**Готовимся к школе с нейропсихологом**

Проблема неуспеваемости в школе не нова, но в последние годы отмечается рост интереса к ней со стороны специалистов в различных областях педагогики, психологии и медицины. Неуспеваемость в массовой школе является следствием многих причин, и часто в число неуспевающих попадают дети, без признаков аномального развития и, которых медики и педагоги относят к так называемой «практической норме».

Занятия с нейропсихологом и нейропсихологический анализ состояния высших психических функций позволяет узнать, какие функциональные системы являются недостаточно сформированными и, как следствие, понять причины сложностей и пути преодоления.

Такая работа предусматривает решение целого ряда задач: развитие когнитивных процессов (что в итоге приведет к устранению учебной неуспешности); коррекция неблагоприятных личностных особенностей (как эмоциональных, так и личностных проблем); развитие коммуникативных умений (как с использованием традиционных, так и специальных полимодальных коммуникативных систем).

Первое направление работы предполагает стимуляцию стволовых структур мозга (тонизация центральной нервной системы и активизации межполушарных связей). Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс восприятия. А главное, они простые и интересные, и выполнять их ребенок может как в детском саду со специалистом, так и дома с любимыми родителями!

Рассмотрим несколько вариантов таких игр и упражнений:

1. **Кулак – ребро - ладонь**. Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе. Количество повторений – по 8-10 раз. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении помогайте себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произнося их вслух или про себя.

2. **Зеркальное рисование.** Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения вы почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

3. **Ухо – нос.** Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

4. **Горизонтальная восьмерка.**

1 – 2-я неделя занятий. Упритесь языком во рту в зубы, «стараясь их вытолкнуть наружу». Расслабьте язык. Повторите 10 раз. Прижимайте язык во рту то к левой, то к правой щеке. Повторите 10 раз. Удерживая кончик языка за нижними зубами, выгните его горкой. Расслабьте. Повторите 10 раз.

3 – 6-я неделя занятий. Вытяните перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставьте вытянутыми указательный и средний. Нарисуйте в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, начните слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы. Те у кого возникли трудности в прослеживании (напряжение, частое моргание), должны запомнить отрезок «горизонтальной восьмерки», где это случается, и несколько раз провести рукой, как бы заглаживая этот участок. Необходимо добиваться плавного движения глаз без остановок и фиксаций. В месте остановки, потери слежения нужно провести рукой несколько раз «туда-обратно» по линии «горизонтальной восьмерки».

7 – 8-я неделя занятий. Одновременно с глазами следите за движением пальцев по траектории горизонтальной восьмерки хорошо выдвинутым изо рта языком.