как находились в двигательном беспокойстве. К таким детям мы подходили и тихонько гладили по руке, ноге, спинке. Вывод детей из состояния расслабленности проводился аккуратно. Мы шёпотом называли имя ребёнка (в том числе и для уточнения слухового внимания), тот медленно вставал и приступал к работе с выбранным материалом. Затем поднимался следующий ребёнок и т. д. Иногда мы называли сразу два имени. Не сразу ребята могли различить на слух имена Паша и Даша, произнесённые шёпотом. Впоследствии мы называли фамилии детей или имя и фамилию. Минутка тишины длилась от 3–7 минут.

После того как все дети поднимались с минутки тишины, наступало время **свободной работы**. По нашим наблюдениям, достаточно было 2–3 недель адаптации, чтобы дети привыкли к такому положению вещей и без напоминания выбирали понравившийся материал. Правила в свободной работе оговаривались как на круге, так и индивидуально и соблюдались всеми. Для отсутствия назидательной нотки и лучшего запоминания они преподносились детям в стихотворной форме, например:

*Мы друг другу не мешаем, если просят — помогаем.  
В нашей группе, как известно, игры все кладём на место.*

Таких правил не более 4–5. Детям проще было регулировать свою деятельность, если чётко обозначены рамки: что можно, а что нельзя. Роль специалиста в установлении этих рамок была велика, так как в его задачу входил показ презентаций материалов, куда обязательно входил и показ их уборки. Так, если ребёнок пересыпал ложкой горох из миски в миску и просыпал на поднос горошины, педагог показывал, как убирать горошины тремя пальцами обратно в миску. Если сыпучие материалы просыпаны на пол, специалист показывал ребёнку, где стоит ведёрко и щётка с совком для уборки, учил пользоваться этими предметами. Даже если ребёнок перенёс материал на стол, но уже раздумал работать с ним (на первых порах такое часто случалось из-за незрелости мотивационной сферы, лёгкой отвлекаемости), он должен был вернуть его на то же место в том же виде и только после этого взять другой. В большинстве случаев материалы не могут использоваться одновременно. Разумность правил облегчало задачу по их внедрению в жизнь. Очевидно, что правило, связанное с уборкой рабочего места, было полезно всему коллективу детей: желая поработать с понравившимся материалом, каждый был уверен, что найдёт его в определённом месте в определённом виде. Это было удобно и способствовало переходу детей на более высокий уровень личностного развития, где уважаются права других людей.

Таким образом, используя комплексный подход к обучению приёмных детей, где органично сочетались традиционное содержание работы и инновации в её организации (в основном это реализация индивидуально-ориентированного подхода в обучении), нам удалось достичь достаточно высоких результатов в коррекционной работе и избежать некоторых трудностей.

### **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЛОГОПЕДИЧЕСКОГО ТРЕНАЖЁРА «ДЕЛЬФА-142.1» В РАБОТЕ ЛОГОПЕДА С ПРИЁМНЫМИ ДЕТЬМИ**

Инновационные технологии подразумевают новые подходы в работе по коррекции того или иного нарушения устной или письменной речи и применение компьютерных методик на логопедических занятиях.

Чтобы сделать обучение приёмного ребёнка осознанным, нужны были нестандартные подходы, индивидуальные программы развития, новые инновационные технологии. Мы понимали, что процесс подачи материала на логопедическом занятии должен быть несколько другим, более индивидуализированным. Одной из таких инноваций явился логопедический тренажёр «Дельфа-142.1».

У наших детей были все виды нарушения речи. Характерным признаком клинической картины нарушений у большинства детей являлась сложность речевой патологии, наличие комплекса речевых нарушений, сочетание различных дефектов речи. Многие проявления патологии речи были связаны с общими психопатологическими особенностями этих детей, с особенностями протекания речевой деятельности в целом. У большинства наших детей имелись нарушения как импрессивной, так и экспрессивной речи, нарушения устной и письменной речи, неполноценность не только спонтанной, но и отражённой речи.

Импрессивная речь наших детей характеризовалась недостаточностью дифференциации речеслухового восприятия, речевых звуков, неразличением смысла отдельных слов, тонких оттенков речи. Экспрессивная речь этих детей характеризовалась нарушением звукопроизношения, бедностью словарного запаса, недостаточной сформированностью грамматического строя речи, наличием аграмматизмов, речевой инактивностью.

В работе с детьми логопед использовал тренажёр «Дельфа-142.1», который представляет собой комплексную программу по коррекции разных сторон речи. Это средство помогло решить самые разнообразные проблемы по коррекции речи: исправить дефекты произношения, планомерно работать над письменной речью. Тренажёр позволил внести игровые моменты в процесс коррекции речевых нарушений, неоднократно дублировать одно и то же упражнение, использовать различный наглядный материал: картины, слоги, буквы, голосовые фрагменты речи, музыкальное сопровождение и т. д. Представлялась возможность работать на различных уровнях сложности в зависимости от способностей ребёнка. Кроме того, можно было одновременно с коррекцией речи осуществлять работу над развитием памяти, внимания, восприятия.

С помощью логопедического тренажёра «Дельфа-142.1» решались следующие задачи логопедической работы:

- коррекция речевого дыхания;
- коррекция силы голоса, голосообразование;



- фонетическое оформление звучащей речи;
- темпо-ритмическая организация речи;
- работа над устранением назального оттенка голоса;
- коррекция произношения гласных и согласных звуков;
- отработка дифференциации парных глухих и звонких согласных;
- отработка дифференциации согласных по твёрдости-мягкости;
- работа над звуко-буквенным составом слова;
- работа над слоговой структурой слова;
- формирование обобщённого лексического значения слова;
- коррекция лексико-грамматической стороны речи;
- работа над морфологическим значением слова;
- формирование и развитие навыка чтения;
- расширение словарного запаса;
- работа над построением плана речевого высказывания;
- развитие связной монологической речи и т. д.

При этом на экране отображается:

- длительный, устойчивый плавный речевой выдох для слитного произнесения слов и фраз;
- активный, короткий речевой выдох;
- наличие или отсутствие голоса;
- сила и высота голоса;
- громкость и длительность звука;
- слоговая структура слова;
- словесное и логическое ударение.

Для более чёткого представления далее приведём структуру программы логопедического тренажёра «Дельфа-142.1».

### **Раздел «Звук»**

Включает в себя упражнения по коррекции речевого дыхания, темпа, ритма речи, голоса, звукопроизношения, по устранению призвуков. Для работы необходим специальный блок обработки речевого сигнала и микрофон (входят в комплект поставки). Включает 19 упражнений, распределённых по типам.

«Задуй свечки», «Чашка чая», «Бабочка» и «Сказочный замок» предназначены для отработки правильного речевого дыхания, плавности и длительности выдоха, слитного произнесения слов и фраз.

«Колобок» и «Бегемотик» помогут ребёнку, который наблюдает за изменением рисунка на экране, научиться произносить звуки различной громкости.

«Ёлочка» и «Репка» — для закрепления навыка произнесения слогов и слов на одном выдохе.

«Картинка из кубиков» и «Скатерть-самобранка» — для отработки слитного и ритмичного произнесения слогов, слов и фраз.

«Вертолёт» и «Подводная лодка» — для выработки правильного произношения гласных и звонких согласных звуков на начальных этапах обучения речи, а также для устранения назальных звуков в голосе и коррекции высоты голоса.

«Паровоз» и «Фонтан» — для отработки правильного произношения глухих согласных звуков.

«Космический стрелок» и «Индеец» — для формирования и автоматизации навыка голосообразования (включения голоса), а также при устранении назального оттенка в голосе.

«Речевая волна» — для формирования правильной ритмико-словесной структуры речи и коррекции дефектов плавности и слитности, в том числе при заикании.

«Речевая волна-2» применяется для тренировки произношения взрывных звуков и аффрикат.

«Спектр» — для отработки правильной артикуляции гласных, щелевых и сонорных согласных.

### **Раздел «Буква»**

Составление буквы из нескольких частей, нахождение буквы в ряду, постановка букв в слово. Возможность работать над дифференциацией 15 пар согласных, оппозиционных по способу и месту артикуляции. Раздел включает 9 упражнений.

«Собери букву из двух частей», «Собери букву из четырёх частей», «Собери букву (для отличников)» предназначены для формирования умения мысленно расчленить букву на несколько частей и соотнести расположение данных частей в пространстве. Они различаются уровнем сложности. Все три упражнения позволяют выбрать буквы, с которыми будет работать ребёнок.

«Найди букву», «Найди букву (для отличников)» предназначены для формирования первоначального навыка правильного чтения. Тренируют навык сличения печатного текста с образцом, сохраняя последовательность и количество элементов. Упражнения можно использовать как дополнительный материал при устранении проявлений дисграфии.

«Картинки» — для формирования навыка определения первого звука в слове и различения сходных по артикуляции фонем.



«Сортировка слов с пропущенными буквами» и «Конструктор» помогут отработать навык дифференциации парных согласных. Можно выбрать одну из 15 пар звуков, с которыми будет работать ребёнок.

«Тим и Том» используется для формирования навыка звукового анализа при дифференциации согласных звуков по твёрдости-мягкости.

### Раздел «Слог»

Нахождение слога, постановка слога в слово, восстановление порядка слогов в слове. Раздел включает 4 упражнения.

«Найди слог» — для формирования первоначального навыка правильного чтения и отработки техники чтения прямых и обратных слогов, умения определять состав слога.

«Грузовик» позволяет отработать правильное употребление слогов, содержащих сходные по артикуляции пары согласных. Можно выбрать любую из 15 пар согласных и гласную в слоге.

«Волшебный колодец» и «Волшебный колодец (для отличников)» предназначены для формирования первоначального навыка правильного чтения (работа с трёхсложными словами). С их помощью осуществляется тренировка восприятия слова сложной слоговой структуры.

### Раздел «Слово»

Глобальное восприятие слов, формирование словесной догадки, классификация слов по разным морфологическим и тематическим признакам. Раздел включает 19 упражнений.

«Прятки простые», «Прятки сложные» и «Прятки (для отличников)». С помощью упражнений данного типа формируется навык звукового анализа слова. В зависимости от выбора стимульного материала (картинки или аудирование) можно тренировать разные стороны фонемного восприятия.

«Мозаика» и «Мерцающая мозаика» — для тренировки чтения и узнавания слов, коррекции нарушения чтения, в качестве дополнительного материала для коррекции внимания и памяти.

«Найди имя существительное», «Найди имя прилагательное», «Найди глагол», «Классификация частей речи», «Сгруппируй существительные по обобщающим понятиям», «Определи число имени существительного», «Определи род имени существительного», «Определи число имени прилагательного», «Определи род имени прилагательно-

го», «Определи число глагола», «Определи время глагола», «Определи род глагола», «Найди предлог», «Антонимы» — все эти упражнения решают задачу развития лексико-грамматической стороны речи при работе с разными морфологическими категориями.

Многие упражнения тренажёра «Дельфа-142.1» предназначены для развития лексико-грамматической стороны речи и формирования навыка правильного согласования слов в предложении, что служит основой для развития активного словаря детей.

### Раздел «Предложение»

Работая в меню «Предложение», нужно было составить на полку глиняные горшочки со словами, образовав правильное по смыслу предложение: «Утром пошёл снег». Постепенно предложения усложнялись: нужно было вставлять предлоги, союзы, слова, подходящие по смыслу. Данные упражнения имеют несколько уровней сложности: от 3 до 5 слов в предложении. Постепенно возрастал уровень интеллектуальной нагрузки ребёнка. Более сложный уровень заданий содержался в упражнениях для отличников.

Раздел «Предложение» включал также упражнения на коррекцию лексико-грамматической стороны речи (8 упражнений).

«Восстанови предложение», «Составь предложение», «Вставь пропущенное слово», «Выбери форму слова», «Вставь предлог», «Вставь предлог (для отличников)», «Вставь союз», «Закончи предложение» — предназначены для развития лексико-грамматической стороны речи. Эти упражнения на разном материале тренировали детей в установлении смысловых и формальных связей между словами в предложении.

Комплект содержит также 63 базовых словаря с общим количеством единиц (слов или предложений) около 4,5 тысячи. Это общие и тематические словари (например, «Одежда», «Пища», «Школа» и т. д.), а также словари, построенные по фонетическому принципу («Гласные второго ряда», «Мягкий знак» и др.). Пользователь может формировать, сохранять и корректировать собственные словари, а кроме того, архивировать их даже при самых минимальных навыках работы с компьютером.

Тренажёр позволил:

- внести игровые моменты в процесс коррекции речевых нарушений;

- многократно дублировать необходимый тип упражнений и речевой материал;
- использовать различный стимульный материал — картинки, буквы, слоги, слова, предложения, звучащую речь;
- работать на разных уровнях сложности в зависимости от возможностей ребёнка;
- одновременно с логопедической работой осуществлять коррекцию восприятия, внимания, памяти ребёнка.

Для облегчения работы с тренажёром в программе есть максимально возможная унификация операций, набор звуковых и визуальных сигналов, а также несколько уровней помощи и подсказок. При этом звуковые и визуальные сигналы, как правило, дублировали друг друга, что позволяло работать с тренажёром без звукового сопровождения. Это особенно было важно при групповых занятиях.

Поскольку диапазон применения данного логопедического тренажёра достаточно широк, он решал множество специфических задач, связанных с особенностями психического развития приёмных детей с нарушениями речи.

Учёт особенностей зрительного восприятия наших детей с нарушениями речи осуществлялся следующим образом.

Во-первых, в данной программе соблюдены определённые требования к формам и размерам картинок и слов. В программе отсутствуют предметы с размытыми контурами, нарушением пропорций, перекошенными углами и пр. Для демонстрации слов выбраны хорошо читаемые шрифты. Размер букв достаточно велик, что позволяет ребёнку без напряжения прочитывать слово. В картинках максимально выражен контур, изображения просты и понятны детям.

Во-вторых, программа осуществляет учёт времени демонстрации материала на экране. Картинки и слова демонстрируются достаточно продолжительное время, чтобы ребёнок успел воспринять и осознать полностью то, что происходит. В ряде упражнений предусмотрены скоростные режимы, подобранные с учётом вариативности зрительного восприятия детей. При работе с крупными единицами (например, с предложениями) ребёнку и логопеду предоставляется возможность самостоятельно выбрать время демонстрации. Только после того как ребёнок полностью прочитал то, что было написано на экране, нажимается кнопка «Начать» или «Пуск».

Для коррекции целостности восприятия педагогом использовались следующие упражнения программы: «Собери букву из двух частей»,

«Собери букву из четырёх частей», «Собери букву (для отличников)». На экране появлялись детали определённой буквы. Их могло быть 2, 4 или 4 + 2 лишние. Ребёнок тренировался в составлении целостного образа из частей. На начальном этапе для коррекции целостности восприятия выбирались самые простые образы букв, например, Г, Л, О, П, С, Т. Затем более сложные, такие как А, Е, З, И, К, М, Н, Р, У, Х, Ч, Ъ, Ы, Э. И на завершающем этапе использовались самые сложные образы букв: Б, В, Д, Ё, Ж, Ф, Ц, Ш, Щ, Ю, Я.

Для отработки заданий совсем необязательно было ждать окончания букварного периода (так как список предъявления букв может быть установлен логопедом). Кроме того, анализ составляющих элементов знакомых и незнакомых букв очень полезен в плане пропедевтики грядущих затруднений.

Коррекция восприятия, пространственной ориентации осуществлялась на упражнениях «Найди букву», «Найди слог», «Мозаика». Во время выполнения этих упражнений, наряду с пространственной ориентацией, умением глобального восприятия слога или слова, развивались устойчивость внимания, наблюдательность, способность к запоминанию и переключению.

### **КОРРЕКЦИЯ РАЗНЫХ СТОРОН ВНИМАНИЯ И ПАМЯТИ**

Одним из проявлений расстройств внимания у наших детей является узость его объёма, который составляет в среднем от 1 до 3 единиц. Рассматриваемая программа оказалась удобной ещё и потому, что в рабочей зоне экрана находилось не более трёх картинок или слов. Экраны в упражнениях не были перегружены лишними деталями, способными отвлечь внимание ребёнка от процесса выполнения задания. Материал, непосредственно составляющий смысл упражнения (картинки, слова, предложения), выполнен крупно и ярко. Это помогало нашим детям сконцентрироваться на задании и дольше его выполнять.

Также удобным для работы оказалось разделение экрана в тренажёре на несколько зон. Задание к упражнению всегда появляется сверху. Так называемое «рабочее поле», с которым будет активно работать ребёнок, расположено в центральной части экрана. «Поле выбора», где расположен материал для анализа и соотнесения с материалом в рабочем поле, занимает нижнюю часть экрана. В неко-

торых упражнениях внимание ребёнка искусственно привлекается к «полю выбора». Ребёнок произвольно обращался к этому полю, прочитывал имеющиеся слова и пытался провести их грамматический анализ.

Расстройства внимания у наших детей затрудняют усвоение материала, а вследствие быстро наступающего утомления они не могут длительно выполнять однообразные виды работ. Чтобы избежать быстрого утомления, в программе предусмотрен целый комплекс различных приёмов. Например, тренировать ребёнка в постановке буквы в слово можно было, производя сортировку записанных на экране слов, осуществляя выбор картинок, конструируя из кусочков целую картинку, передавая слова весёлым человечкам и т. д.

Для коррекции памяти и внимания логопед использовал следующие упражнения и приёмы.

Работа над произвольным запоминанием проводилась при выполнении любого упражнения. Ребёнок выполнял задание «Собери букву». Он собирал несколько букв, подводил итог его работе. Затем педагог спрашивал, какие буквы он только что собирал. Результат воспроизведения можно было проверить, выбрав режим «Повтор», при котором все собранные буквы выводятся на экран. Тот же принцип работы использовался при выполнении упражнений «Найди букву», «Найди слог», «Картинки», «Сортировка слов», «Конструктор», «Грузовик», «Прятки» и т. д. Вопрос о том, над какими словами или буквами он работал, какие картинки он запомнил, звучал в конце каждого занятия. Это стимулировало мнемическую деятельность ребёнка и позволяло в более короткие сроки добиться ощутимых улучшений качества его памяти.

### РАЗВИТИЕ НАГЛЯДНО-ОБРАЗНОГО И СЛОВЕСНО-ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ

В развитии **наглядно-образного мышления** большую роль играют два взаимосвязанных условия. Первое — формирование у детей умений различать план реальных объектов и план образов и моделей, отражающих данные объекты. При этом формируется умение оперировать образами предметов, совершенствуется и усложняется структура образов, выстраивается система конкретных представлений о предмете. Второе условие — развитие речи.

В программе «Дельфа-142.1» существует целый ряд упражнений, которые позволили тренировать наших детей в соотношении объекта с его планом или частью. Это, например, все упражнения типа «Собери букву», упражнения «Найди букву», «Найди слог», «Конструктор», а также «Распредели существительные по обобщающим понятиям». Реализация второго условия — это непосредственная задача всего логопедического тренажёра.

В развитии **словесно-логического мышления** определяющую роль играет использование понятий, логических конструкций, формирующихся на основе самостоятельных языковых средств. Существует ряд условий, необходимых для формирования словесно-логического мышления.

1. Формирование речи как средства мыслительной деятельности.

Работу в этом направлении мы начали на материале практических задач, условия в которых выражены наглядными средствами. При этом речь выступала как средство произвольного управления образами. В логопедическом тренажёре предусмотрено несколько вариантов упражнений данного типа: «Картинки», «Грузовик», «Прятки простые» и «Прятки сложные» (на материале картинок). Для включения речи в процесс решения задачи нужно было побуждать детей не только называть предметы и действия с ними, но и использовать словесные обозначения пространственных отношений между ними, характеризовать временную последовательность. Использование разных способов словесного определения одной и той же предметной ситуации позволило глубже понять её, способствовало развитию гибкости мышления.

2. Обучение умению мыслить обратимо, понимать относительность тех или иных явлений.

Для этого нужно было научить детей устанавливать связи от слов и словесных высказываний к их предметному содержанию и обратно, от предметов, признаков действий, отношений — к словесным обозначениям. При этом связи должны были быть многообразными. В этом большую роль играли разнообразные грамматические конструкции (предложные, союзные, согласование слов в роде, числе, падеже и т. д.). В реализации этого условия большую помощь оказали упражнения блока «Предложение», в частности «Составь предложение», где в программу заложены все возможные варианты составления высказывания из предложенных слов.

3. Развитие всех мыслительных операций (анализ, синтез, сравнение, обобщение).

Упражнения программы помогли тренировать детей в этом направлении на материале образов, слов и звучащей речи. В частности, проводить дифференциацию оптических образов букв («Собери букву», «Найди букву», «Найди слог»), формировать звуковой анализ и синтез («Вертолёт», «Подводная лодка», «Паровоз», «Фонтан», «Картинки», «Сортировка слов с пропущенными буквами», «Конструктор», «Прятки»), классифицировать речевой материал с разным основанием классификации.

Эффективно решить задачу развития словесно-логического мышления позволила, в частности, специальная организация языкового материала, направленная на активизацию самостоятельной речевой деятельности ребёнка.

### РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ

Социальная ситуация, в которой находился ребёнок-сирота, имеет важное значение в процессе возникновения у него определённых личностных черт. Личность ребёнка формируется в ходе усвоения социального опыта, общения со взрослыми и сверстниками. Нарушение словесного общения создаёт определённые трудности в усвоении социального опыта. Отставание в развитии речи и общее недоразвитие отрицательно сказываются на осознании своих и чужих эмоциональных состояний, затрудняют формирование самосознания и других личностных черт. Более позднее приобщение к художественной литературе обедняет мир духовных переживаний и приводит к трудностям сопереживания другим людям. Для таких детей в большей степени, чем для нормально развивающихся, имеет значение стимульная среда. Необходимо с максимальной аккуратностью, продуманно подбирать материал для работы с этими детьми.

При работе с программой у детей появлялись только положительные эмоции. Этому способствовал общий «природный» стиль тренажёра, добрые, весёлые картинки, отсутствие резких звуков и быстрого движения на экране. В качестве центрального персонажа выступал добрый, улыбающийся Старичок-Боровичок, который особенно полюбился нашим детям. Он вместе с ребёнком радовался успеху — прыгал, хлопал в ладоши. В случае неудачи он не ругал, а огорчался,

сопереживал детям. Это был замечательный пример реагирования на чужие удачи и промахи. В словарях программы есть так называемая «аффективно окрашенная лексика» — это качественные прилагательные. На основе таких языковых средств представилась возможность параллельно поработать над эмоциональным развитием ребёнка.

У наших детей порой возникают большие сложности с оценкой и самооценкой. Программа стимулировала развитие реальной самооценки у приёмных детей. Система оценок тренажёра объективна и не предполагала различия. В то же время она мягка и корректна и не обижала детей. Чтобы ребёнок мог оценить результаты своего труда, сравнить их с предыдущим выполнением задания, в программе предусмотрен режим выведения итога работы. Без выставления оценок подсчитывалось количество правильных и неправильных ответов на вопросы.

### ИГРОВЫЕ ПРИЁМЫ ОБУЧЕНИЯ

Игра — одна из форм практического мышления. В игре ребёнок оперирует своими знаниями, опытом, впечатлениями, отображёнными в общественной форме игровых способов действия, игровых знаков, приобретающих значение в смысловом поле игры.

Любой вид работы требует сформированности определённой мотивационной основы. Чтобы ребёнок полноценно мог выполнять определённое учебное задание, его необходимо заинтересовать процессом или результатом выполнения. Компьютер как таковой в некоторой степени помогает решить эту задачу. Однако, если ребёнок сталкивается с выполнением скучных или однообразных заданий, мотив его деятельности быстро распадается. В этих условиях единственным оптимальным средством обучения детей становятся дидактические игры и занимательные задания. Они позволяют сохранить стойкий интерес к выполнению учебных операций, передавать и закреплять знания в рамках естественной для детей игровой деятельности.

Программа «Дельфа-142.1» построена исключительно на основе игровых приёмов. Любимыми упражнениями наших детей стали именно те, где они зажигали свечи на праздничном пироге и на новогодней ёлке, заставляли разговаривать Колобка и Бегемотика, помогали вытащить репку, поднимали в воздух вертолёт, играли с

весёлыми человечками, перемещали занимательные картинки, собирали разрезанную картинку, наблюдали за движением грузовичка по дороге и т. д. Дети, выполняя эти весёлые задания, усваивали сложные лингвистические понятия, формировали грамматический и лексический строй речи, накапливали речевой запас, работали над разными сторонами устной и письменной речи.

### **УРОВНЕВЫЙ ПОДХОД К ОБУЧЕНИЮ И УЧЁТ ЗОНЫ БЛИЖАЙШЕГО РАЗВИТИЯ**

В рамках ведущей деятельности детей программа «Дельфа-142.1» опирается и на зону их ближайшего развития. Состав и характер упражнений программы определяются не только тем, что ребёнок может сделать уже сейчас, но и содержанием тех задач, которые ребёнок пока ещё не может решить самостоятельно без ошибок, но уже осуществляет с помощью взрослого. То, что первоначально будет выполняться ребёнком под руководством педагога, станет затем его собственным достоянием.

В программе реализован уровневый подход к обучению. Существует несколько блоков заданий (меню), расположенных по принципу усложнения речевого материала, с которым будет работать ребёнок. Это, в частности, блоки «Звук», «Буква», «Слог», «Слово», «Предложение». Они рассчитаны на работу с ребёнком как в добукварный, так и в послебукварный период обучения. Внутри каждого из этих блоков задания усложняются от первого к последнему. Это, например, «Собери букву из двух частей», «Собери букву из четырёх частей» и «Собери букву (для отличников)», «Найди букву» и «Найди букву (для отличников)», «Волшебный колодец» и «Волшебный колодец (для отличников)». Усложнение в упражнениях, посвящённых собиранию буквы из частей, производилось по принципу увеличения количества деталей для сборки. В задании для отличников дополнительно на экране появляются лишние детали. Это заставляет ребёнка совершать пространственный анализ всех имеющихся деталей.

Уровни сложности предусмотрены также и внутри каждого из заданий. Например, в упражнении «Конструктор» ребёнок может работать с картинками или с написанными словами в зависимости от своих лингвистических возможностей; в упражнении «Грузовик» можно работать на разной скорости, от самой медленной до очень

быстрой; в упражнении «Прятки» можно опираться на зрительное или на слуховое восприятие (демонстрация картинок на экране или аудирование); в упражнении «Мозаика» можно находить слова, состоящие из трёх букв или, на более сложном уровне, состоящие из четырёх-пяти букв и т. д.

В каждом из упражнений логопед самостоятельно выбирал то количество заданий, которое будет выполнять конкретный ребёнок. Этот выбор был продиктован индивидуальными качествами ребёнка (его усидчивостью, утомляемостью, скоростью протекания нейродинамических процессов и т. д.) или логикой проведения занятия. При этом выборе также осуществлялся уровневый подход к проведению занятий. Так, в процессе работы можно было увеличивать или уменьшать количество заданий в зависимости от усвоения программы ребёнком.

Таким образом, осуществлялся индивидуальный подход к обучению каждого конкретного ребёнка, учёт его реальных возможностей и зоны ближайшего развития. Вся эта работа позволила уйти от авторитарно-дисциплинарной модели общения и привела к признанию индивидуальности и уникальности личностного развития каждого ребёнка.

Результатом этой работы стало:

- Снижение количества ошибок на письме, нормализация почерка, улучшение оценок по предметам;
- Значительное улучшение речи у детей с ОНР;
- У детей с психическим недоразвитием появилась мотивация к самостоятельному чтению и выполнению домашних заданий.

В настоящее время использование компьютерных тренажёров в обучении детей с особыми образовательными потребностями доказало свою перспективность и эффективность.

Компьютерный тренажёр «Дельфа-142.1» вобрал в себя все лучшие упражнения, направленные на коррекцию и совершенствование всех сторон речи дошкольника и школьника, и стал существенной поддержкой в работе логопеда.

По итогам коррекционной работы можно сделать следующий вывод: использование нейропсихологической коррекции эффективно интегрируется в процесс психолого-педагогического сопровождения развития детей и имеет положительные результаты.

Эффективность коррекционной работы подтверждают следующие результаты:



- у детей с ЗПР (церебрально-органического генеза): повышение работоспособности, познавательного интереса, улучшение мнестической деятельности, конструктивного праксиса, гностических функций, повышение обобщающей функции мышления; в общем, повышение уровня развития высших психических функций;
- у детей с гиперактивностью: повышение концентрации внимания и его устойчивости, увеличение усидчивости, улучшение письма, повышение произвольности и самостоятельности, улучшение поведения;
- у детей с психическим недоразвитием: повышение целенаправленности деятельности и уровня произвольности психических процессов, развитие графомоторных навыков, улучшение пространственной ориентировки, улучшение восприятия речи, увеличение связности речи и её активности, повышение сообразительности;
- у детей с трудностями в обучении: улучшение учебной деятельности и повышение успеваемости.

Также достигнуты следующие результаты: повышение самооценки, уверенности в себе, преодоление трудностей в общении в школе, дома.

Коррекционная работа с использованием нейропсихологических методов привела к оптимизации высших психических функций, изменению структуры их дефекта.

В ходе коррекции было обеспечено повышение общей психической активности, работоспособности.

Нейропсихологические упражнения позволили сформировать внимание как целенаправленную избирательную активность и как навык самоконтроля, улучшилась регуляция деятельности.

В результате коррекции значительные изменения произошли в сенсомоторной сфере, что привело к положительной динамике в развитии познавательных функций.

Под влиянием коррекционного воздействия произошли улучшения аффективной организации психической деятельности, за счёт чего были развиты эмоционально-личностные качества детей.

Считаем, что нейропсихологическая коррекция — одна из наиболее эффективных технологий работы, позволяющая получить результат и в познавательном развитии, и в развитии регулятивных функций, а также способствующая эмоциональному, личностному и коммуникативному развитию детей.

## КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ

Коррекция негативных эмоциональных проявлений — одна из главных проблем психологов, работающих с приёмными детьми. Эмоциональная сфера детей подобна радару: улавливая и оперативно реагируя на всевозможные неблагоприятия, влечёт за собой искажённое развитие некоторых других сфер психики и личности в целом. Одним из главных проявлений нарушения эмоционального состояния у приёмных детей является нарушение способности ребёнка контролировать и регулировать своё поведение, что выливается в двигательную гиперактивность, нарушение внимания и импульсивность. В сочетании с этими нарушениями встречаются также острые эмоциональные реакции, окрашивающие конкретные, конфликтные для ребёнка ситуации: агрессивные, истерические, протестные реакции, а также реакции страха и чрезмерной обиды; напряжённые эмоциональные состояния — более стабильные во времени надситуативные негативные переживания: мрачность, тревожность, подавленное настроение, боязливость, робость; нарушения динамики эмоциональных состояний: аффективная взрывчатость и лабильность (быстрые переходы от положительных эмоций к отрицательным и наоборот). Тревожный синдром — состояние беспричинной обеспокоенности, сопровождающееся нервным напряжением, непоседливостью. Ребёнка, испытывающего тревогу, можно определить как неуверенного, скованного, напряжённого. Этот синдром выражается в частой смене настроений, плаксивости, ослаблении аппетита, сосании пальцев, обидчивости и чувствительности. Тревога часто переходит в страхи (фобии). Апатия — безучастное отношение ко всему происходящему, которое сочетается с резким падением инициативы. При апатии утрата эмоциональных реакций сочетается с поражением или отсутствием волевых побуждений. Только с большим трудом можно ненадолго растормозить эмоциональную сферу, способствовать проявлению чувств. Таким образом, апатичного ребёнка можно описать как вялого, равнодушного, пассивного.



Предлагаемая нами психолого-педагогическая технология ориентирована на работу с собственно эмоциями и эмоциональными реакциями как формами их проявления. Программа, разработанная нами, основана на применении метода игровой терапии в коррекции негативных эмоциональных проявлений, в частности купировании, уменьшении агрессивности, конфликтности, враждебности. Представленная технология — одна из доступных и эффективных. Освоив её, педагог-психолог имеет возможность при необходимости компетентно построить коррекционно-развивающую работу с эмоциональной сферой детей, создать условия для её развития, обеспечить ей текущую профилактическую поддержку. Здоровая эмоциональная сфера, адекватность эмоций, чувств, настроения, всех эмоциональных проявлений детей — необходимые условия для максимального развития природного потенциала ребёнка, успешной адаптации в социальной жизни, постоянного движения вперёд. Данная методика будет интересна не только для психологов интернатных учреждений, но может быть применима и в условиях общеобразовательных школ полностью или отдельными упражнениями.

Синдром гиперактивности и дефицита внимания (СДВГ) представляет собой сочетание общего двигательного беспокойства, неусидчивости, импульсивности поступков, эмоциональной лабильности, нарушений концентрации внимания. Отсюда следует, что основные признаки данного синдрома — отвлекаемость внимания и двигательная расторможенность. Таким образом, ребёнок, страдающий СДВГ, непоседлив, не доводит до конца начатое дело, у него быстро меняется настроение.

У детей из приёмных семей обнаруживаются эмоциональные нарушения чаще, так как влияние неблагоприятных факторов усугубляет уже имеющиеся нарушения поведения. В процессе становления личности в дошкольном возрасте ребёнок с психоэмоциональными нарушениями часто встречается с ситуациями, приобретающими кризисный характер, которые непосредственно воздействуют на его психику и стимулируются неблагоприятной социальной средой, в частности семейной. Поэтому актуальным является вопрос о том, как помочь родителям, взявшим ребёнка в семью, решить проблемы воспитания, а ребёнку научиться преодолевать психотравмирующие ситуации и справляться с негативными эмоциональными переживаниями, тем самым оптимизировать развитие социальных адаптационных механизмов. Приёмные дети гораздо хуже адаптируются

в новой обстановке и более подвержены воздействию негативных стресс-факторов. Это тоже увеличивает тревожный фон настроения ребёнка, т. е. ухудшает его психоэмоциональное состояние, что является индикатором осложнения поведения.

Говоря о семье, необходимо отметить, что многие приёмные родители сами не контролируют свои эмоции — «срываются, возмущаются, наказывают». Большинство не считают это проблемой, а значит, не готовы менять свои реакции, своё отношение и к ребёнку, и к его поведению. Способность приёмных родителей владеть своими эмоциями играет важную роль в развитии ребёнка, влияет на его физическое и психическое здоровье, что особенно важно в общении с приёмными детьми. Главными факторами, которые определяют прогноз, возможность полноценного развития ребёнка, его самоактуализации, являются характеристики семьи ребёнка. Именно от них зависит риск формирования у ребёнка вторичных психосоциальных проблем (асоциальное поведение и т. д.). Поэтому работа по стабилизации эмоциональных состояний проводилась не только с детьми, но и с родителями. Реализовывалась она через индивидуальные консультации, которые были направлены на формирование умения различать собственные чувства, правильно озвучивать и адекватно их выражать.

При реализации нашего проекта мы столкнулись с тем, что наибольший интерес вызывали вопросы, касающиеся обеспечения эмоционального благополучия (положительное, комфортное эмоциональное состояние) ребёнка в семье. Мы рассматривали такое состояние как базовое, являющееся основой отношения ребёнка к миру и влияющее на познавательную сферу, эмоционально-волевую, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со взрослыми и сверстниками.

Для стабилизации эмоциональных состояний при работе с детьми нами использовались как индивидуальные методы коррекции эмоциональных нарушений с использованием элементов игротерапии, телесно-ориентированной терапии, танцевальной и арт-терапии, так и программно-аппаратные комплексы с обратной биологической связью «Комфорт» и «Нейрокурс».

С помощью игротерапии мы решали три основные задачи: способствовали развитию самовыражения ребёнка; снимали имеющийся у ребёнка эмоциональный дискомфорт; формировали процессы саморегуляции.

Применяя недирективную игровую коррекцию, мы осуществляли эмпатическое общение с ребёнком, эмоционально сопереживали ему, устанавливали определённые правила в игре.

С помощью сюжетно-ролевых игр мы способствовали коррекции самооценки приёмного ребёнка, формированию у него позитивных отношений со сверстниками и взрослыми. Перед началом игровой коррекции разрабатывался сюжет игры, подбирались игровые материалы, планировались игровые ситуации. В процессе игры специалист фиксировал эмоциональные проявления ребёнка. Способность ребёнка входить в роль, уподобление разыгрываемому образу — это важное условие для коррекции эмоционального дискомфорта у ребёнка и его внутриличностных конфликтов. Сюжетно-ролевые игры мы проводили совместно с приёмными родителями ребёнка. Предварительно вместе с родителями мы обсуждали проблемную ситуацию, характерную для данной семьи. Во время игры рекомендовали меняться ролями. Например, приёмный родитель выступал в роли ребёнка, а ребёнок — в роли приёмного родителя. Опыт нашей работы показал, что использование этого метода психологической коррекции вызывает у детей широкий диапазон положительных эмоций: от спокойно-удовлетворённого состояния до состояния эмоционального вдохновения.

С помощью арт-терапии мы корректировали страхи у детей и подростков. На первых двух занятиях по рисованию темы для рисунков выбирали сами дети. На последующих занятиях ребёнку предлагали тематические рисунки: «Я в школе», «На улице», «Я дома», «Моя семья», «Что мне снится страшного?», «Кого я боюсь?», «Мой самый страшный день». Следующий этап занятий был направлен на устранение страхов. Кроме рисунков, для коррекции страхов мы изготавливали маски, фигурки из пластилина, конструкции из подручных материалов (провода, материи, верёвок и др.).

На индивидуальных консультациях с приёмными родителями для коррекции эмоциональных нарушений и с целью профилактики эмоционального выгорания использовались телесно-ориентированная терапия, арт-терапия, библиотерапия, релаксационные и медитативные техники и программно-аппаратный комплекс «Нейрокурс».

Биологическая обратная связь — это своеобразное «физиологическое зеркало», в котором человек может видеть, слышать и чувствовать «отражение» собственных физиологических функций в доступной для осознания форме. Программно-аппаратный комплекс

«Нейрокурс» предназначен для выработки навыков саморегуляции на основе метода функционального биоуправления обратной связью. Программа «Нейрокурс» имеет простой и понятный пользовательский интерфейс, обеспечивающий быстрый доступ ко всем возможностям программы. Программа обеспечивает управление прибором, приём и математическую обработку зарегистрированных прибором физиологических параметров, формирование визуальных и звуковых сигналов обратной связи в соответствии с заданной методикой. Программа включает в себя картотеку, хранящую сведения обо всех пациентах, результаты проведённых сеансов и индивидуальные настройки сеансов для каждого пациента. Помимо лечебных сеансов, программа имеет диагностический режим, позволяющий регистрировать и анализировать изменение состояния пациента от сеанса к сеансу (так называемые диаграммы прогресса).

Дети, которые принимали участие в данном проекте, проходили лечение и коррекцию нарушенных состояний, таких как психосоматические и психоэмоциональные нарушения, восстановление ресурсов организма при постстрессовых нарушениях, повышение стрессоустойчивости при возрастных и кризисных стрессовых нагрузках. Они учились адекватному поведению при стрессах, активному противодействию им, снижению физиологических затрат и расширению спектра эффективных поведенческих стратегий, формированию новых возможностей, высокой концентрации внимания, расширению возможностей произвольного контроля поведения и произвольной саморегуляции состояния. Для проведения БОС-тренинга использовались также вспомогательные техники, различные приёмы аутогенной тренировки, медитации, создания позитивных образов, другие психологические приёмы. В совокупности с методами нейропсихологической коррекции неврологом и психиатром была назначена и медикаментозная поддержка.

Перед проведением эффективного тренинга или коррекционных процедур мы предварительно оценивали общее и психоэмоциональное состояние ребёнка. Психодиагностические методики подбирали в соответствии с актуальными задачами работы для того, чтобы диагностика не была избыточной или недостаточной. В программу «Нейрокурс» встроены две методики для проведения психологической экспресс-диагностики: «Цветопредпочтение» и «Сенсорные предпочтения». Данные, полученные по их результатам, помогали выявить важные индивидуальные особенности ребёнка и оптимизировать

коррекционный или профилактический курс функционального биоуправления. Перед ребёнком мы раскладывали карточки в произвольном порядке и просили выбрать самую приятную. После выбора эту карточку убирали и просили выбрать приятную из оставшихся. При этом говорили ему, что правильного выбора не существует.

В методике «Сенсорные предпочтения» мы определяли структуру репрезентации сенсорных систем. Это очень важно, поскольку она позволяет точно определить вид сигнала обратной связи, который лучше будет восприниматься ребёнком, следовательно, оптимизировать процесс выработки навыков. Методика «Сенсорные предпочтения» позволяет выделить людей, акцентированных по визуальному, аудиальному, кинестетическому каналам. Детям мы предлагали заполнить анкету, которая появлялась на экране в виде 8 тестовых листов, на каждом из которых представлен один вопрос и 6 пар ответов. В каждой паре необходимо выбрать тот ответ, с которым они согласны. При этом им также говорили, что правильных ответов не существует, просто тест позволяет лучше понять их индивидуальные особенности.

Тренинг саморегуляции с использованием функционального биоуправления по своей сущности не отличается от обучения выработки инструментального условного рефлекса. Наиболее эффективными для купирования психоэмоционального напряжения и стрессовых состояний являются комплексы дыхательных упражнений. Изменяя произвольно режим дыхания, человек изменяет и режим своей психической деятельности.

Прежде чем приступить к выполнению упражнений непосредственно на аппарате, с детьми дошкольного и младшего школьного возраста мы проводили несколько вводных занятий, где им в доступной форме было рассказано о дыхании и продемонстрированы разные типы дыхания. Для демонстрации разных типов дыхания мы использовали наглядный материал. Занятия длились по 15–20 минут, проходили как в групповой, так и в индивидуальной форме. Мы собирали небольшие группы, чтобы наблюдать за работой каждого ребёнка.

Детям даётся инструкция: «Мы дышим, когда играем, спим, кушаем. Все мы умеем дышать и дышим всегда. Но дышим по-разному. Мы можем дышать часто через рот, как собачки в жару». И мы с ними пробовали так дышать. Затем, надувая маленький воздушный шарик, мы показывали, как воздух наполняет лёгкие.

Далее объясняли, что мы можем дышать грудью, выпячивая её. Надували бóльший по размеру шарик. А можем дышать глубоко, животиком. И при этом надували самый большой и яркий воздушный шарик. Эти упражнения вызывали у детей восторг и понимание того, какие типы дыхания есть у человека и какой объём воздуха они дают.

Далее мы знакомили детей с техникой диафрагмального дыхания. Рассказывали о том, что все мы умеем дышать, но часто не задумываемся над тем, как это делаем. От того, как мы дышим, зависит очень многое в работе нашего организма. В ходе занятий мы правильно учились дышать: так, чтобы нашему сердцу было удобно работать, чтобы мы чувствовали себя спокойно и уверенно, чтобы наше настроение было хорошим и весёлым. И проделывали с детьми упражнение «Воздушный шарик». Представляли, что у них в животе поселился маленький воздушный шарик. Ему очень нравится, когда его надувают и сдувают. И далее пробовали надуть его, комментируя действие так: чтобы надуть шарик большим, воздух надо вдыхать через нос. Далее смотрим, у кого шарик получился самый большой. Обязательно следили, чтобы при вдохе надувался только живот, а грудная клетка при этом оставалась неподвижной. Для того чтобы дети производили правильный вдох, мы клали руку им на живот и просили её вытолкнуть.

На следующем занятии проводили упражнение со снежинками, которые мы предварительно вырезали из бумаги и повесили на ниточки. Затем дети вдыхали воздух животом и через нос так, чтобы снежинки приближались к их лицу. При этом воздуха становилось всё больше и больше, и он заполнял живот, и от этого живот надувался, как шарик. После все делали выдох... и снежинки улетали.

Отработав с детьми вдох, далее проводили занятия на диафрагмальный выдох. Через трубочки для коктейлей дети медленно выдували воздух так, чтобы в стакане с водой появились булькающие пузырьки. А затем надо было сложить свои губы такой же трубочкой и ещё раз медленно выдуть воздух — на воде должна была появиться воронка. При этом мы следили за тем, чтобы на выдохе живот втягивался, как бы выталкивая воздух. Выдох должен быть свободным, а мышцы лица — расслаблены. Чтобы помочь детям произвести правильный выдох, при вдохе клали руку им на живот и чуть-чуть надавливали на брюшную стенку.

Также малышам мы раздавали пёрышки, устраивая соревнования, кто дольше сможет дуть на них, добиваясь отклонения или

разворачивания. Отработав с детьми диафрагмальный вдох и выдох, приступали к упражнениям на объединение фаз диафрагмального вдоха и выдоха. На занятии мы вспоминали про наш шарик в животе, который мы надували, а затем медленно-медленно сдували, как будто дуем на пёрышко. Важно было отследить, чтобы каждый ребёнок дышал в удобном для себя темпе, не подстраиваясь под других детей. После этого мы раздавали детям игрушки и просили укачать маленьких друзей, им пора спать. Клади их им на живот: на вдохе игрушки качались вверх, на выдохе — вниз.

После этого показывали детям приборы, объясняли их значение и безопасность, сравнивая их, например, с градусником. В течение упражнений вводили такие понятия, как «дыхание», «диафрагмальное дыхание (животом)» и «саморегуляция», объясняли им связь дыхания и работы сердца, зависимость настроения и здоровья от разных способов дыхания.

И после того, как у ребёнка устанавливалась правильная координация движений на вдохе и выдохе, мы приступали к работе за компьютером. На занятиях некоторые дети жаловались на головокружение (обычно так было на первых занятиях), тогда мы просили их сделать произвольный вдох, глубокий выдох и задержать дыхание на 5–10 секунд. А бывало так, что кто-то не мог запомнить технологию дыхания и поэтому не имел возможности скоординировать движения. Это могло быть из-за того, что у ребёнка жёстко закрепился патологический стереотип дыхания. Иногда ребята жаловались на то, что им «не хватает воздуха», обычно это происходило в течение первых 3–4 сеансов. Мы разрешали им делать более глубокий вдох грудью, и к 5–6 занятию навык диафрагмального дыхания закреплялся, дыхание становилось комфортным, а результат стабильным. На выдохе у ребёнка должно было возникнуть ощущение, что вместе с воздухом уходит и напряжение, то есть задача состояла в том, чтобы с каждым выдохом ребёнок расслаблялся всё больше и больше. Расслабление должно было быть не только мышечным, но и эмоциональным. Первое занятие мы сделали полностью ознакомительным, где ребёнок должен был понять непосредственную связь между своими движениями и изменениями, которые происходят в игре.

Ребёнку мы объяснили, что перед ним компьютер и ещё один маленький прибор. Этот прибор может слышать, как он дышит, и рассказывать об этом компьютеру. Если ребёнок сможет дышать так, как мы научили его на занятиях, то компьютер покажет ему мультфильм

про бабочку. И в это время проводили демонстрационную сессию в режиме эмуляции игры «Бабочка».

Работу с детьми младшего возраста проводили индивидуально, при постоянном контроле за правильностью выполнений дыхательных движений. Но так как дыхательные стереотипы у маленьких детей ещё жёстко не закреплены, то на выработку навыка им нужно было меньше времени, чем более взрослым ребятам. Практический этап работы за компьютером занимал в среднем 10 занятий и делился на 3 этапа: постановка дыхания, обучение, закрепление навыка.

Каждый из этапов мы отработывали на нескольких занятиях. На первом объясняли, демонстрировали и давали пробную сессию. На остальных отработывали тот или иной режим со сменой слайдов и цветов. В начале каждого занятия проводился новый диагностический сеанс длительностью 1,5 минуты с целью оценки изменения функционального состояния ребёнка в ходе работы и динамики закрепления нового стереотипа дыхания. Вот примерная инструкция детям, которая давалась для каждого из режимов работы: «Ты любишь рисовать? Я уверена, что ты замечательно умеешь закрашивать столбики! Давай попробуем сейчас закрасить столбик на бумаге». Для этого мы подготавливали листы бумаги с изображением столбика и краски с карандашами. После этого предлагали ребёнку рисовать своим дыханием. И объясняли, что, когда он сделает вдох, столбик закрасится, а когда выдох, краска постепенно вернётся к нему, и он сможет перейти к следующему столбику. Важно было следить за тем, чтобы дыхание у ребёнка было глубоким и спокойным. Когда дети освоили основные дыхательные упражнения: «Столбик», «Полоса», «Прозрачность», переходили к анимации «Бабочка», которая является игровой. Но ребёнку необходимо было объяснять по ходу демонстрации мультфильма, что должно происходить в каждый момент времени. Режим «Бабочка» мы использовали по желанию ребёнка на различных этапах работы, где с отработкой навыков у него получалось всё лучше и лучше.

В зависимости от состояния детей мы дополнительно использовали режимы «Тренировка дыхания», «Полоса». Если пульс начинал расти, это свидетельствовало о том, что, скорее всего, ребёнок устал, и тогда мы переходили к фазе отдыха.

Не сразу, но по прошествии примерно 2 месяцев после начала обучения дыханию у детей стала формироваться эмоциональная стабильность. Вместе с этим педагоги и родители стали отмечать

скачкообразную динамику в развитии высших психических функций у детей. И на этом этапе мы начали отрабатывать стрессовые ситуации с конкретным ребёнком, например, ссору с друзьями или родителями, адаптационные периоды в семье, в школе, в детском саду, болезни, отношения с учителями, неотработанные травматические ситуации.

За время проведения занятий у детей с нейропсихологическими особенностями уравнились процессы торможения и возбуждения в ЦНС, снизилась избыточная нагрузка на сердечно-сосудистую систему, улучшилось кровоснабжение головного мозга.

Следующий режим работы с функциональным биологическим управлением на тренинге — биоуправление по параметрам электромиограммы (ЭМГ). Электромиографическое измерение стрессовой реакции позволяет дать оценку влияния стресса на поперечно-полосатую мускулатуру, его можно, в сущности, рассматривать как косвенное определение нервно-мышечного напряжения. Так, например, электрический потенциал генерировался мышцами руки, когда человек представлял себе поднятие веса, мышцами языка — при внутренней речи, глазами мышцами — при зрительном представлении и мышцами предплечий — при нагрузках. Высокий мышечный тонус, вызванный психоэмоциональным напряжением, часто остаётся ниже порога восприятия.

Поверхностная ЭМГ позволяет индивидууму осознать ежеминутные изменения мышечного напряжения, поощряя попытки расслабления и саморегуляции. ЭМГ-ФБУ-тренинг используется в двух целях: научить человека снимать спазм или напряжение отдельных мышечных групп, обучить релаксации и снятию психоэмоционального напряжения.

Для детей с нейропсихологическими особенностями мы формировали навык общей мышечной релаксации и развивали и восстанавливали мышечное чувство. Так как у них сформировались хронические эмоциональные переживания, то наблюдалось проявление локализации мышечного напряжения в определённых группах мышц, в которых со временем чувство напряжённости пропало и повышенный тонус стал нормой. По опыту нашей работы мы убедились, что стандартных методик общей релаксации оказывается недостаточно, так как нарушена способность к дифференциации ощущений напряжения и расслабления. С помощью тренинга мы обучили группу детей координированному управлению мышечным напряжением.

Для этого использовали постановку датчиков на трапециевидную или фронтальную мышцы.

Для выработки навыка мышечного расслабления мы использовали режим «Понижение активности». Диагностическую регистрацию уровня ЭМГ производили перед процедурой ЭМГ-ФБУ в течение 1–2 минут. Запись осуществляли в положении сидя в кресле. Мышцы лица, плечевого пояса, спины, ног дети расслабляли, при этом не двигались и не разговаривали. Мы говорили ребёнку, что во время сеанса будет звучать музыка и ему нужно хорошо почувствовать и запомнить ощущения в теле во время звучания музыки. Временами музыка будет прерываться, это сигнал о том, что появилось напряжение. Необходимо вспомнить и воспроизвести те свои мышечные ощущения, которые были во время звучания музыки. При зрительном сигнале обратной связи инструкции аналогичны, но давали уточнение: на экране монитора сюжеты будут сменять друг друга, их изменение будет происходить только при успешно выполненном задании, то есть при достижении и удерживании расслабленного состояния. Тренировка достижения глубокого уровня мышечной релаксации осуществляется за счёт запоминания этого состояния и произвольного воспроизведения его вновь и вновь.

Таким образом, изменение уровня ЭМГ у детей, которые проходили тренинги, от сеанса к сеансу свидетельствовало об улучшении «мышечного чувства», об освоении навыка мышечной релаксации.

Были такие случаи, когда ребёнку не удавалось снизить уровень мышечного напряжения. Для улучшения ощущения разницы между расслаблением и напряжением проводилась процедура в режиме «Повышение напряжения» в течение 1 минуты. Для этого нужно было напрячь лобную мышцу, то есть нахмурить брови, и при работе с трапециевидной мышцей поднять и напрячь плечи и мышцы спины.

Для зрительной обратной связи мы представляли режимы «Индикатор», «Полоса», где длительное время нужно было удерживать мышечную напряжённость на заданном уровне, добиваясь открытия и смены слайда, «Видео», воспроизведение видеофайла, «Прозрачность», замутнение изображения и его очищение.

Аудиальный сигнал мы использовали как самостоятельный и как дополнительный к визуальному. Это такие как «Тон», где идёт сопровождение изменений тонового сигнала, «Пороговая музыка», где нужно было добиться чёткого звучания музыки в ходе всего сеанса, «Фоновая музыка».



Следующий режим, который мы использовали в программе «Нейрокурс», это функциональное биоуправление по параметрам электроэнцефалографии (ЭЭГ). Применение этого режима в ходе обучения помогло детям выработать навык произвольного управления активностью головного мозга и сформировало оптимальное функциональное состояние.

Электроэнцефалограмма отражает текущее функциональное состояние мозга с очень хорошим временным разрешением и поэтому остаётся важным инструментом исследования мозговых механизмов обеспечения высших психических функций. Для программы «Нейрокурс» в рамках исследования нейрофизиологических особенностей нарушения функций внимания у детей с СДВГ по ЭЭГ коррелятам был разработан специальный диагностический блок с пробами, направленными на тестирование различных сенсорных модальностей при исследовании функций внимания с параллельной регистрацией ЭЭГ.

### **Диагностика с пробами**

Сначала мы подготавливали ребёнка к проведению проб. Давали ему инструкцию такого типа: «Давай поиграем в игру “Замиралки”. Побеждает тот, кто дольше так высидит». После завершения каждой пробы мы давали ребёнку подвигаться. На первом этапе проводили фоновую запись с закрытыми глазами в состоянии покоя, на втором этапе — простую зрительную фиксацию. Она проводилась на статичном объекте или объекте, медленно перемещающемся в поле зрения. По умолчанию использовали сюжет «Точка» при выключенном звуке.

На третьем этапе проводили аудиальное внимание. Основной целью этого задания является не изучение внимания или памяти, а создание ситуации, связанной с таким вниманием, и фиксация изменений в ЭЭГ при выполнении условий этого эксперимента. В зависимости от возраста мы меняли сложность задания. Самое простое — это посчитать количество определённых сигналов, звуков, которые возникали на нейтральном фоне. Наиболее сложным заданием является задание на запоминание определённых деталей прослушиваемого текста. Длительность пробы — 2 минуты, звук включён всегда. Сюжеты с вариантами распределялись от простого к сложному. Например, мы давали вот такую инструкцию: «Сейчас будет звучать музыка, но иногда каркать ворона. Закрой глаза и внимательно слушай. Нужно запомнить, сколько раз каркнула ворона».

На четвёртом этапе проводили визуальное внимание. Это исследование функции внимания с нагрузочной пробой на концентрацию внимания с фиксацией на зрительном объекте. Вот одна из инструкций, которую мы проводили как с детьми 6–7 лет, так и с подростками: «На экране будут появляться разные фигуры серого цвета. Иногда будет появляться круг синего цвета. Внимательно смотри на экран и сосчитай, сколько раз появится такой круг». К этому режиму относятся такие упражнения, как «Животные и птица», «Найди животных», «Запомни детали», «День рождения» и др.

Пятый этап — кинестетическое внимание. Здесь мы исследовали внимание с нагрузочной пробой на концентрацию внимания при тактильной перцепции, то есть определении предметов на ощупь. В этой пробе мы предлагали ребёнку, используя кинестетическое чувство, определить форму предмета и угадать его. На этом этапе мы сначала предложили ребёнку нащупать предмет в мешке и назвать его, а после достать. Либо найти нужный предмет по просьбе методиста. Затем на экран выводили рисунки фигур и одновременно просили ребёнка найти такую фигуру в мешке.

Шестой этап — сенсомоторная реакция, где мы проводили исследование ЭЭГ при концентрации внимания с необходимостью координируемой двигательной реакции при узнавании значимого стимула. Суть задания: на некоем звуковом или зрительном фоне в случайном порядке предъявляются значимые и незначимые звуки и изображения — нужно нажать клавишу при появлении значимых объектов. Здесь мы ребятам предлагали визуальный сюжет, например: «Сейчас на экране в разных местах будет появляться зелёный квадратик. Если он появляется в верхней части экрана, то нужно нажать на клавишу. Если в нижней, то нажимать клавишу не надо».

При аудиальном контроле предъявлялись тональные сигналы, и на их фоне появлялись другие звуки.

Затем мы проводили сюжеты обратной связи: «Кристалл», «Контур», сюжет-гараж, сюжет-ферма, где надо было обрисовать контуры разных животных на ферме, и видеосюжеты.

Мы использовали метод функциональной биологической связи для детей с нейропсихологическими особенностями. У детей с синдромом двигательной активности мы комбинировали ЭМГ–ФБУ и ЭЭГ–ФБУ-тренинг, эта работа выявила положительные результаты у детей с отставанием в чтении и проблемами в обучении. С детьми, страдающими синдромом двигательной активности, мы работали



одновременно по двум направлениям: увеличению сенсомоторной активности и подавлению физической, то есть ребёнок должен быть сосредоточенным, но в то же время физически расслабленным. Дети с синдромом дефицита внимания плохо выполняли тестовые задачи, требующие длительной концентрации внимания, но в то же время они могли долго играть в компьютерные игры, где задачи менялись каждые несколько секунд. ЭЭГ–ФБУ включает этих ребят в выполнение задачи, требующей длительного внимания, и в то же время изменяет ЭЭГ оптимальным образом.

Проводя ЭЭГ–ФБУ короткими (5–6 сеансов) тренингами в режиме «Кардио» и ЭМГ, мы обучили детей общим навыкам самоконтроля и саморегуляции. Сами занятия способствовали повышению уровня активности внимания и сформировали навык планирования деятельности. Осознание дыхания при использовании ФБУ развило в детях интернальность и осознание причинно-следственных связей на уровне восприятия собственного тела. Кроме того, эффективное дыхание способствовало улучшению оксигенации тканей головного мозга, что позволило исключить астенический и гипоксический компонент, утяжеляющий симптоматику психоэмоционального нарушения, тем более при наличии анамнестических данных о перинатальной энцефалопатии гипоксического или смешанного генеза. Дети обучились самоконтролю через контроль выраженности и управляемости мышечной реакции. Это важно в связи с тем, что управление произвольной мышечной активностью является часто слабой стороной этих детей из-за нарушения функции управляющего контроля. Необходимость же контроля выливалось у них в чрезмерное мышечное напряжение. Выполнение условий тренинга, наблюдение за изменениями тренировочного сюжета и необходимость выполнения определённых и своевременных действий способствовали развитию навыка воздержания от импульсивных моторных реакций, что являлось проблемой для детей с СДВГ смешанного типа или с преобладанием гиперактивности и импульсивности. Планомерное обучение структур мозга в ходе ЭЭГ–ФБУ-тренинга способствовало формированию навыка произвольного сосредоточения, закрепило начатое изменение способности к самоконтролю, поведенческих реакций, которые параллельно закреплялись в групповых занятиях по нейропсихологической коррекции и подкреплялись медикаментозной терапией.

Таким образом, комплексная работа по коррекции эмоциональных нарушений позволила улучшить психическое здоровье приёмных

детей, сбалансировать положительные и отрицательные эмоции, обеспечить поддержание душевного равновесия и жизнеутверждающего поведения. Появились принципиально новые навыки саморегуляции у ребёнка, которые предполагают, помимо развития эмоционального контроля, переход от внешней к внутренней регуляции поведения (когда оно становится внутренне осмысленным) и установление соподчинения мотивов поведения, формирование положительного эмоционального отношения к окружающей действительности.

Также положительными результатами работы с приёмными родителями по регуляции психоэмоционального состояния стали повышение социальной активности, приобретение новых средств эмоциональной экспрессии; облегчение усвоения новых положительных установок и форм поведения; коррекция коммуникативной функции; активизация творческих проявлений.

### Раздел III

## РАБОТА С СЕМЬЁЙ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЁНКА С ОСОБЕННОСТЯМИ РАЗВИТИЯ

Семья — это та среда, в которой происходит первичная социализация ребёнка; это окружение наиболее близких каждому человеку людей, благодаря которым он чувствует себя значимым и защищённым. Воспитание в приёмной семье имеет ряд преимуществ в сравнении с общественным воспитанием (в детском саду, школе, детском доме, интернате). Прежде всего, это повседневность доверительных контактов приёмного ребёнка и замещающего родителя, эмоциональная устойчивость родительского воздействия, возможность учёта индивидуальных особенностей ребёнка, его актуального эмоционального состояния для определения подхода к нему, собственный пример чуткости и доброты, справедливости и др.

Приёмным родителям всегда трудно найти золотую середину в вопросах воспитания своих приёмных детей. Сохранить хрупкое равновесие между тем, чтобы не быть излишне заботливым, и тем, чтобы чересчур рано не требовать от ребёнка самостоятельности, — сложная задача, особенно в приёмных семьях.

Появление в семье ребёнка с какими-либо отклонениями всегда связано с эмоциональными переживаниями родителей и близких родственников. Непонимание одним или обоими родителями объективного статуса психического развития ребёнка либо неприятие рекомендаций специалистов в этом вопросе нередко приводят к возникновению конфликтных ситуаций. А ведь ещё Л.С. Выготский говорил о том, что построение и формирование высшей психической деятельности (а речь, как известно, является её составной частью) совершаются в процессе социального развития ребёнка.

Семья, как один из важнейших социальных институтов общества, оказывает огромное влияние на формирование этих процессов. Система отношений ребёнка с близкими взрослыми, особенности общения, способы и формы совместной деятельности составляют важнейший компонент социальной ситуации развития ребёнка. Необходимыми условиями закрепления достигнутого являются вооружение

родителей адекватными способами коммуникации, их готовность к полноценному сотрудничеству со специалистами в процессе коррекционной работы, понимание важности и необходимости этого, наличие обратной связи со стороны родителей, оказание помощи взрослым в создании комфортной для развития ребёнка семейной среды.

Диагностика актуального состояния межличностных и детско-родительских отношений педагогами-психологами показала, что:

- у родителей нет знаний о возрастных и индивидуальных особенностях ребёнка с проблемами в развитии и его потребностях, отсутствуют представления о том, как нужно реагировать на ненормативное поведение ребёнка;
- родители не знакомы с методами общения, обучения, воспитания ребёнка, имеющего особенности в развитии, а также коммуникативные нарушения;
- у родителей формируется нарушенный стиль воспитания, при котором наблюдаются отсутствие общения с ребёнком на основе доверия, принятия и любви, предъявление завышенных требований без учёта психофизиологических особенностей ребёнка, отрицательная оценка поступков ребёнка, убежденность в том, что ничего изменить невозможно, отсутствие выражения позитивных чувств по поводу достижений ребёнка;
- родители не умеют эффективно разрешать конфликтные ситуации, трудности, связанные с эмоциональным (безусловным) принятием ребёнка.

В связи с выявленными результатами диагностики в программу были включены обучающие семинары для родителей, воспитывающих детей с особенностями развития, детско-родительские тренинги, психологические консультации (индивидуально с приёмным родителем и семейные консультации).

Формы и содержание работы с родителями определяются степенью их готовности к сотрудничеству. Для семей с низким уровнем такой готовности самым продуктивным являлось индивидуальное консультирование. В его рамках необходимо было создать доверительные отношения с родителями, отрицающими возможность и необходимость сотрудничества. Это стало возможным в результате беседы с ними, где мы избегали выражения неодобрения их действий, так как это могло поставить барьер в общении. Важно было эмоционально поддержать родителей, проявить сочувствие, расположить родителей к сотрудничеству. Внимание концентрировалось на

разъяснении конкретных мер помощи ребёнку с учётом структуры его дефекта, степени участия родителей и других взрослых в семье в общей системе коррекционной работы, корректировке отношения родителей к трудностям ребёнка, планировании последующих встреч с целью обсуждения хода динамики продвижения ребёнка в условиях коррекционного воздействия.

В ходе индивидуального консультирования демонстрировались конкретные факты, отражающие уровень актуального развития ребёнка. В ходе дальнейших консультаций у родителей формировался круг знаний по коррекционно-развивающей проблематике, родители были привлечены к конкретным коррекционным мероприятиям с их ребёнком, совместно с ними обсуждались ход и результаты этой деятельности, анализировались причины незначительного продвижения в развитии отдельных сторон (если это имело место), организовывались индивидуальные практикумы по закреплению упражнений.

После окончания консультации обязательно задавалось домашнее задание с последующим контролем за его выполнением. Таким образом, мобилизовались средства, позволяющие отследить содержание изменений, происшедших с семьёй в ходе работы.

Домашнее задание было сформулировано в простой, доступной для понимания и выполнения форме, направлено на конкретную ситуацию и действие в ней.

Обсуждая задание на следующей встрече с семьёй, можно было по-новому увидеть исследуемую ситуацию. Если ребёнок/родитель не выполнил домашнее задание или выполнил его частично, с ним обсуждались причины невыполнения задания.

Родители стали обращать внимание на то, как ребёнок строит отношения в широком семейном кругу, с детьми и взрослыми во дворе. Пытается ли он напрямую контактировать или действует опосредованно. Да и вообще, каков круг общения ребёнка на данный момент.

Наряду с индивидуальными формами работы, для родителей с более высоким уровнем рефлексии использовались и групповые формы. Основными задачами при реализации этих форм работы являлись активное привлечение родителей к реализации целей коррекции, утверждение активной родительской позиции по отношению к ребёнку, обучение элементарным приёмам коррекционной практики с целью повышения их компетентности при оказании действенной помощи детям.

В рамках реализации проекта было проведено 3 обучающих семинара для родителей, воспитывающих детей с особенностями в развитии. Это обусловлено тем, что активное участие приёмных родителей в формирующей работе и процессе реабилитации существенно повышает возможности компенсации когнитивных и поведенческих нарушений у детей.

Семинары были направлены на формирование у замещающих родителей, воспитывающих детей с особенностями в развитии, компетенций в области дефектологии и нейропсихологии детского возраста и устойчивой мотивации к участию в коррекционной работе с детьми. Планируя семинары, мы ставили перед собой следующие задачи:

- показать значимость проблем ребёнка с особенностями в развитии и возможности их решения;
- ознакомить с современными теоретическими и практическими знаниями в области дефектологии и нейропсихологии детского возраста;
- информировать об основных принципах организации нейропсихологической коррекции применительно к различным вариантам дизонтогенеза;
- раскрыть роль приёмного родителя в процессе реабилитации ребёнка;
- разработать алгоритм совместных действий с родителями.

Вначале участники семинаров ознакомились с основными положениями проекта, сроками реализации, целью, задачами, запланированными мероприятиями и прогнозируемыми результатами. В ходе обучения родители были проинформированы о психолого-медико-педагогических диагнозах, которые были выявлены у их детей. С помощью практических упражнений отработали навыки коррекционной работы, позволяющие помочь детям с особенностями развития достичь успешной социальной интеграции.

Семьи, где воспитываются особые дети, всегда являются семьями группы риска, так как нуждаются в особом сопровождении и заботе. Поэтому родителей нужно было не только просвещать, но и обучать способам правильного общения с детьми. Данная задача решалась через детско-родительские тренинги, для этого была разработана программа коррекции детско-родительских отношений.

**Целью программы** являлось формирование конструктивных межличностных отношений в семье.

**Задачи программы:**

- повысить родительскую компетентность в понимании внутренних переживаний и потребностей ребёнка;
- актуализировать потребности к освоению навыков позитивного взаимодействия родителей с ребёнком;
- способствовать обогащению эмоционального мира родителей и детей;
- содействовать повышению самооценки детей, приобретению ими чувства собственной значимости;
- обучить участников навыкам конструктивного общения, социально приемлемому реагированию в стрессовых ситуациях и умению управлять своим поведением;
- способствовать формированию понимания, доверия и привязанности между детьми и родителями;
- предоставить участникам возможность гармонизировать детско-родительские отношения.

**Ожидаемыми результатами были:**

- повышение компетентности родителей в вопросах особенностей восприятия, эмоциональных переживаний, мотивации поведения и специфики воспитания ребёнка с особенностями развития;
- развитие у родителей умения адекватно оценивать возможности ребёнка, а также способствовать его развитию;
- установление адекватного уровня требований и жёсткости правил, строгости мер, устанавливаемых во взаимоотношениях между родителями и детьми;
- развитие согласованности действий между ребёнком и родителем, повышение уровня последовательности и постоянства родителя в своих требованиях и отношении к ребёнку, в применении наказаний и поощрений и т. д.;
- применение навыков конструктивного взаимодействия в семейных отношениях;
- формирование эмоционального принятия приёмными родителями и детьми друг друга;
- повышение удовлетворённости детско-родительскими отношениями в семье.

**Оценка эффективности программы** осуществлялась следующими методами:

- сопоставлением результатов диагностики до начала реализации программы и после её завершения;

- наблюдением за детьми и родителями в процессе их взаимодействия на занятиях, семейных консультациях и в процессе свободного общения;
- отзывами родителей и детей об изменениях внутрисемейных коммуникаций.

Программа реализовывалась в форме детско-родительских тренингов, была рассчитана на 16 часов (8 занятий, по 2 часа каждое), занятия проводились с частотой 1 раз в месяц.

Структура тренинга была разработана с учётом возрастных особенностей детей. Каждое занятие независимо от этапа реализации программы и конкретного содержания включало в себя три части: вводную, основную и заключительную.

Группа состояла из 8–10 человек. Как правило, в неё входили дети близкого возраста. Вместе с ребёнком занятия посещали родители.

Занятия проводились в доступной и интересной для детей форме. В основном использовались следующие психологические методы: ритуалы приветствия и прощания, разминочные упражнения, игры, требующие взаимодействия и сотрудничества, совместного поиска решений, техники арт-терапии (рисуночная терапия, творческое рассказывание), психогимнастика, техники и приёмы саморегуляции.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ**

№	Темы занятий	Продолжит.
1	Я и мой ребёнок: поиски взаимоотношений	2 часа
2	Родительские позиции и стили взаимодействия с детьми	2 часа
3	Чувства всякие важны: гнев и агрессия	2 часа
4	Способы выражения эмоций. Выпускные клапаны для гнева	2 часа
5	Каждый ребёнок имеет право на уважение	2 часа
6	Победа над мышечным панцирем	2 часа
7	Чудеса игр и тайна красок	2 часа
8	Общение без проблем	2 часа

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Занятие 1. Я и мой ребёнок: поиски взаимоотношений.**

Знакомство участников группы между собой. Создание в группе доверительной обстановки, позволяющей участникам проявлять себя и свои чувства. Изучение межличностных отношений в семьях. Влияние позиции родителей на формирование личности ребёнка.

**Занятие 2. Родительские позиции и стили взаимодействия с детьми.**

Осознание родительских установок, дифференциация их на «мешающие» и «помогающие» в процессе взаимодействия с ребёнком.

**Занятие 3. Чувства всеякие важны: гнев и агрессия.**

Знакомство с понятиями «агрессия», «гнев». Осознание и выражение собственного отношения к проблеме агрессивного поведения, научение распознаванию направленности собственных агрессивных импульсов.

**Занятие 4. Способы выражения эмоций. Выпускные клапаны для гнева.**

Обучение разнообразным безопасным способам выражения агрессии.

**Занятие 5. Каждый ребёнок имеет право на уважение.**

Знакомство с концепцией эффективного и неэффективного одобрения, понятием неформального общения; обучение навыкам поддержки, закрепление навыков активного слушания; осознание роли ребёнка в семейной структуре.

**Занятие 6. Победа над мышечным панцирем.**

Обучение управлению физиологическими функциями собственного организма, связанными с эмоциями.

**Занятие 7. Чудеса игр и тайна красок.**

Развитие творческих и коммуникативных способностей, расширение представления о самих себе, сплочение родителей и детей. Установление контакта с ребёнком, рекомендации для родителей по взаимодействию с детьми.

**Занятие 8. Общение без проблем.**

Отработка навыков сотрудничества и равноправных взаимоотношений с ребёнком; закрепление позитивного опыта общения; создание атмосферы взаимопонимания и доверия между членами семьи и тренинговой группы.

Далее раскроем содержание одного из занятий программы.

## ЗАНЯТИЕ 2.

## РОДИТЕЛЬСКИЕ ПОЗИЦИИ И СТИЛИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ДЕТЬМИ

**Цель занятия:** осознание родительских установок, дифференциация их на «мешающие» и «помогающие» в процессе взаимодействия с ребёнком.

— Добрый вечер. Я рада, что мы сегодня собрались здесь, и надеюсь, что мы с пользой проведём время и узнаем что-то новое. В знак того, что мы готовы сотрудничать, давайте улыбнёмся друг другу.

## ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

**1. Игра-разминка «Моё настроение»**

Участники игры по очереди говорят, на какое время года, природное явление, погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начать сравнения лучше взрослому: «Моё настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе, а твоё?». Игра проводится по кругу. Взрослый обобщает, какое же сегодня у всей группы настроение: грустное, весёлое, смешное, злое и т. д. Интерпретируя ответы участников, учтите, что плохая погода, холод, дождь, хмурое небо, агрессивные элементы свидетельствуют об эмоциональном неблагополучии.

**2. Игра-разминка «Здороваемся по-разному»**

Участники здороваются друг с другом, используя ритуалы приветствия, принятые в разных культурах.

Предложите группе образовать круг. Один из участников начинает «круг знакомств»: выступает на середину, приветствует партнёра, стоящего справа. Потом идёт по часовой стрелке и поочередно приветствует всех членов группы.

Каждый раз участник должен приветствовать своего визави новым жестом. При этом он представляется, называя своё имя. Во втором раунде в круг вступает другой участник, стоящий справа от первого, и т. д.

Варианты приветствия:

- 1) лёгкий поклон, руки и ладони вытянуты по бокам (Япония);
- 2) объятие и троекратное лобызание поочередно в обе щёки (Россия);
- 3) лёгкий поклон со скрещенными на груди руками (Китай);
- 4) рукопожатие и поцелуй в обе щёки (Франция);
- 5) лёгкий поклон, ладони сложены перед лбом (Индия);



- 6) поцелуй в щёки, ладони лежат на предплечьях партнёра (Испания);
- 7) простое рукопожатие и взгляд в глаза (Германия);
- 8) мягкое рукопожатие обеими руками, касание только кончиками пальцев (Малайзия);
- 9) потереться друг о друга носами (эскимосская традиция).

### 3. Игра «Слепой и поводырь»

*Вариант А.* Игра проводится в парах. Один из участников — «слепой» (ему завязывают глаза), второй — его «поводырь», старающийся аккуратно и бережно провести напарника через различные препятствия. Задача проводника — провести «слепого» так, чтобы тот не споткнулся, не упал, не ушибся. После прохождения маршрута участники могут поменяться ролями.

В игре «поводырь» может контактировать со «слепым» разными способами: говорить о том, что нужно делать, или просто вести его за собой, поднимая ногу «слепого» на нужную высоту, чтобы, например, перешагнуть через препятствие. Таким образом тренируется владение вербальными и невербальными средствами общения. Можно ухудшить ориентацию «слепого» в пространстве, раскрутив на месте после того, как ему завязали глаза. Затем участники меняются ролями.

*Вариант Б.* Всем участникам завязываются глаза. И они должны хаотично передвигаться по комнате под спокойную музыку, исследовать помещение. Кто-то может сесть, лечь, танцевать, чувствовать свободу.

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 4. Арт-упражнение «Совместное рисование»

Детям и родителям даётся лист А3 и разноцветные мелки. Участники должны поделиться на пары, каждый взять себе мелок и на одном листе вместе одновременно рисовать: полосу, круг, восьмёрку, цветок. Попытаться в этом упражнении достичь единства. Затем можно объединиться и рисовать в подгруппах по 4–6 человек. Обсуждение результатов упражнения.

### 5. Упражнение «Три закона общения»

Группа делится на 2 равные части (земляне и инопланетяне). Земляне выходят за пределы аудитории. Оставшимся инопланетянам даётся инструкция: «На вашу планету прилетел корабль землян. Их задача — любым способом выяснить те правила, по которым вы общаетесь с гостями планеты».

Эти правила таковы:

- землянам мужского пола могут отвечать только особи женского пола вашей планеты, и на все вопросы только «да»;
- землянам женского пола на все их вопросы отвечают только инопланетяне мужского пола, и всегда «нет»;
- контакты между особями одного пола с разных планет невозможны (отказ демонстрируется невербально, без слов, но выразительно).

Заходят земляне.

Для землян инструкция: «Вы прилетаете на планету инопланетян, на которой действуют 3 закона общения. Вы можете каким угодно способом вступать в контакт с инопланетянами. Ваша задача — понять эти 3 закона. У вас есть для этого максимум 15 минут, но вы можете остановить игру, если будете готовы дать ответ раньше».

Рефлексия:

- Как вы себя чувствуете?
- Что сейчас происходило?

Вопросы к землянам:

- Что помогло группе прийти к решению?
- Что вы сделали бы по-другому, если бы вам пришлось снова выполнять подобное упражнение?

Вопрос ко всем:

- Какие выводы можно сделать из этой работы?

### 6. Мозговой штурм «Какие могут быть взаимодействия?»

Делается опрос группы, все ответы записываются на флипчарт, затем обсуждаются.

На этом занятии мы постараемся показать, что для родителей, стремящихся к тому, чтобы их ребёнок вырос психически полноценным, нет более ответственной задачи, чем установление между ними и ребёнком гармоничных отношений. Взаимодействия строятся на:

- формировании положительной эмоциональной среды;
- установке доверительных отношений с ребёнком. Доверие между родителями и ребёнком — это наиболее действенный инструмент в руках родителей для контроля над чувствами ненависти и враждебности, чтобы предотвратить их накопление в психике ребёнка. Какими бы психологическими качествами ни обладал ребёнок от природы, формирование достаточно положительной и устойчивой атмосферы доверия между ним и родителями препятствует генерации и аккумуляции



враждебности, тем самым предотвращая развитие излишней враждебности в его характере;

- тактике поведения, способствующей сближению с ребёнком. В этом случае родители не только преодолевают эволюционные трудности, но и помогут развитию в ребёнке таких полезных качеств характера, как самостоятельность и независимость, уверенность в собственных силах, ощущение себя ценным как личность;
- любви родителей к ребёнку и умении вызвать ответное чувство, а также на умении вовремя отозваться на призыв ребёнка к взаимному общению;
- коммуникативной ситуации, которая может возникнуть, например, при обсуждении вопроса, что можно и чего нельзя делать;
- умении матери установить атмосферу взаимопонимания, наладить эмоциональный диалог с ребёнком. Чтобы быть в достаточной мере отзывчивыми, родителями следует знать о чувствах своего ребёнка, его эмоциональных переживаниях.

## ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

### 7. Упражнение «Хозяин воздуха»

Участникам нужно разделиться на тройки. У каждой тройки должен быть лёгкий газовый платок. Упражнение выполняется под спокойную музыку. Один из участников ложится на пол. Оставшиеся двое держат на нем платок. Тот, кто лежит на полу, должен давать указания держащим платок (опустить, поднять, выше, ниже, регулировать скорость движений так, как ему комфортно), а держащие платок выполнять все просьбы лежащего. Участники должны меняться местами так, чтобы каждый побыл в роли лежащего.

### 8. Рефлексия занятия

- Чем полезна именно для вас данная встреча?
- Что является самым важным из того, чему вы научились в группе?
- Ваши пожелания.

В начале занятий по программе особенно тяжело давались упражнения, которые были направлены на взаимодействие ребёнка и родителя, а именно на принятие совместного решения. Как правило, преобладали конкурентные отношения, борьба за власть,

мы наблюдали, что родители и дети не слышали и не слушали друг друга. В ходе дальнейших занятий ситуация медленно стала меняться, дети и родители старались изменять привычные стратегии поведения, и с каждым новым занятием наблюдался прогресс, который радовал всех.

Ожидаемые результаты программы были достигнуты. Все приёмные родители и дети отметили, что участие в детско-родительских тренингах позволило им проиграть ситуации из собственной жизни и осознать ошибки, не чувствуя той ответственности, которая неизбежна в реальной жизни, что дало возможность выбора оптимального варианта решения ситуации.

## **ПРОГРАММА ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ «НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ И РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ-СИРОТ, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В ПРИЁМНЫХ СЕМЬЯХ»**

### **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

Имеющиеся относительно немногочисленные исследования особенностей психического развития детей-сирот свидетельствуют о наличии целого ряда качественных негативных особенностей (органические поражения мозга, сосудистые и костно-мышечные проблемы, снижение иммунитета, десинхронизация различных систем организма), которые сопровождают развитие ребёнка на всех возрастных стадиях от младенчества до юности. Как правило, это дети с неопределённой или отягощённой наследственностью, имеющие опыт депривации, которым уже с первых дней жизни необходима комплексная поддержка специалистов.

С точки зрения нейропсихологического подхода данные трудности связаны с внутриутробной и (или) возникшей в младенчестве дисфункцией определённых структур мозга (в первую очередь стволовых). Последствия этого для онтогенеза заключаются в нарушениях и искажениях подкорково-корковых и межполушарных взаимодействий. На психическом уровне это проявляется в дизонтогенезе речевой деятельности, СДВГ, эпилепсии и соответственно учебной и социальной неуспешности. К этому стоит добавить специфику социокультурной современной ситуации (отсутствие игровой деятельности, подмена живого общения компьютером), экологию, состояние роддомов и школ. Всё это компоненты единой системной дезадаптации.

Специалисты МБОУ ЦПМСС «Семья» пришли к однозначному выводу о необходимости создания новой специфической коррекционной программы, в основе которой лежат универсальные нейропсихологические и социокультурные механизмы развития.

Данная коррекционная программа представляет собой систему нейропсихологической коррекции, реабилитации и профилактики негативных процессов развития. Она задействует новые адаптивные возможности, способствует гармоничному всестороннему развитию

личности. Работа по программе позволяет восполнить недостающие звенья в развитии, а значит, даёт возможность ребёнку быть успешным как в обучении, так и в дальнейшей жизни.

### **КОНЦЕПТУАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ**

Системный подход к коррекции психического развития ребёнка обусловил включение в программу смежных методов из педагогики, логопедии, нейрофизиологии, возрастной психологии. Всё это позволяет расширить рамки воздействия, оказываемого на развитие ребёнка, помогает установить контакт с ним, выбрать оптимальные методы коррекции, обучения и воспитания и тем самым предупредить аномальное развитие его личности.

Коррекционная модель данной программы представляет собой трёхуровневую систему, разработанную в соответствии с учением А.Р. Лурия о трёх функциональных блоках мозга (ФБМ). 1-й ФБМ — блок регуляции тонуса и бодрствования, 2-й ФБМ — блок приёма, переработки и хранения информации, 3-й ФБМ — блок программирования, регуляции и контроля.

Программа «Нейропсихологическая коррекция и развитие детей-сирот, воспитывающихся в приёмных семьях» разработана на основе базового алгоритма «метода замещающего онтогенеза» и преимущественно ориентирована на коррекцию и абилитацию 1-го функционального блока мозга.

Основной коррекционной мишенью является формирование у ребёнка фундамента вертикально-горизонтальных (подкорково-корковых, внутри- и межполушарных) взаимодействий. Для этого используется комплексная методика психомоторной коррекции, включающая, помимо нейропсихологических, телесно-ориентированные, арт-терапевтические и другие психотехники.

**Цель программы:** оптимизация функционального статуса глубоких образований мозга и межполушарной организации процессов развития ребёнка.

**Задачи программы:**

- развитие произвольного внимания и саморегуляции;
- формирование сенсомоторного контроля;
- оптимизация тонуса;
- преодоление ригидных телесных установок и синкинезий.

## ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате коррекционно-развивающей работы у ребёнка поддерживается оптимальный уровень активности, он учится регулировать своё поведение, концентрировать внимание на предложенной ему деятельности (игре, задании).

Специалисты добиваются положительной динамики в развитии моторной, сенсорной, мнестической сфер, речи.

Данный результат делает возможным переход ребёнка на новый уровень развития, что предполагает его готовность к элементарной целенаправленной учебной деятельности. Только теперь ребёнок становится способен к организованным занятиям с дефектологом, логопедом, возможна традиционная нейропсихологическая коррекция.

## СПОСОБЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ РАБОТЫ

В работе с детьми, имеющими тяжёлые нарушения развития, используется качественный анализ нарушений и динамики изменений. Так, например, для специалиста не столько важно количество освоенных ребёнком слов, сколько его умение использовать речь для общения и регуляции своего поведения. Также мы отмечаем, не «сколько минут ребёнок не убегает из комнаты, где происходит занятие», а «насколько он включён в деятельность». Это может быть несколько секунд активного взаимодействия с педагогом, и они важнее, чем полчаса пассивного наблюдения.

Выводы об изменениях можно сделать следующими способами:

1. Сравнительный анализ первичной и повторной диагностики. Результат фиксируется в личном деле ребёнка. Анализ доступных ребёнку видов деятельности, особенностей двигательной, сенсорной и эмоциональной сфер, пассивного и активного словаря, понимания обращённой к нему речи.

2. Наблюдение за поведением и деятельностью ребёнка в свободной ситуации и на занятии: устойчивость к психическим нагрузкам, время сосредоточения на предлагаемой деятельности, соотношение целенаправленной и хаотичной активности, скорость усвоения нового материала и приобретения навыков.

3. Отзывы родителей и специалистов об изменениях в поведении и деятельности ребёнка.

## УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГРАММЫ И РЕЖИМ РАБОТЫ

Программа реализуется по единому плану, который предполагает:

- изучение нейропсихологических упражнений с детьми на занятиях;

- обязательную отработку применяемых упражнений в домашних условиях, под контролем родителей;
- проведение обучения родителей с подробным объяснением целей и задач нейропсихологической коррекции.

Программа состоит из 24 занятий, продолжительность каждого занятия — 45–50 минут.

Каждое занятие данной программы проходит в несколько этапов:

- 1) развитие внимания (10 минут);
- 2) дыхательные упражнения (3–5 минут);
- 3) общий двигательный репертуар (5 минут);
- 4) игры с мячом (2–3 минуты);
- 5) упражнения на растяжку мышц (10 минут);
- 6) глазодвигательный репертуар (3–5 минут);
- 7) базовые сенсомоторные взаимодействия (5 минут);
- 8) базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность (10 минут);
- 9) мелкая моторика (5 минут).

**Состав участников программы:** дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей, с особенностями развития, воспитываемые в приёмных семьях, в возрасте от 5 до 15 лет.

В ходе проведения занятий необходимо учитывать следующее:

- оптимальный размер группы — 5–7 человек;
- состав группы должен быть постоянным;
- группы формируются с учётом сходной структуры дефекта и возраста детей;
- проведение обучающего занятия для родителей;
- в ходе занятий важно получать и обсуждать осязаемый результат, продукт (рисунок, сложенную конструкцию и т. п.).

**Оборудование и материалы, необходимые для реализации программы:** ковёр или коврик для каждого ребёнка, мяч, мешочки с крупой или бутылочки с водой, планшеты для бумаги, бумага формата А4, простые карандаши, цветные карандаши, ватман, скотч бумажный, степлер, флипчарт, блокнот для флипчарта, маркеры для флипчарта.

## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### ЗАНЯТИЕ 1

#### 1. Развитие внимания.

«Остановись». Дети свободно двигаются по залу под музыку. Как только музыка прекратилась, дети застывают на месте (не шевелятся).

«Фокус». По команде «Начали!» каждый мысленно «уходит» внутрь себя, в своё тело. Затем с периодичностью в 5–30 секунд психолог подаёт команды: «Правая кисть», «Мочка левого уха» и т. д. Задача ребёнка сосредоточиться на этой части тела, почувствовать её.

#### 2. Дыхательные упражнения.

«Воздушный шарик». Ребёнок ложится на спину. Руки вытянуты вдоль туловища, ноги лежат прямо (перекрещивать их нельзя). Глаза смотрят в потолок. Глубокий вдох через нос (рот закрыт) и шумный выдох через открытый рот. При вдохе живот надувается, при выдохе втягивается. Ребёнок может представить, что в животе у него находится цветной шарик, который надувается при вдохе и сдувается при выдохе. Взрослый кладёт свою руку на живот ребёнка и помогает при обучении дыханию. Дети дышат по команде «вдох-выдох» (5 раз).

#### 3. Общий двигательный репертуар.

«Зоопарк-1». Дети ходят, изображая косолапого мишку (на внешней стороне стопы), птенчика (на мысочках), уточку (на пяточках), двигаясь вперёд и пятясь назад, а также неуклюжего пингвина (на внутренней стороне стопы), двигаясь только вперёд. При этом дети смотрят в точку на стене перед ними.

#### 4. Игры с мячом.

Ребёнок и взрослый должны кидать друг другу с разных расстояний и ловить двумя руками большой мяч. Мяч кидают сначала непосредственно в руки, затем немного правее, немного левее, немного выше, ниже. Дети должны уметь кидать мяч, подавая его двумя руками снизу, сверху, по воздуху и ударяя об пол. Надо стараться не прижимать мяч к себе, а ловить его только руками. Дети ловят мяч по очереди и бросают взрослому.

#### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Струночка-1». Ребёнок лежит на полу (вытянувшись струночкой, руки вместе над головой, ноги вместе), расслабившись. Один взрослый берёт ребёнка за руки, другой за ноги. По команде они одновременно, очень медленно и осторожно начинают растягивать ребёнка в противоположные стороны. Заканчивают растягивать также одно-

временно, постепенно возвращая ребёнка в исходное положение. Подаётся команда расслабиться. Обязательно обратите внимание на то, чтобы в этой «растяжке», равно как и во всех последующих, соблюдалось неременное условие: напряжение и расслабление должны занимать равные промежутки времени. Будьте осторожны и внимательны, действуйте с партнёром синхронно. Не берите ребёнка за лодыжки и запястья (во избежание вывихов), а чуть выше (на 5–7 см). Не сжимайте сильно руки. Следите за тем, чтобы во время упражнения ребёнок не напрягался. Если напряжение возникает и сохраняется — не растягивайте дальше.

«Качалка». Сесть на пол, обхватить колени руками. Качаться на спине, прокатываясь всеми позвонками по полу. На этом упражнении мы часто обнаруживаем, что у ребёнка имеются проблемы с удержанием головы. В этом случае ведущий (мама или кто-то из детей) помогает ему, кладя свою руку ему под голову (на уровне сочленения шеи и затылка).

«Брёвнышко». Ребёнок лежит на спине, руки кладутся над головой, кисти соединены, пальцы «смотрят» вверх. Его просят перекачаться по полу направо, а потом налево. Обращается внимание на то, что «брёвнышко» должно катиться ровно. Если ребёнка все время «сносит», его просят закрыть глаза и внимательно проследить, «что с чем соревнуется и что у него что обгоняет — ноги, руки, голова с плечами и т. д.», и скорректировать движения. Если ребёнок не замечает, что его «сносит» в сторону, или не может самостоятельно исправить этот крен, ему дают внешние ориентиры — рисунок на ковре, линия стены и т. п. Полезно периодически останавливать ребёнка и просить, чтобы он закрыл глаза и «подровнял» своё тело. Помогите ему стабилизировать свои ощущения, фиксируя его тело руками.

#### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-1». Упражнение для глаз.

Исходное положение (далее — И. п.) — лежа на спине, голова фиксирована (лежит неподвижно). Ноги у ребёнка выпрямлены, а руки лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются. Пальцы рук неподвижны.

Нужно учиться следить глазами за яркой точкой на конце ручки так, чтобы не двигать при этом головой. Взрослый берёт ручку (ярким концом вниз) и плавно перемещает её над глазами ребёнка. Глаза ребёнка следят за яркой точкой на конце ручки. Необходимо на 1–2 секунды задерживать ручку в крайних положениях (вправо, влево,

вверх, вниз), ребёнок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Это упражнение выполняется на трёх уровнях:

- 1) на расстоянии вытянутой руки ребёнка;
- 2) на расстоянии руки, согнутой в локте;
- 3) около переносицы.

Сначала взрослый держит ручку на расстоянии вытянутой руки ребёнка напротив его переносицы. Затем он медленно перемещает ручку влево, задерживаясь на 1–2 секунды. Возвращается на середину, задерживается на 1–2 секунды и перемещает ручку вправо, задерживая её в крайней точке на 1–2 секунды. Возвращается на середину, опять держит её неподвижно в течение 1–2 секунд. Перемещает ручку вверх, задерживаясь на 1–2 секунды, затем — на середину (остановка 1–2 секунды); так же вниз — на середину («крест»).

То же самое сделать: на среднем уровне (на расстоянии руки ребёнка, согнутой в локте) и на близком уровне (у переносицы ребёнка, на расстоянии ладони ребёнка).

«Конвергенция-1». Ребёнок лежит. Поднять предмет на уровень вытянутой руки ребёнка прямо над переносицей. Медленно двигать предмет к переносице, добиваясь того, чтобы оба глаза смотрели на него. Выполнить 2 раза.

### **7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Партизан». Ползание на животе. Ребёнок ложится на живот и ползёт по-пластунски так, как сможет. Взрослый следит за правильностью выполнения упражнения, фиксирует внимание на проблемных зонах ребёнка и помогает ему. Если ребёнок при ползании игнорирует ноги, то ему надо больше ползать без рук. Если игнорируется одна нога, рекомендуется надеть ему утяжелитель (бутылку с водой или мешочек с крупой) на активную ногу и таким образом «включить» другую в выполнение задания. На ползание не следует жалеть времени! (Это упражнение диагностическое и позволяет выявить возможности ребёнка.)

### **8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

В первое занятие упражнения этого раздела не включаются.

### **9. Мелкая моторика.**

«Домик». Пальцы, сжатые в кулаки, последовательно разгибаются, а потом сгибаются в кулак.

*В этом домике пять этажей:*

*На первом живёт семейство ежей,*

*На втором — семейство зайчат,  
На третьем — семейство рыжих бельчат,  
На четвертом живёт с птенцами синица,  
На пятом сова — очень умная птица.  
Ну что же, пора нам обратно спуститься:  
На пятом сова,  
На четвертом синица,  
Бельчата на третьем,  
Зайчата — вторым,  
На первом ежи, мы ещё к ним зайдём.*

## **ЗАНЯТИЕ 2**

### **1. Развитие внимания.**

«Фокус» (см. занятие 1).

«Стоп-игра-1». Дети находятся на своих местах в зале. Им даётся команда (например, один хлопок). Услышав команду, дети начинают свободно бегать по залу. Затем звучит вторая команда (один хлопок). Услышав её, дети занимают свои места в зале.

### **2. Дыхательные упражнения.**

«Дышим под счёт». Ребёнок ложится на спину. Руки вытянуты вдоль туловища, ноги лежат прямо (перекрещивать нельзя). Глаза смотрят в потолок. Глубокий вдох через нос (рот закрыт) и шумный выдох через открытый рот. При вдохе живот надувается, при выдохе втягивается. Ребёнок лежа делает ряд глубоких вдохов и громких выдохов ртом с задержкой дыхания под счёт: «Вдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два), выдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два)». Единица счёта равна одной секунде. Упражнение выполняется 5–8 раз.

### **3. Общий двигательный репертуар.**

«Зоопарк-2». Дети изображают мишку, птенчика, уточку, двигаясь при этом вперёд и назад, а также неуклюжего пингвина (на внутренней стороне стопы), двигаясь только вперёд. При этом дети смотрят в точку на стене перед ними.

### **4. Игры с мячом.**

«Катание мяча». Дети садятся в круг, кладут ноги ступня к ступне (получается многоугольная звезда). Они перекатывают друг другу большой мяч. Сначала мяч отталкивают от себя двумя руками. Через минуту или две ребёнок убирает левую руку за спину и катает мяч



только правой рукой, а через 3 минуты — левой рукой. Мяч должен катиться ровно и прямо в руки партнёру.

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Полетели-1». Ребёнок ложится на спину в виде «звезды» (разводит руки и ноги в стороны). По команде «Полетели!» ребёнок должен поднять руки и ноги в воздух (не высоко), растопырить пальцы рук, высунуть язык и тянуть руки и пальцы рук в разные стороны, язык (не сжимая его губами и зубами) и мысочки ног вниз. По команде «Опустились!» ребёнок опускает руки и ноги на пол и расслабляет всё тело. Команды чередуются. Ребёнок «летит», пока взрослый считает (хлопает в ладоши) до пяти, и отдыхает такое же время.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Конвергенция-1» (см. занятие 1).

«Разведчики-2». И. п. — то же.

Рот открыт, язык высунут и следует за движением глаз. Взрослый, как и на предыдущем занятии, ярким предметом рисует в воздухе «крест» на трёх уровнях.

### 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

«На спине без рук-1». Ребёнок ложится на спину, кладёт сцепленные в замочек руки на живот и приподнимает голову, а ноги сгибает в коленях. Он должен доползти до цели, отталкиваясь одновременно двумя ногами.

### 8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

«Рисуем улыбки». На доске мелом (на листе, прикрепленном к стене) ребёнок рисует дуги. Для выполнения этого задания на доске или на листе нужно провести вертикальную линию, которая разделит доску (лист) пополам. Ребёнок всё время стоит у середины листа и держит в руках мел (маркеры). Ребёнок начинает рисовать дуги сначала каждой рукой по отдельности, а затем одновременно обеими руками. Каждую дугу обводит несколько раз, не отрывая руки. Дуги должны быть средних размеров, на каждой половине листа должно получиться в итоге по 5–6 дуг, нарисованных одной рукой, и 4 пары дуг, нарисованных двумя руками. Взрослый внимательно следит за выполнением упражнения и за тем, чтобы ребёнок не отвлекался, не напрягал руку. Следует сказать ему, чтобы он её расслабил: пусть положит маркер или мел, потрясёт рукой, взрослый может помассировать руку от лучезапястного сустава до плечевого, плечи и шею, после чего можно продолжить упражнение.

## 9. Мелкая моторика.

«Печатная машинка». Психолог имитирует работу на печатной машинке, а дети повторяют. Сначала он стучит поочередно каждым пальцем по полу, затем в обратном порядке, затем какими-нибудь пальцами одной, а потом и обеих рук.

### ЗАНЯТИЕ 3

#### 1. Развитие внимания.

«Фокус» (см. занятие 1).

«Стоп-игра-2». Вторая команда отличается от первой (например, первая — один хлопок, вторая — два хлопка).

#### 2. Дыхательные упражнения.

Ребёнок лежа (ноги и руки вытянуты вдоль тела) делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывание счёта: «Вдох (4 хлопка), держим (2 хлопка), выдох (4 хлопка), держим (2 хлопка)». Упражнение выполняется 5–8 раз. Можно предложить ребёнку самостоятельно отстукивать ритм ладонями об пол. В таком случае необходимо следить за тем, чтобы он не ускорял и не замедлял темп. Также обращайте внимание на то, чтобы тело ребёнка было расслабленным.

#### 3. Общий двигательный репертуар.

«Зоопарк-2» (см. занятие 2).

#### 4. Игры с мячом.

«Катание мяча» (см. занятие 2).

#### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Полетели-2». Команды даются отдельно для разных частей тела. Например: «клювик взлетел» — высунуть язык, «крылышки полетели» — руки поднять, пальчики растопырить, «ножки взлетели» — ноги поднять, мысочки вытянуть, «крылышки опустились» — руки опустить на пол, «ножки опустились» — ноги опустить на пол, и «клювик опустился» — язык убрать в рот. Чередовать команды в разных вариациях.

«Качалка», «Брёвнышко» (см. занятие 1).

«Лодочка». Лечь на живот, руки вытянуть вперёд, сложить их лодочкой (ладонь к ладони), приподнять прямые ноги, прогнуться и покачаться на животе в таком положении. Если ребёнку трудно выполнять упражнение, взрослый помогает ему (качает его, поднимая то руки, то ноги).

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-2». Упражнение выполняется так же, как на занятии 2, однако язык движется в противоположную от глаз сторону. Взрослый ярким предметом рисует в воздухе «крест» на трёх уровнях.

«Конвергенция-1» (см. занятие 1).

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«На спине без рук-2». Ребёнок ложится на спину, кладёт сцепленные в замочек руки на живот и приподнимает голову, а ноги сгибает в коленях. Он должен доползти до цели, отталкиваясь одновременно двумя ногами, но отталкиваться надо поочередно — то левой ногой, то правой.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Радуга». Ребёнок рисует разноцветную радугу. Нужно приготовить несколько маркеров (мелков) разных цветов. Делим лист или доску пополам. Упражнение выполняется сначала одной рукой (отдельно правой и левой), а потом двумя руками одновременно. Каждую дугу в радуге обводим несколько раз, не отрывая руки. В итоге должно получиться 4 радуги. Для первого раза нарисуйте ребёнку две точки, которые будут являться внешними границами радуги.

**9. Мелкая моторика.**

«Постучалки-1». Дети каждым пальцем стучат по полу два раза.

**ЗАНЯТИЕ 4****1. Развитие внимания.**

«Фокус» (см. занятие 1).

«Запретное движение». Психолог показывает детям различные движения. Дети их повторяют. Одно из движений повторять нельзя, дети его пропускают.

**2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок лежа (ноги и руки вытянуты вдоль тела) делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания. Произносите вслух только слова «Вдох», «Держим», «Выдох», «Держим», а счёт прохлопывайте: «Вдох (3 хлопка), держим (3 хлопка), выдох (3 хлопка), держим (3 хлопка)». Единица счёта равна одной секунде. Упражнение выполняется 5–8 раз.

Следите за тем, чтобы тело ребёнка было полностью расслаблено!

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Аист и лягушка». Дети разбиваются на пары, один изображает лягушку, другой аиста. Лягушка убегает от аиста, тот её ловит.

**4. Игры с мячом.**

«Катание мячей». Ребёнок и взрослый катают мячи друг другу по полу. Одновременно большой и теннисный мячи нужно направить партнёру в руки. Мячи не должны сталкиваться.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Полетели-1» (см. занятие 2).

«Полетели-2» (см. занятие 3).

«Лодочка» (см. занятие 3).

«Фараон». Ребёнок ложится на спину, обняв себя руками (правая кисть держит левое плечо, левая — правое). Он должен отрывать голову от пола и поднимать её к груди, не поднимая плеч. Туловище лежит неподвижно, ногами не шевелить.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-2» (см. занятие 3).

«Конвергенция-1» (см. занятие 1).

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Ползание по-пластунски». Ребёнок ложится на живот головой в сторону цели, сгибает правую руку и ногу. Голова чуть оторвана от пола. Разгибая одновременно руку и ногу, неотрывно глядя на цель, ребёнок толкается. После этого сгибает левую руку и опять толкается. Задача — доползти до цели.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Картины». Делим лист пополам. Ребёнок рисует картинку сначала отдельно каждой рукой, а потом одновременно двумя руками.

Порядок рисования следующий:

- рисуется рамочка в виде большого квадрата;
- в рамочке солнце с лучами;
- облака;
- чайка или несколько чаек;
- волны.

В результате должна получиться картинка. Всего таких картинок должно быть четыре: нарисованная левой рукой, нарисованная правой, две картинки, нарисованные двумя руками сразу. Время выполнения 5–8 минут. В случае трудностей взрослый делает задание вместе с ребёнком, придерживая его руку и способствуя самостоятельной работе.

**9. Мелкая моторика.**

«Постучалки-1». Дети каждым пальцем поочерёдно стучат то два раза, то один раз.

**ЗАНЯТИЕ 5****1. Развитие внимания.**

«Фокус» (см. занятие 1).

«Запретное движение» (см. занятие 4).

**2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок лёжа (ноги и руки вытянуты вдоль тела) делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания. Вместо слов «Вдох», «Держим», «Выдох» вы хлопаете два раза, а счёт прохлопываете, как раньше: двойной хлопок — 3 хлопка — двойной хлопок — 3 хлопка — двойной хлопок — 3 хлопка. Единица счёта равна одной секунде. Упражнение выполняется 5–8 раз.

Следите за тем, чтобы тело ребёнка было полностью расслаблено!

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Кузнецы и сенокосцы». Дети складывают руки так, как будто у них в руках молот, и куют железо. Затем дети представляют, что у них в руках коса, и косят траву.

**4. Игры с мячом.**

«Упражнение с теннисным мячом-1». Ребёнок и взрослый кидают друг другу теннисный мяч двумя руками. Мяч кидают с разных расстояний. Ребёнок ловит мяч и называет любой синий (красный, мокрый, холодный, горячий и т. д.) предмет.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Активные растяжки-1». Ребёнок лежит на спине, руки над головой, ноги вместе. По команде руки тянутся вверх, а ноги и мысочки — вниз. По другой команде — руки и ноги расслабляются.

«Дотянись». Ребёнок лежит на животе. Взрослый, сидя перед ним, держит предмет перед ребёнком, а ребёнок тянется к нему сначала правой рукой, а потом левой. Затем взрослый, сидя у его ног, просит дотянуться до предмета ногами — сначала правой, а потом левой.

«Лодочка» (см. занятие 3).

«Фараон» (см. занятие 4).

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-2» (см. занятие 3).

«Конвергенция-1» (см. занятие 1).

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Ползание по-пластунски» (см. занятие 4).

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Геометрические фигуры-1». Делим лист пополам. Ребёнок рисует сразу двумя руками одновременно разные геометрические фигуры: круги, квадраты, треугольники. Нарисовав их, ребёнок обводит их в течение одной минуты, не отрывая при этом рук от бумаги, в разных направлениях.

Взрослый засекает время: по команде «Начали!» ребёнок начинает рисовать определённую фигуру, а по команде «Стоп!» перестаёт выполнять задание. И так с каждой фигурой. Важно, чтобы при выполнении задания у ребёнка вместо круга не получился «клубок ниток». Обводить нужно как можно точнее, чтобы квадрат не раздваивался, а треугольник не увеличился в несколько раз. Необходимо поставить отметку в виде чёрточки в области начала рисования фигуры. При прохождении этой отметки ребёнок должен цокать языком, топтать ногой или проговаривать слог «та».

**9. Мелкая моторика.**

«Братцы». Детям предлагается такое упражнение:

*Засиделись в избушке братцы.*

(Поднимают руку, ладонь выпрямлена, пальцы согнуты.)

*Захотел меньшей прогуляться.*

(Отводят вбок мизинец — строго в плоскости ладони — и задерживают его в этой позиции на 2–3 секунды.)

*Да скучно ему гулять одному.*

(Чуть покачивают мизинцем, затем возвращают его на исходную позицию.)

*Зовёт он братца вдвоём прогуляться.*

(Отводят вбок два прижатых друг к другу пальца — мизинец и безымянный, задерживают на 2–3 секунды.)

*Да скучно им гулять двоим.*

(Чуть покачивают мизинцем и безымянным, затем возвращают их на исходную позицию.)

*Зовут братца втроём прогуляться.*

(Отводят вбок мизинец, безымянный и средний пальцы, задерживают на 2–3 секунды.)

*Грустно старшим сидеть в избе.*

(Большой и указательный пальцы 4 раза соединяют кончиками.)

*Зовут они братцев домой к себе.*

(Все пальцы соединяют в щепоть и расслабляют руку.)

## ЗАНЯТИЕ 6

### 1. Развитие внимания.

«Запретное слово». Дети стоят в кругу и по очереди повторяют за ведущим названия овощей (цветов, городов, цифр, букв и т. п.). Название одного овоща (например, «огурец») является запретным словом. Его нельзя произносить, вместо этого надо хлопнуть в ладоши.

### 2. Дыхательные упражнения.

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: «Поднимаем (3 хлопка), держим (3 хлопка), опускаем (3 хлопка), держим (3 хлопка)». Во время вдоха ребёнок поднимает правую руку и правую ногу и удерживает их в воздухе во время задержки дыхания. Во время выдоха опускает их. На следующем вдохе ребёнок поднимает левую руку и левую ногу и так же задерживает их на время задержки дыхания. На выдохе опускает руку и ногу. Упражнение выполняется 5–8 раз.

Команды сначала необходимо проговаривать вслух. Можно даже подсказывать ребёнку, какую руку и ногу надо поднимать. Также нужно следить за тем, чтобы руки и ноги, которые не работают в данный момент, лежали спокойно и расслабленно.

### 3. Общий двигательный репертуар.

«Гусеница-1». Дети изображают гусеницу. Руки прямые, и ноги стоят на полу близко друг к другу. Затем руки убегают, а ноги стоят, потом ноги догоняют, а руки ждут.

### 4. Игры с мячом.

«Игры в кругу-1». В этом упражнении должно участвовать как минимум 3 человека. Мячик кидают по кругу. Правила игры: один хлопок — мяч движется в том же направлении, два хлопка — мяч меняет направление. После того как ребёнок усвоил программу, меняется

инструкция: один хлопок — мяч меняет направление, два хлопка — мяч движется в том же направлении.

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Активные растяжки-2». Ребёнок лежит на спине, руки над головой, ноги вместе. По команде правая рука тянется вверх, правая нога — вниз; при этом левые рука и нога расслаблены. Ребёнок должен удержаться в таком положении в течение 3–5 секунд. По команде все конечности расслабляются в течение того же интервала времени. Затем так же «растягивается» левая сторона тела.

«Дотянись» (см. занятие 5).

«Кошка-1». Ребёнок встаёт на четвереньки. Выгибает и прогибает спину в поясничном отделе. Голова при этом движется синхронно с изменением поз: прогибание — голова вверх, выгибание — голова вниз. Если ему это не удастся, помогите ребёнку, фиксируя статику и динамику данной позы собственными руками (буквально — надавливая ему на поясницу или, напротив, приподнимая её), прося его только о том, чтобы он опускал голову, когда его спина выгибается, и поднимал, когда она прогибается.

Потом это упражнение выполняется с неподвижной головой, которая при необходимости фиксируется руками взрослого.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-3». И. п. — то же.

Рот открыт, язык высунут и следует за глазами. Взрослый ярким предметом рисует в воздухе сначала знак бесконечности (горизонтальная восьмёрка), а потом обычную восьмёрку (вертикальная восьмёрка) последовательно на трёх уровнях.

«Конвергенция-2». Ребёнок лежит. Взрослый поднимает какой-то предмет на уровень вытянутой руки ребёнка прямо над его переносицей. Язык у ребёнка максимально высунут. Медленно двигать предмет к переносице, добиваясь того, чтобы оба глаза смотрели на него. При приближении предмета язык медленно прячется во рту. Сделать 2 раза.

### 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

«Ползание по-пластунски» (см. занятие 4).

«Ползание на четвереньках». Ребёнок встаёт на колени, локти и кисти рук. Поднимая правую руку и правую ногу, делает шаг. Затем — меняет руку и ногу. Задача — не сбиваясь и не падая, дойти до цели. В этом и во всех последующих упражнениях важно, чтобы рука и нога ребёнка касались пола одновременно.

## 8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

«Улитки». Рисуем улиток двумя руками одновременно. Делим лист на две части. Взрослый предлагает ребёнку последовательность действий. Если ребёнок не понимает, как рисовать по речевой инструкции, то можно нарисовать образец и по нему читать задание:

- начинаем с панциря: правая и левая руки (каждая на своей половине) ставят исходные точки;
- далее от каждой точки рисуем спиральку, которая переходит в голову улитки;
- потом рисуем усики;
- рисуем ножки;
- глаза и рот.

В итоге одновременно должно получиться две улитки: справа и слева на листе. Улитки должны быть средних размеров.

## 9. Мелкая моторика.

«Братцы» (см. занятие 5).

## ЗАНЯТИЕ 7

### 1. Развитие внимания.

«Запретное слово» (см. занятие 6).

### 2. Дыхательные упражнения.

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: двойной хлопок — 4 хлопка — двойной хлопок — 4 хлопка — двойной хлопок — 4 хлопка — двойной хлопок — 4 хлопка. Единица счёта — одна секунда.

Во время вдоха ребёнок поднимает правую руку и правую ногу. На время задержки удерживает их в воздухе. Во время выдоха опускает их. На следующем вдохе ребёнок поднимает левую руку и левую ногу и удерживает их в воздухе на время задержки дыхания. На выдохе опускает их.

Упражнение выполняется 5–8 раз.

Внимательно следите за следующими моментами:

- вдох производится носом, а выдох — ртом;
- живот на вдохе надувается, а на выдохе опускается;
- ребёнок точно следует ритму, разделяя одинарные хлопки, обозначающие счёт, и двойные, обозначающие переход к другому режиму (вдох, удержание, выдох, удержание);

- ребёнок точно соблюдает последовательность смены правых руки, ноги и левых руки, ноги;
- «нерабочие» руки и ноги остаются расслабленными.

## 3. Общий двигательный репертуар.

«Кувьрки».

## 4. Игры с мячом.

«Упражнение с теннисным мячом-2». Ребёнок перекидывает из правой руки в левую теннисный мяч, затем дети встают в круг и перекидывают теннисный мяч сначала из одной своей руки в другую, а затем в руку соседа слева.

## 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Активные растяжки-3». Ребёнок лежит на спине, руки над головой, ноги вместе. По команде правая рука тянется вверх, а левая нога — вниз, при этом левая рука и правая нога расслаблены. По следующей команде — все конечности расслабляются. Затем таким же образом растягиваются левая рука и правая нога.

«Дотянись» (см. занятие 5).

«Здравствуй, пол». Ребёнок лёжа на спине, затылок на полу, поднимает и закидывает ноги к ушам. Его задача — постараться дотронуться мысочками до пола за головой и полежать в этом положении 2–5 секунд. Затем надо медленно возвратиться в исходное положение. Упражнение выполняется от 2–5 до 10 раз.

Примечание. Это упражнение, хоть и с трудом, удаётся почти всем детям, и впоследствии оно им очень нравится. Вначале взрослый может помочь ребёнку, чуть приподнимая его за спину. Можно аккуратно «дотянуть» мысочки ребёнка до пола. Важно также стараться, чтобы ребёнок держал максимально прямые ноги — и когда их поднимает, и когда опускает. Не стоит также спешить, не обязательно дотягиваться до пола сразу.

## 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-3». Упражнение выполняется так же, как на занятии 6, однако язык движется в противоположную от глаз сторону.

«Конвергенция-2» (см. занятие 6).

## 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

«Ползание на четвереньках» (см. занятие 6).

Сначала лучше каждый шаг этого упражнения делать по команде, например «Ква» или «Бу», это даст вам возможность контролировать темп выполнения упражнения. Можно также ввести ложные команды, которые ребёнок должен игнорировать. Заодно потренируете



внимание и слух ребёнка (например, вместо команды «Ква» сказать «Кво» или «Кма»).

Примечание. Упражнение будет очень важно в дальнейшем, поэтому уделите ему максимум внимания. После усвоения упражнения можно ввести счёт, например, 1 — отрываем ногу и руку, 2, 3, 4 — переносим их вперёд, 5 — ставим руку и ногу. Этим вы замедлите выполнение упражнения, сделаете движения более точными и рассчитанными. Хотя после трёх-четырёх повторов рекомендуется вернуться к обычному выполнению упражнения и сосредоточиться больше на скорости.

### **8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Коврик». Ребёнок рисует коврик в виде спиралек. Понадобятся несколько разноцветных карандашей. Делим лист пополам и начинаем рисовать от разделительной линии в разные стороны и в одну линию двумя руками одновременно. Должна получиться одна линия из спиралек. Далее рисуем вторую линию другим цветом или цветами (если в руках разные по цвету маркеры). В итоге получается разноцветный ковёр. Во время выполнения задания ребёнок не должен отвлекаться.

### **9. Мелкая моторика.**

«Пальчиковые ладушки». Дети играют в ладушки пальцами (начиная с указательных и заканчивая мизинцами).

## **ЗАНЯТИЕ 8**

### **1. Развитие внимания.**

«Запутанные руки-1». Дети сидят в кругу, руки перекрещены с руками рядом сидящих. По кругу передаётся мячик из руки в руку. Задача — как можно быстрее передавать мяч. Количество мячей можно постепенно увеличивать.

### **2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: «Руку поднимаем (5 хлопков), держим (4 хлопка), руку опускаем (5 хлопков), держим (4 хлопка), ногу поднимаем (5 хлопков), держим (4 хлопка), ногу опускаем (5 хлопков), держим (4 хлопка)». Единица счёта — одна секунда.

Во время вдоха ребёнок поднимает правую руку, на время задержки дыхания удерживает её в воздухе. Во время выдоха опускает правую руку и во время задержки дыхания лежит спокойно. На

следующем вдохе ребёнок поднимает правую ногу и удерживает её в воздухе на время задержки дыхания. На выдохе опускает правую ногу. То же с левой рукой и ногой (всего 4 вдоха-выдоха). Упражнение выполняется 2–3 раза.

### **3. Общий двигательный репертуар.**

«Гусиный шаг». Дети передвигаются на корточках и мысочках.

### **4. Игры с мячом.**

«Упражнение с теннисным мячом-3». Дети кидают друг другу и ловят теннисный мяч одной рукой (сначала правой, потом левой).

### **5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Активные растяжки-4». Ребёнок лежит на спине, руки над головой, правая рука лежит на левой руке, а правая нога лежит на левой ноге. По команде тянутся правая рука и правая нога, при этом левая рука и нога расслаблены. По следующей команде все тело расслабляется. Затем таким же образом растягиваются левая рука и нога.

«Дотянись» (см. занятие 5).

«Локотки». Ребёнок ложится на живот, лоб на пальцах рук, прижатых к полу. Локти также лежат на полу. По команде ребёнок поднимает локти как можно выше на 3–5 секунд, после опускает их. Упражнение выполняется 5–6 раз.

Старайтесь добиться того, чтобы локти были подняты как можно выше. Можно также немного «потянуть» ребёнка за руки вверх.

После полноценного освоения этого упражнения желательно усложнить задачу реципрокными взаимодействиями рук и головы: локти лежат — голова поднимается, голова опускается — поднимаются локти.

### **6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-4». И. п. — то же.

Рот открыт. Задача ребёнка самостоятельно рисовать в воздухе крест каким-нибудь предметом и следить за ним взглядом. Делать это надо сначала левой рукой, потом правой. Упражнение выполняется на трёх уровнях.

«Конвергенция-2» (см. занятие 6).

### **7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Ползание на четвереньках-1». Ребёнок встаёт на четвереньки. Поднимает правую ногу и правую руку, делает шаг. Язык медленно «переезжает» за «шагающей» рукой. Затем рука и нога меняются, а язык во время шага «переползает» в другую сторону. Задача — не сбиваясь и не падая, дойти до цели.

Примечание. Упражнение несложное. Главное, чтобы ребёнок при «приземлении» не прикусил язык от усердия. Важно, чтобы он не задумывался о том, куда должен перемещаться язык, а делал это автоматически.

### **8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Цветок из восьмёрок». Рисование одновременно двумя руками горизонтальных и вертикальных восьмёрок. Ребёнок, не отрывая рук, рисует и обводит на левой и правой части листа восьмёрки. Сначала в течение минуты вертикальные, потом горизонтальные. Каждую восьмёрку ребёнок обводит ровно минуту, не отрывая руки. Далее эти два вида восьмёрок соединяются в узор, похожий на цветок. Точно так же двумя руками ребёнок рисует и обводит эти узоры, не отрывая рук, в течение минуты. В итоге должны получиться две восьмёрки вертикальные, две восьмёрки горизонтальные и два цветка из восьмёрок.

### **9. Мелкая моторика.**

«Пальчиковые ладошки» (см. занятие 7).

## **ЗАНЯТИЕ 9**

### **1. Развитие внимания.**

«Запретное слово» (см. занятие 6).

### **2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: двойной хлопок — 6 хлопков — двойной хлопок — 5 хлопков — двойной хлопок — 6 хлопков — двойной хлопок — 5 хлопков. Единица счёта — одна секунда. Во время вдоха ребёнок поднимает правую руку и левую ногу. Удерживает их в воздухе на время задержки дыхания. Во время выдоха опускает их. На следующем вдохе ребёнок поднимает левую руку и правую ногу. На выдохе опускает их. Упражнение выполняется 5–8 раз.

### **3. Общий двигательный репертуар.**

«Ходьба с предметом на голове». Дети ходят, положив на голову какой-нибудь предмет, стараясь ходить так, чтобы он не упал.

### **4. Игры с мячом.**

«Меткость». Ребёнок кидает в вертикальную цель разные мячи. В качестве цели может выступать прикрепленный к стене круг из бумаги или обруч в руке взрослого.

### **5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Активные растяжки-5». Ребёнок лежит на спине, руки над головой, левая рука на правой руке, а левая нога на правой ноге. По команде тянутся правая рука и правая нога, при этом левые рука и нога расслаблены. По другой команде — все конечности расслабляются. Затем таким же образом растягиваются левые рука и нога.

### **6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-4». Упражнение выполняется так же, как на занятии 8, однако задача ребёнка не только следить за предметом взглядом, но и двигать при этом языком в том же направлении.

«Конвергенция-2» (см. занятие 6).

### **7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Ползание на четвереньках-2». Ребёнок встаёт на четвереньки. Поднимая правую ногу и левую руку, делает шаг. Язык медленно «переезжает» в противоположную от «шагающей» руки сторону. Затем рука и нога меняются, а язык во время шага «переползает» в другую сторону. Задача — не сбиваясь и не падая, дойти до цели.

### **8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Цветок из восьмёрок» (см. занятие 8).

### **9. Мелкая моторика.**

«Ходилки». Дети «ходят» пальчиками (указательным и средним, указательным и безымянным, указательным и мизинцем) сначала правой руки, затем левой, затем одновременно обеих рук.

## **ЗАНЯТИЕ 10**

### **1. Развитие внимания.**

«Запретное слово» (см. занятие 6).

### **2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: «Руку поднимаем (7 хлопков), держим (5 хлопков), руку опускаем на бедро (7 хлопков), держим (5 хлопков), ногу поднимаем (7 хлопков), держим (5 хлопков), ногу опускаем на другую ногу (7 хлопков), держим (5 хлопков), руку поднимаем (7 хлопков), держим (5 хлопков), опускаем на пол (7 хлопков), держим (5 хлопков), поднимаем ногу (7 хлопков), держим (5 хлопков), опускаем на пол (7 хлопков), держим (5 хлопков)». Единица счёта равна одной секунде.

Во время выдоха ребёнок поднимет только правую руку и на время задержки дыхания удерживает её в воздухе. Во время выдоха опускает правую руку на левое бедро, задерживает дыхание лёжа спокойно. На следующем вдохе ребёнок поднимает правую ногу и удерживает её в воздухе на время задержки дыхания. На выдохе опускает на левую ногу и лежит спокойно (правая рука на левом бедре, правая нога на левой ноге). На вдохе поднимает правую руку с бедра и удерживает её в воздухе. На выдохе кладёт правую руку ровно (параллельно телу). Во время задержки дыхания лежит спокойно. На вдохе поднимает правую ногу и удерживает её на время задержки дыхания. На выдохе кладёт правую ногу параллельно с левой ногой (ровно). То же с левой рукой и ногой (всего 8 вдохов-выдохов). Упражнение выполняется 2–3 раза.

### 3. Общий двигательный репертуар.

«Перекрёстный шаг». Дети идут вдоль линии, перешагивая её то одной ногой, то другой.

### 4. Игры с мячом.

«Месяцы и дни недели». Ребёнок и взрослый кидают большой мяч друг другу. Если звучит название месяца, мяч надо поймать. Если называются дни недели, то мяч не ловится.

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Велосипед». Ребёнок лежит на спине. Правая ладонь под затылком. Локоть лежит на полу. Ноги сгибаются в коленях.левой рукой нужно обхватить колено левой ноги. Наклониться вперёд, локтём правой руки коснуться правого колена (глаза смотрят на колено). Поменять руки. Упражнение выполняется 15–20 раз.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-4». Упражнение выполняется так же, как на занятии 8, однако задача ребёнка не только следить за предметом взглядом, но и двигать при этом языком в направлении, противоположном движению глаз.

«Конвергенция-2» (см. занятие 6).

### 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

«Ползание на четвереньках-3». Ребёнок встаёт на четвереньки. Поднимая правую ногу и левую руку, делает шаг. Язык медленно «переезжает» в противоположную от «шагающей» руки сторону, а глаза смотрят в сторону «шагающей» руки. Затем ребёнок делает шаг другими рукой и ногой и т. д. Задача — не сбиваясь и не падая, дойти до цели.

## 8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

«Ёлка». Ребёнку нужно нарисовать и нарядить ёлку. Лист делится пополам. С левой стороны от разделительной линии ребёнок рисует часть ёлки левой рукой. С правой стороны от разделительной линии рисует вторую часть ёлки правой рукой. Ребёнок рисует одновременно двумя руками.

После этого он начинает ёлку наряжать: сам рисует на ней ёлочные игрушки (шарики, бантики и т. д.), используя свою фантазию. Важно, чтобы ребёнок продолжал рисовать одновременно двумя руками (слева — левой, справа — правой). Следующий этап — нарисовать таким же образом звёздочку на макушке ёлки.

### 9. Мелкая моторика.

«Угадай». Психолог показывает свою правую руку (пальцы в кулаке), затем он выбрасывает какое-либо количество пальцев, а ребёнок должен показать те же пальцы на своей правой руке.

## ЗАНЯТИЕ 11

### 1. Развитие внимания.

«Запутанные руки-1» (см. занятие 8).

### 2. Дыхательные упражнения.

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: «8 хлопков — пауза — 5 хлопков — пауза — 8 хлопков — пауза — 5 хлопков — пауза — 8 хлопков — пауза — 5 хлопков — пауза — 8 хлопков — пауза — 5 хлопков — пауза — 8 хлопков — пауза — 5 хлопков». Единица счёта равна одной секунде.

Во время вдоха ребёнок поднимает только правую руку и на время задержки дыхания удерживает её в воздухе. Во время выдоха опускает правую руку на левое бедро и лежит спокойно, задержав дыхание. На следующем вдохе ребёнок поднимает левую ногу и на время задержки дыхания удерживает её в воздухе. На выдохе опускает на правую ногу. Во время задержки дыхания лежит (правая рука на левом бедре, левая нога на правой ноге). На вдохе поднимает правую руку с бедра и удерживает её в воздухе. На выдохе кладёт правую руку ровно (параллельно телу). На вдохе поднимает левую ногу и удерживает её на время задержки дыхания. На выдохе кладёт

левую ногу параллельно правой ноге (ровно). То же с левой рукой и правой ногой (всего 8 вдохов-выдохов). Упражнение выполняется 3–4 раза.

Старайтесь отслеживать правильную последовательность движений, глубину вдоха, верный темп.

### 3. Общий двигательный репертуар.

«Канатоходец». Дети идут по одной линии, приставляя пяточку к носочку.

### 4. Игры с мячом.

«Упражнение с теннисным мячом-4». Ребёнок и взрослый кидают друг другу теннисный мяч. Если взрослый кинул правой рукой, то ребёнок ловит тоже правой рукой. Если левой, то ребёнок ловит левой.

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«К солнцу». Ребёнок садится на пол, ноги вытянуты вперёд, руки опущены на колени.

По команде взрослого ребёнок поднимает голову и руки вверх, как бы пытаясь дотянуться пальцами до потолка. Взгляд направлен в одну точку (3 секунды). По команде взрослого руки разводятся в стороны максимально широко, ребёнок как бы «потягивается» (3 секунды). По команде взрослого ребёнок опускает руки вниз и расслабляет их (3 секунды). Выполняется 3–5 раз.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-5». И. п. — то же.

Рот открыт, язык высунут. Задача ребёнка самостоятельно рисовать каким-либо предметом в воздухе восьмёрку, следя за предметом глазами и двигая языком в том же направлении. Делать это надо сначала левой рукой (рисовать горизонтальную восьмёрку), потом правой рукой (вертикальную). Затем наоборот: левой рукой рисуется вертикальная восьмёрка, правой рукой — горизонтальная.

Упражнение выполняется на трёх уровнях.

### 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

«Ползание на четвереньках-4». Ребёнок встаёт на четвереньки, причём руки ставит друг за другом. Делает шаг правой ногой и одновременно рукой, которая находится сзади, переставляя её вперёд. При этом если шагает правая рука, то язык и глаза смотрят влево, если левая — то вправо. Затем рука и нога меняются, а язык и глаза во время шага «переползают» в другую сторону. Задача — не сбиваясь и не падая, дойти до цели. Затем ребёнок должен таким же образом проползти эту дистанцию обратным ходом.

## 8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

«Зеркало». Лист или доска делятся пополам. Ребёнок должен представить, что правая часть листа — это зеркало. И когда он будет рисовать что-то слева, то этот рисунок будет отражаться на правой стороне листа.

В этом упражнении ребёнок составляет из геометрических фигур человечка. Он должен рисовать двумя руками сразу максимально похожих человечков (одного слева и одного справа), которые могут состоять из кругов, квадратов, треугольников, прямоугольников и ромбов. Этого человечка надо назвать и написать его имя под рисунком печатными буквами.

Но правая часть листа — это зеркало, поэтому имя справа должно быть написано как отражение надписи слева. Имя можно писать каждой рукой отдельно.

### 9. Мелкая моторика.

«Угадай» (см. занятие 10).

## ЗАНЯТИЕ 12

### 1. Развитие внимания.

«Запутанные руки-2». Вместо передачи мяча дети по очереди хлопают руками по коленкам сидящих рядом. Первая рука стучит один раз, вторая — два раза, следующая за ней — снова один раз и т. д.

### 2. Дыхательные упражнения.

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: «9 хлопков — пауза — 5 хлопков — пауза — 9 хлопков — пауза — 5 хлопков». Единица счёта равна одной секунде.

Во время выдоха ребёнок поднимает правую руку и правую ногу. На время задержки дыхания удерживает их в воздухе. Во время вдоха опускает их. На следующем выдохе ребёнок поднимает левую руку и левую ногу. Удерживает их в воздухе на время задержки дыхания. На вдохе опускает их. Упражнение выполняется 5–8 раз.

### 3. Общий двигательный репертуар.

«Перекрестный шаг» (см. занятие 10).

### 4. Игры с мячом.

«Игры в кругу-2». Взрослый произносит слово и кидает мяч, а ребёнок ловит мяч и называет слово, связанное со словом взрос-

лого. Например, взрослый говорит: «Небо», а ребёнок отвечает: «Облако» — и кидает мяч.

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Флюгер-1». Сидя скрестить ноги, спина прямая, руки за голову. Ребёнок выполняет свободные повороты налево-направо, по возможности максимально скручивая позвоночник:

- а) голова поворачивается в ту же сторону, что и тело;
- б) голова поворачивается в противоположную сторону от тела, а язык поворачивается в ту же сторону, что и голова.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-5». Упражнение выполняется так же, как на занятии 11, однако ребёнок следит взглядом за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз.

### 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

«Ползание на четвереньках-5». Ребёнок встаёт на четвереньки, причём руки перекрещены. Ребёнок делает шаг правой ногой и одновременно рукой, которая находится сзади другой руки, переставляя её вперед. Язык медленно «переезжает» в противоположную от шагающей руки сторону, а глаза смотрят в сторону «шагающей» руки. Затем рука и нога меняются, а язык и глаза во время шага «переползают» в другую сторону. Задача — не сбиваясь и не падая, дойти до цели.

### 8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

«Геометрические фигуры-2». С этого занятия разделительная линия не рисуется. Ребёнок при рисовании двумя руками одновременно должен сам ориентироваться, где правая часть листа, а где левая. Двумя руками одновременно (правой рукой справа, левой рукой слева) ребёнок рисует и раскрашивает геометрические фигуры: два квадрата, два круга, два треугольника. Каждую фигуру нужно обвести несколько раз.

### 9. Мелкая моторика.

«Пальчики здороваются». Подушечки пальцев соприкасаются и нажимают друг на друга («здороваются»).

Сначала работает ведущая рука, потом неведущая, затем обе руки сразу. После этого здороваются большой и указательный пальцы правой руки и большой палец и мизинец — левой и т. д. (от мизинца к большому пальцу на одной руке и от большого к мизинцу — на второй).

## ЗАНЯТИЕ 13

### 1. Развитие внимания.

«Правильно–неправильно-1». Психолог говорит: «Сейчас я буду называть части тела правильно, а показывать неправильно, вы должны делать правильно, то есть так, как говорю». Затем психолог, например, кладёт руки на плечи, а говорит «колени». Дети должны положить руки на колени.

### 2. Дыхательные упражнения.

Ребёнок лёжа делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под прохлопывания: «10 хлопков — пауза — 5 хлопков — пауза — 10 хлопков — пауза — 5 хлопков». Единица счёта равна одной секунде.

Во время выдоха ребёнок поднимает правую и левую ногу и удерживает их в воздухе на время задержки дыхания. Во время вдоха опускает их. На следующем выдохе ребёнок поднимает левую руку и правую ногу. На вдохе опускает их. Упражнение выполняется 5–8 раз.

### 3. Общий двигательный репертуар.

«Перекрёстные и односторонние движения». Дети идут по кругу, высоко поднимая ноги, согнутые в колене, и дотрагиваются правой рукой до правой ноги, а левой рукой до левой ноги. Затем они дотрагиваются левой рукой до правой ноги, а правой рукой до левой ноги. Взрослый прохлопывает каждый шаг. Ритм можно ускорять.

### 4. Игры с мячом.

«Игры в кругу-3». Ребёнок кидает мяч назад, не поворачиваясь, а взрослый или другой ребёнок ловит мяч сзади. Игроки меняются местами поочередно.

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Флюгер-2». Встать на колени, спина прямая, руки за голову. Ребёнок выполняет свободные повороты налево-направо, по возможности максимально скручивая позвоночник:

- а) голова поворачивается в ту же сторону, что и тело;
- б) голова поворачивается в противоположную сторону от тела, а язык поворачивается в ту же сторону, что и тело.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-4». Упражнение выполняется так же, как на занятии 8, однако задача ребёнка не только следить за предметом взглядом, но и двигать при этом языком в том же направлении.



При движении от центра вправо предмет должен находиться в правой руке. Над переносицей при движении предмета влево он перехватывается левой рукой. Движение вверх и вниз осуществляется попеременно двумя руками.

Время выполнения 4–6 минут.

### 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

«Ползание боком». Ребёнок встаёт на четвереньки. Ноги раздвинуты на ширину плеч, руки вместе. Делая шаг вбок, он ставит ноги вместе, а руки раздвигает на ширину плеч. Ещё шаг — и опять руки вместе, а ноги на ширине плеч.

Примечание. Сначала можно помочь ребёнку, проговаривая результат каждого шага: «Сейчас ноги вместе, руки отдельно».

Вариант упражнения. Ребёнок встаёт на четвереньки. Ноги вместе, руки перекрещены. Правая рука и правая нога одновременно шагают вбок (руки и ноги ставятся параллельно друг другу на ширине плеч). Следующий шаг левой рукой и левой ногой, и опять руки перекрещены, а ноги вместе.

### 8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

«Геометрические фигуры-2» (см. занятие 12).

### 9. Мелкая моторика.

«Здравствуй».

*Здравствуй, солнце золотое!  
Здравствуй, небо голубое!  
Здравствуй, вольный ветерок!  
Здравствуй, маленький дубок!  
Мы живём в одном краю —  
Всех я вас приветствую!*

(Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками.)

## ЗАНЯТИЕ 14

### 1. Развитие внимания.

«Правильно–неправильно-2». Упражнение проводится так же, как предыдущее, однако теперь дети должны делать так, как психолог показывает, а не говорит (психолог делает правильно, а говорит неправильно).

### 2. Дыхательные упражнения.

Ребёнок садится прислонившись спиной к стене. На вдохе он поднимает правую руку, удерживает позу, задерживая дыхание, на выдохе — опускает правую руку вниз, а левую поднимает вверх, удерживает позу, задерживая дыхание, затем на вдохе — меняет руки местами и т. д. Отсчёт: вдох, выдох — 10 хлопков, задержка дыхания — 5 хлопков. Упражнение выполняется 5–8 раз.

### 3. Общий двигательный репертуар.

«Голова–шея–руки». Дети вращают головой, качают ею в разные стороны, поднимают–опускают плечи (вместе и по отдельности), а также совершают вращательные движения: руки поднимаются вверх и падают, затем вращаются в плечевом суставе вместе и по отдельности.

### 4. Игры с мячом.

«Игры в кругу-4». Взрослый кидает мяч и называет месяц, а ребёнок ловит мяч и говорит, к какому времени года относится этот месяц.

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Бабочка-1». Ребёнок ровно стоит на коленях, мыски вытянуты, стопы направлены вверх, спина прямая, руки вытянуты в стороны, глаза смотрят вперёд. По команде взрослого:

- пальцы сжимаются в кулак;
- руки сгибаются в локтях, кулаками вверх, плечи параллельны полу;
- голова запрокидывается назад, глаза смотрят в потолок;
- плечи, находясь параллельно полу, сводятся максимально назад;
- плечи возвращаются в исходное положение, находясь параллельно полу, кулаки вверх, а голова остаётся запрокинутой вверх;
- голова приходит в исходное положение;
- руки разгибаются и разводятся в стороны;
- кулачки разжимаются.

Сначала упражнение выполняется под развёрнутые инструкции взрослого: «Пальцы в кулак, руки согнуть в локтях, глаза в потолок» и т. д., вплоть до полного усвоения ребёнком последовательности действий. На следующем этапе полезно предложить детям по очереди исполнять роль ведущего. Необходимо следить, чтобы ребёнок не разводил локти в стороны.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

«Разведчики-5». Исходное положение изменено — ребёнок сидит у стены, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, руки лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются. Рот открыт.

Упражнение выполняется так же, как на занятии 13.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Хожение на коленях-1». Руки вытянуты в стороны. Пальцы рук прижаты друг к другу. Ладонь правой руки «смотрит» в сторону, пальцы руки «смотрят» вверх. Ладонь левой руки «смотрит» в пол, а пальцы «смотрят» в сторону. Стоя на коленях головой по направлению к цели ребёнок делает правой ногой шаг и одновременно с этим меняет положение ладоней — ладонь правой руки направляется в пол, а левая рука обращается вверх.

После того как ребёнок усвоит это упражнение, можно добавить ещё одно действие: язык следует за ладонью, смотрящей вверх.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Восьмёрки-1». Разделительная линия не проводится. Ребёнок рисует две восьмёрки (сначала вертикальные, затем горизонтальные) слева и справа. Правая и левая восьмёрки не должны пересекаться в центре, а также должны быть равными.

**9. Мелкая моторика.**

«Слон».

*В зоопарке стоит слон.  
Уши, хобот, серый он.  
Головой своей кивает,  
Будто в гости приглашает.*

(Ладонь на себя. Средний палец опущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой — указательным и большим. Шевелить средним пальцем. Качать всей кистью.)

**ЗАНЯТИЕ 15****1. Развитие внимания.**

«Найди и обведи фигуру». Ребёнку предлагается бланк с набором различных фигур. Задача — найти среди них все треугольники и обвести их в круг как можно быстрее.

**2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок садится на пятки, спина прямая, руки расставлены в стороны — правая рука согнута в локте, а левая рука прямая, при этом обе руки смотрят влево. На вдохе руки описывают полукруг через верх и на задержке дыхания останавливаются в позе — обе руки смотрят вправо: правая рука прямая, а левая согнута в локте.

На выдохе: руки описывают полукруг через верх и останавливаются в первоначальной позе и т. д. Отсчёт: вдох, выдох — 10 хлопков, задержка — 5 хлопков. Упражнение выполняется 5–8 раз.

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Подвижная поясница». В положении стоя дети выпячивают живот, прячут его назад, затем делают вращательные движения тазом.

**4. Игры с мячом.**

«Упражнение с теннисным мячом-5». Ребёнок бросает об стену теннисный мяч и ловит его одной рукой.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Флюгер-3». Необходимо встать, спина прямая, руки за голову. Ребёнок выполняет свободные повороты налево–направо, по возможности максимально скручивая позвоночник:

- а) голова поворачивается в ту же сторону, что и тело;
- б) голова поворачивается в противоположную сторону от тела, а язык поворачивается в ту же сторону, что и тело.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-5». Упражнение выполняется так же, как на занятии 14, однако ребёнок следит за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Хожение на коленях-2». Упражнение выполняется аналогично предыдущему, но при этом язык следует за ладонью, смотрящей вверх, а глаза — в противоположную сторону от языка.

Затем, наоборот, глаза следуют за ладонью, смотрящей вверх, а язык — в противоположную от глаз сторону.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Восьмёрки-1» (см. занятие 14).

**9. Мелкая моторика.**

«Крокодил».

*Крокодил плывёт по речке,  
Выпучив свои глаза.  
Он зелёный весь, как тина,  
От макушки до хвоста.*

(Ладонь выставлена вперёд горизонтально столу. Большой палец под ладонью. Указательный и мизинец согнуты — это глаза — и прижаты соответственно к среднему и безымянному пальцу.)

**ЗАНЯТИЕ 16****1. Развитие внимания.**

«Охота на фигуры». Ребёнку предлагается бланк с набором различных фигур. Задача ребёнка — как можно быстрее все квадраты зачеркнуть, а все круги подчеркнуть.

**2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок садится на пятки, спина прямая, прямые руки расставлены в стороны. Кисти сжаты в кулаки, кроме больших пальцев. Один палец смотрит вниз, а другой вверх. С вдохом пальцы меняются местами, с выдохом — опять меняются местами и т. д. На задержке — удержание позы. Отсчёт: вдох, выдох — 10 хлопков, задержка дыхания — 5 хлопков. Упражнение выполняется 5–8 раз.

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Равновесие». Дети встают на одну ногу и стоят 10 секунд, затем меняют ногу. Психолог берёт яркий предмет и водит его перед глазами участников (вверх, вниз, вправо, влево, по наклонной плоскости). Задача детей — следить за предметом глазами, но при этом не упасть.

**4. Игры с мячом.**

«Упражнение с теннисным мячом-6». Ребёнок кидает об стену теннисный мяч правой рукой, а ловит левой. Затем наоборот — левой кидает, а правой ловит.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Маятник». Ребёнок, сидя на коленях и пятках, наклоняется вперёд, пока лоб не будет лежать на полу. Руки ладонями вверх положить вдоль туловища, кисти рядом со стопами. Вернуться медленно в исходное положение. Затем постепенно опускаться назад (стараясь дотронуться до пола), сначала опираясь на локти, а затем на голову. Руки свободно лежат вдоль туловища. Не спеша, в обратном порядке вернуться в исходное положение.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-6». Исходное положение изменено — ребёнок сидит без опоры на стену, спина прямая, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются. Рот открыт, язык высунут.

Упражнение выполняется так же, как на занятии 11, однако ребёнок следит взглядом за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз. Время выполнения 4–6 минут.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Хождение у стены-1». Ребёнок встаёт к стене, ноги на ширине плеч. Руки согнуты, ладони лежат на стене на уровне глаз. Ребёнок передвигается вдоль стены на несколько метров вправо, а затем влево следующими способами:

- 1) руки и ноги параллельны друг другу (приставным шагом);
- 2) руки перекрещены, ноги параллельны;
- 3) ноги перекрещены, руки параллельны;
- 4) руки и ноги перекрещены.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Дом». Разделительной линии уже нет. Надо приготовить несколько разноцветных карандашей. Ребёнок рисует два дома: слева и справа. Обязательно с окнами, дверью. Можно внутри со шторами. Важно, чтобы дом выглядел так, как будто в нём кто-то живёт. Домики надо раскрасить.

**9. Мелкая моторика.**

«Кошка-2».

*А у кошки ушки на макушке,  
Чтобы лучше слышать мышь в её норушке.*

(Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец подняты вверх.)

**ЗАНЯТИЕ 17****1. Развитие внимания.**

«Найди и обведи букву». Ребёнку предлагается бланк с набором различных букв.

Задача ребёнка — найти все буквы «А» в бланке и обвести их как можно быстрее.

**2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок стоит, спина прямая, прямые руки вытянуты вперёд, одна ладонь смотрит вниз, а другая вверх.

На вдохе ладони переворачиваются одна вверх, а другая вниз; на выдохе — опять переворачиваются и т. д. На задержке дыхания — удержание позы.

Отсчёт: вдох, выдох — 10 хлопков, задержка — 5 хлопков. Упражнение выполняется 5–8 раз.

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Рисуем и пишем в воздухе». Дети рисуют или пишут в воздухе фигуры, цифры, слова, предложения сначала всей рукой, потом только предплечьем, затем только кистью.

**4. Игры с мячом.**

«Упражнение с теннисным мячом-7». У взрослого в каждой руке по теннисному мячу. Он одновременно кидает мячи ребёнку, который должен их поймать и бросить обратно взрослому.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Гусеница-2». Ребёнок встаёт на ноги и руки так, чтобы его тело образовало букву «Л». Руки и ноги должны быть как можно ближе друг к другу, при этом оставаясь прямыми.

Затем по команде ведущего «Руки побежали!» ребёнок шагает только руками вперёд, а ноги при этом стоят на месте. По команде «Ноги догоняют!» ребёнок доходит ногами к рукам, при этом руки стоят на месте и т. д. Затем ребёнок таким же образом передвигается назад («задним ходом»).

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-7». Новое исходное положение (И. п. 2) — ребёнок стоит посередине комнаты ни на что не опираясь, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, вытянуты.

Задача ребёнка — самостоятельно рисовать в воздухе крест каким-нибудь предметом, следить за ним взглядом и двигать при этом языком в том же направлении.

Упражнение выполняется на трёх уровнях.

При движении от центра вправо предмет должен находиться в правой руке. Над переносицей при движении предмета влево он перехватывается левой рукой. Движение вверх и вниз осуществляется попеременно двумя руками. Время выполнения 4–6 минут.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Хождение у стены-2». Упражнение выполняется так же, как на занятии 16. При этом глаза смотрят в стену, а язык двигается в сторону «шагающей» руки. Затем, наоборот, язык неподвижен, а глаза смотрят в сторону «шагающей» руки.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Восьмёрки-2». Ребёнок рисует двумя руками одновременно две восьмёрки: правой рукой вертикальную, а левой рукой — горизонтальную. Разделительная линия не ставится.

**9. Мелкая моторика.**

«Пусть отдохнут пальчики». Дети поглаживают подушечками пальцев поверхность стола и говорят:

*Меж еловых мягких лап,*

(Стучат пальцами по столу.)

*Дождик кап-кап-кап,*

(Стучат поочерёдно всеми пальцами раскрытых кистей.)

*Где сучок давно засох,*

*Серый мох-мох-мох,*

(Поднимают руки над столом, сжимают-разжимают кулаки.)

*Где листок к листку прилип,*

*Вырос гриб, гриб, гриб.*

(Указательным пальцем правой руки касаются поочерёдно всех пальцев левой руки.)

*Кто нашёл его, друзья?*

(Сжав все пальцы левой руки, кроме мизинца, показывают его.)

*Я, я, я, я!!!*

**ЗАНЯТИЕ 18****1. Развитие внимания.**

«Найди и зачеркни букву». Ребёнку предлагается бланк с набором различных букв. Задача ребёнка — найти все буквы «С» в бланке и зачеркнуть их как можно быстрее.

**2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок стоит с опущенными руками и головой, на вдохе медленно поднимает расслабленные руки и голову вверх, постепенно растягивая всё тело (не отрывая пятки от пола); задерживает дыхание. На выдохе — постепенно расслабляя тело, опускает руки и голову, сгибается в пояснице; задерживает дыхание.

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Полоса препятствий». Дети идут по линии, затем перешагивают через формы, затем прыгают с одной формы на другую, потом прыгают на одной ноге, затем приседают и подпрыгивают и т. д.

**4. Игры с мячом.**

«Катаем мяч». Ребёнок должен наклониться вперёд и, подталкивая мяч поочерёдно пальцами правой и левой руки, катить его вокруг стоп (описывая восьмёрку — вправо, влево).

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Потягивание». Ребёнок стоит. Ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулак, большие пальцы внутри ладоней; кулаки прижаты к низу живота. Поднять кулаки к плечам и прогнуться в спине, разводя плечи и запрокидывая голову. Потянуться вверх, распрямляя руки и поднимаясь на носки, постепенно напрягая всё тело, как «струнку» (представьте, что вы только что проснулись и сладко потягиваетесь). Вернуться в и. п., выполняя движения в обратном порядке.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-7». И. п. 2.

Упражнение выполняется так же, как на занятии 17, однако ребёнок следит взглядом за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Хожение у стены-3». Упражнение выполняется так же, как на занятии 16. При этом глаза смотрят в сторону «шагающей» руки, а язык двигается в противоположную от глаз сторону. Затем, наоборот, язык двигается в сторону «шагающей» руки, а глаза смотрят в противоположную сторону от языка.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Восьмёрки-3». Ребёнок рисует двумя руками две восьмёрки, как на прошлом занятии, но теперь, наоборот, правой рукой — горизонтальную, а левой рукой — вертикальную.

**9. Мелкая моторика.**

«Отдыхают руки». Для этого предлагается такое упражнение:

*На двери висит замок.*

(Руки сцеплены в замок.)

*Кто его открыть бы мог?*

(Пытаются разъединить руки.)

*Повертели, покрутили,*

(Вертят и крутят руками.)

*Постучали и открыли.*

(Выполняют действия.)

**ЗАНЯТИЕ 19****1. Развитие внимания.**

«Охота на буквы-1». Ребёнку предлагается бланк с набором различных букв. Задача ребёнка — как можно быстрее обвести в бланке все буквы «П», зачеркнуть все буквы «Д», подчеркнуть все буквы «О».

**2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок стоит, спина прямая, руки прямые смотрят влево. На вдохе руки описывают полукруг через верх и останавливаются в позе — обе руки прямые смотрят вправо. Дыхание при этом задерживается. На выдохе руки описывают полукруг через низ и останавливаются в первоначальной позе и т. д. Отсчёт: вдох, выдох — 10 хлопков, задержка дыхания — 5 хлопков. Упражнение выполняется 5–8 раз.

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Гусеница-1» (см. занятие 6).

**4. Игры с мячом.**

«Чеканка-1». Ребёнок ударяет большим мячом об пол одной и двумя руками. При этом он сначала стоит на месте, затем продвигается вперёд.

«Упражнение с теннисным мячом-8». Ребёнок кидает теннисный мяч об стенку одной рукой, стоя на одной ноге, и ловит его одной рукой.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Скручивание корпуса». И. п. ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, стопы параллельны друг другу. Тело полностью расслаблено. Скручивать тело вправо и влево, захлёстывая расслабленные руки за спину. Подошвы ступней полностью, не отрываясь при поворотах, касаются пола; позвоночник — вертикальная неподвижная ось вращения. Голова сначала неподвижна, затем поворачивается вместе с руками, потом — в противоположную от рук сторону.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

«Разведчики-8». И. п. 2.

Задача ребёнка — самостоятельно рисовать каким-либо предметом в воздухе восьмёрку, следя за предметом глазами и двигая языком в направлении, противоположном движению глаз. Делать



это надо сначала левой рукой (рисовать горизонтальную восьмёрку), потом правой рукой (вертикальную).

Затем наоборот: левой рукой рисуется вертикальная восьмёрка, правой — горизонтальная.

Упражнение выполняется на трёх уровнях. Время выполнения 4–6 минут.

### **7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«*Хождение у стены-4*». Упражнение выполняется так же, как на занятии 16, но с закрытыми глазами.

### **8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«*Дуги-1*». Ребёнок рисует одновременно правой рукой дугу, выгнутую вверх, а левой рукой дугу, выгнутую вниз.

### **9. Мелкая моторика.**

«*Змейки*». Дети совершают волнообразные движения поочерёдно каждым пальцем сначала на одной руке, затем на другой, затем обеими руками вместе.

## **ЗАНЯТИЕ 20**

### **1. Развитие внимания.**

«*Охота на буквы-2*». Ребёнку предлагается бланк с набором различных букв. Задача ребёнка — как можно быстрее обвести в бланке все буквы «Б», зачеркнуть все буквы «Т», подчеркнуть все буквы «И».

### **2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок стоит, спина прямая, прямые руки расставлены в стороны. Кисти сжаты в кулаки, кроме больших пальцев. Один палец смотрит вниз, а другой вверх. На вдохе пальцы меняются местами и т. д. На задержке дыхания — удержание позы.

Отсчёт: вдох, выдох — 10 хлопков, задержка дыхания — 5 хлопков. Упражнение выполняется 5–8 раз.

### **3. Общий двигательный репертуар.**

«*Передай мяч*». Дети строятся в линию друг за другом. Тот, кто стоит первым, бросает мяч назад не оборачиваясь. Следующий за ним должен поймать мяч и, бросив его себе под ноги, перепрыгнуть через мяч. Следующий ловит мяч и опять кидает его не оборачиваясь и т. д. Затем дети разворачиваются в другую сторону и продолжают игру.

### **4. Игры с мячом.**

«*Чеканка-2*». Ребёнок ударяет большим мячом об пол попеременно правой и левой рукой. При этом он сначала стоит на месте, затем продвигается вперёд.

### **5. Упражнения на растяжку мышц.**

«*Бабочка-2*». Сидя на полу захватить сложенные подошвами стопы руками, сплетёнными в замок, колени в стороны. Пятки должны быть как можно ближе к ягодицам, мышцы бёдер расслаблены. Совершать движение бёдрами ног подобно взмахам крыльев бабочки.

### **6. Глазодвигательный репертуар.**

«*Разведчики-8*». И. п. 2.

Упражнение выполняется так же, как на занятии 19.

### **7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«*Цыганочка*». И. п. — поставить ноги на ширине плеч, руки опущены. Дотронуться правой рукой до поднятого левого колена, вернуться в и. п., затем сзади дотронуться левой рукой до правой пятки (согнутая в колене правая нога отводится назад). Вернуться в и. п. Повторить соответственно для левой руки и правого колена и правой руки и левой пятки. Повторить весь цикл 3 раза.

### **8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«*Дуги-2*». Ребёнок рисует одновременно правой рукой дугу, выгнутую вниз, а левой рукой дугу, выгнутую вверх.

### **9. Мелкая моторика.**

«*Крестики*». Перекрещиваются указательный и средний пальцы, затем средний и безымянный, безымянный и мизинец поочерёдно сначала на одной руке, потом на другой и, наконец, на обеих руках.

## **ЗАНЯТИЕ 21**

### **1. Развитие внимания.**

«*Таблицы Шульте*».

### **2. Дыхательные упражнения.**

Ребёнок кладёт одну руку на грудь или живот и акцентирует внимание на том, как на вдохе рука поднимается, а на выдохе — опускается. Затем в такт с дыханием другой рукой он показывает, как дышит (на вдохе рука поднимается до уровня груди, а на выдохе — опускается). Далее ребёнок должен плавно и медленно поднимать и опускать руку или обе руки одновременно в такт дыханию, но уже на определённый счёт (на 8, на 12).

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Канатоходец» (см. занятие 11).

**4. Игры с мячом.**

«Мяч по кругу». Ребёнок ведёт вокруг себя большой мяч, поворачиваясь вокруг своей оси, чеканя мяч поочерёдно то правой рукой, то левой.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Корзиночка». Лёжа на животе схватить руками согнутые в коленях ноги за голеностопные суставы. Качаться на животе вперёд-назад, направо-налево. По команде ребёнок замирает на каком-либо боку.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

Ребёнок смотрит прямо перед собой. Начинается отработка движений глаз по четырём основным направлениям: вверх, вниз, направо, налево — и четырём вспомогательным: по диагоналям, к себе (сведение глаз к центру) и от себя.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

«Ладушки». Эта игра одной из первых появляется в опыте любого ребёнка. Если он с ней не знаком — научите его играть сначала в классическом варианте, но не только руками, но и лёжа — ногами. Затем усложните задачу:

а) хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнёром (руки у обоих перекрещены), хлопок, хлопок с партнёром — «левая — правая», хлопок, хлопок с партнёром — «правая — левая». Далее увеличивается число движений за счёт соединения классического и данного вариантов. Аналогично — ногами;

б) «кулак — ладонь»: руки ребёнка всё время повернуты ладонями друг к другу; хлопок в ладоши, удар кулака о ладонь, хлопок, удар другой ладони о кулак. Играя в паре, ребёнок после хлопка делает с партнёром удар «кулак — ладонь». Ещё более сложный вариант — удар «кулак — ладонь» делается с партнёром перекрещенными руками (впереди то левая, то правая рука);

в) «ладушки» с разворотами ладоней: классический вариант, в котором хлопки с партнёром осуществляются так, что одна ладонь ребёнка смотрит вниз, а другая — вверх (или ставятся друг на друга рёбрами);

г) после хлопка ребёнок «здоровается» с партнёром, как в классическом варианте, соприкасаясь с ним стопами, коленями, бёдрами, локтями, плечами.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Квадрат и круг-1». Ребёнок рисует одновременно правой рукой квадрат, а левой рукой круг.

**9. Мелкая моторика.**

«Щелчки». Щёлканье пальцами сначала одной руки, потом другой, затем обеих рук вместе. На втором этапе попеременно то одной рукой, то другой.

**ЗАНЯТИЕ 22****1. Развитие внимания.**

«Таблицы Шульте».

**2. Дыхательные упражнения.**

И.п. — встать, ноги на ширине плеч, руки опущены, ладони обращены вперёд. На быстром вдохе руки притягиваются к подмышкам ладонями вверх. На медленном выдохе — опускаются вдоль тела ладонями вниз. Такой тип дыхания оказывает мощное мобилизующее действие, быстро снимает психоэмоциональное напряжение.

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Кувьрки».

**4. Игры с мячом.**

«Чеканка по линии». На полу рисуется полоса (или кладётся верёвка). Ребёнок встаёт в начало этой полосы и двигается вперёд, чеканя мяч то справа от линии, то слева от неё. Сначала чеканит левой рукой слева, правой справа, потом наоборот — левой справа, а правой слева от линии.

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Линейные растяжки». Лёжа на спине ребёнок (сначала с вашей помощью) растягивает всё тело, потягиваясь одновременно двумя руками и ногами; затем — только правой стороной тела (рука, бок, нога), потом — только левой. Спина при этом не должна напрягаться и выгибаться. На выдохе — расслабление. Спросите его о том, вытянулись ли его спина, руки и ноги.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

Руки (опущенные, поднятые в стороны или вверх) сжаты в кулаки, большой палец вытянут. Движения глаз сочетаются с одновременным поворотом рук в ту же сторону, что и глаза, затем — в противоположную. То же со ступнями ног в положении лёжа и сидя.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

Встать у стены, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Ребёнок передвигается вдоль стены на 3–5 м вправо, а затем — влево. Сначала двигаются одноименные, а потом противоположные рука и нога:

- а) руки и ноги параллельны;
- б) руки перекрещены, ноги параллельны;
- в) ноги перекрещены, руки параллельны;
- г) руки перекрещены, ноги перекрещены.

В более сложном варианте это упражнение выполняется с вытянутыми вверх руками; ребёнок при этом смотрит прямо перед собой или закрывает глаза.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Квадрат и круг-2». Ребёнок рисует одновременно правой рукой круг, а левой рукой квадрат.

**9. Мелкая моторика.**

«Собери бусы». Нанизывание деревянных бусинок на нитку.

**ЗАНЯТИЕ 23****1. Развитие внимания.**

«Птица, рыба, зверь...». Дети стоят в кругу. Первый ребёнок называет птицу, а изображает в это время рыбу, следующий называет рыбу, а изображает зверя, следующий за ним называет зверя, а изображает птицу и т. д. Сделавший ошибку выбывает из игры.

**2. Дыхательные упражнения.**

На медленном вдохе руки плавно разводятся в стороны и поднимаются вверх (или в стороны и к груди) — «притягивающее движение». На выдохе — «отталкивающее движение» — опускаются вдоль тела ладонями вниз.

**3. Общий двигательный репертуар.**

«Перекрёстный шаг» (см. занятие 10).

**4. Игры с мячом.**

«Передай мяч» (см. занятие 20).

**5. Упражнения на растяжку мышц.**

«Струночка-2». Лежа на животе ребёнок должен почувствовать пол головой, шеей, спиной, плечами, руками, ягодицами и ногами, а затем — описать свои ощущения. Например, пол может быть твёрдым,

мягким, холодным, гладким, бугристым; шее или ногам неудобно и т. д.

**6. Глазодвигательный репертуар.**

Слежение за предметом, перемещаемым по воображаемому контуру круга, овала, треугольника, квадрата, восьмёрки, знака бесконечности, синусоиды и т. д.: на расстоянии вытянутой руки, на расстоянии локтя и около переносицы.

**7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.**

Прыжки на месте на двух ногах:

а) чередование прыжков: ноги врозь (предмет, например мяч, лежит на полу между стопами ног) и ноги вместе (предмет — то у носков, то у пяток ног);

б) чередование прыжков: ноги врозь и ноги перекрёстно, поочередно правая и левая нога впереди (предмет, например гимнастическая палка, лежит между стопами ног).

Это же упражнение выполняется с движением рук в ту же сторону, что и ноги, затем — в противоположную.

**8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.**

«Заяц». Рисование обеими руками.

**9. Мелкая моторика.**

«Выкладывание узора». Дети выкладывают узор из мелких деталей.

**ЗАНЯТИЕ 24****1. Развитие внимания.**

«Четыре стихии». Дети сидят (стоят) в кругу. Психолог договаривается с ними, что, если он скажет слово «земля», все должны опустить руки вниз (присесть; произнести слово, относящееся к земле, например «трава»; изобразить змею). Если сказано слово «вода», надо вытянуть руки вперёд (изобразить волны, водоросли; сказать «водопад» и т. п.); при слове «воздух» — поднять руки вверх (встать на носочки; изобразить полёт птицы; сказать «солнце»); при слове «огонь» — произвести вращение рук в лучезапястных и локтевых суставах (повернуться кругом; изобразить костёр; сказать «саламандра» и т. п.).

**2. Дыхательные упражнения.**

Прямые руки вытянуты вперёд или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. Со вдохом поднять левую кисть вверх, одно-

временно опуская правую вниз (движение только в лучезапястном суставе). С выдохом левая кисть идёт вниз, правая — вверх.

### 3. Общий двигательный репертуар.

«Равновесие» (см. занятие 16).

### 4. Игры с мячом.

«Мяч по кругу» (см. занятие 21).

### 5. Упражнения на растяжку мышц.

«Звезда». Лёжа на животе ребёнок ложится в позу «звезды» — слегка разведя руки и ноги, а затем выполняет растяжки аналогично предыдущим, но не линейные, а диагональные. Оттягивается пятка правой ноги и левая рука по диагонали, при этом левая нога и правая рука расслаблены. Расслабиться на выдохе. Затем то же выполняется по другой диагонали.

### 6. Глазодвигательный репертуар.

Рисование в воздухе перед собой знака бесконечности  $\infty$  (центр знака — напротив переносицы).

Сначала психолог плавно передвигает одну руку ребёнка, начиная из центра вверх, обводя три раза воображаемый знак бесконечности. Ребёнок должен внимательно следить за кончиками пальцев своей руки, не мигая, не отводя взгляда и не задерживая дыхания. Затем то же другой рукой и двумя руками, сцепленными в замок. Далее можно варьировать размеры знака и то расстояние, на котором он рисуется.

### 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия.

Прыжки с продвижением, в качестве ориентира используется линия на полу между стопами ног:

а) чередование прыжков: нога врозь и нога перекрёстно (поочерёдно впереди то правая, то левая нога); то же, но с аналогичным движением рук, вытянутых прямо перед собой, — сверху рука, однойимённая (противоположная) стоящей впереди ноге;

б) чередование прыжков: ноги врозь, руки перекрёстно перед собой и ноги перекрёстно, руки перед собой параллельно друг другу.

Это же упражнение выполняется с движением рук в ту же сторону, что и ноги, затем движения выполняются в разных направлениях.

### 8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность.

«Кот». Рисование обеими руками.

### 9. Мелкая моторика.

«Плетение кос». Дети плетут косы из верёвки.

## ОБУЧАЮЩИЙ СЕМИНАР ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРИЁМНЫХ СЕМЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ





**ОБУЧАЮЩИЙ СЕМИНАР ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ  
СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРИЁМНЫХ СЕМЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С  
ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ**



**ГРУППОВЫЕ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ  
КОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ**





### ГРУППОВЫЕ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ



### ГРУППОВЫЕ НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОРРЕКЦИОННЫЕ ЗАНЯТИЯ



### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ ПЕДАГОГИКИ МОНТЕССОРИ НА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ



### ЛОГОПЕДИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ С ДЕТЬМИ





### МЕДИЦИНСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ ВРАЧОМ-ПСИХИАТРОМ



### КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ



### КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ



### РАБОТА С СЕМЬЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЁНКА С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ





**РАБОТА С СЕМЬЁЙ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЁНКА  
С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ**



**РАБОТА С СЕМЬЁЙ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЁНКА  
С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ**





**РАБОТА С СЕМЬЁЙ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЁНКА  
С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ**



**РАБОТА С СЕМЬЁЙ, ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ РЕБЁНКА  
С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ**



## РАСПРОСТРАНЕНИЕ ОПЫТА, НАКОПЛЕННОГО В ХОДЕ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА



## Список литературы

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. — М.: Вако, 2004.
2. Семаго Н.Я. Методика формирования пространственных представлений у детей дошкольного и младшего школьного возраста. — М.: Айрис, 2007.
3. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста. — М.: Генезис, 2008.
4. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. — М.: Генезис, 2007.
5. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. — М.: Генезис, 2010.
6. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. — М.: Сфера, 2002
7. Хомская Е.Д. Нейропсихология. — СПб.: Питер, 2007.
8. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками — развиваем речь. — М.: Центрполиграф, 2002.

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

*Учебно-методическое издание*

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ  
ПО РЕЗУЛЬТАТАМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА  
«СЕМЕЙНАЯ ГАРМОНИЯ»**

Авторы-составители:

*Э.Ф. Ахметова, А.Р. Загретдинова, О.Ю. Крючкова,  
Р.Р. Тагирова, А.А. Исламгулова, С.Н. Никанорова*

Технический редактор *Моисеева Е.В.*

Корректор *Савичева О.В.*

Подписано в печать 12.08.2015. Формат бумаги 60x84/16. Усл. печ. л. 7,47. Тираж 500 экз.

ООО «Издательство “Инеш”». 450001, г. Уфа, пр. Октября, 2.

Отпечатано с готовых файлов.

ООО Типография «Лайм». 450059, г. Уфа, ул. Комсомольская, 82а