

Сборник

алгоритмов уроков с использованием
нейропсихологической технологии
для младших школьников с НОДА



При построения урока или занятия по формированию навыков письма с обучающимся с НОДА необходимо учитывать следующие особенности:

- Строить урок от диагностики индивидуальных особенностей обучающихся к подбору нейропсихологических игр.
- Выдерживать четкую структуру занятия: разминка (межполушарные), основная часть (целевые игры), заключительная часть (сенсорные, расслабляющие игры).
- Создавать положительный эмоциональный фон, учитывать дозировку нагрузки, использовать правило успеха на уроке.
- Поддерживать взаимодействие со специалистами коррекционно-развивающего блока.

При подготовке к занятиям для детей с НОДА важно придерживаться нескольких ключевых правил, чтобы создать комфортную и продуктивную среду:

- **Организация пространства:** Рабочее место ребенка должно быть организовано с учетом его индивидуальных потребностей. Для детей с гиперкинезами может потребоваться фиксация (например, ремни на стуле), для детей-колясочников — специальная парта. Важно часто менять вид деятельности и проводить физминутки.
- **Индивидуализированный подход:** Учитывайте моторные возможности каждого ребенка. Некоторым может потребоваться письмо «рука в руке» с педагогом на начальном этапе или использование специальных приспособлений: насадок на ручку, утяжелителей, трафаретов для письма.
- **Игровая форма:** Весь урок должен быть построен как игра. Это помогает удерживать внимание, снижает тревожность и повышает мотивацию, что особенно важно, так как произвольное внимание у таких детей часто снижено.

Структура урока.

Каждый урок рекомендуется строить по единой схеме:

1. Организационный момент и разминка (5-7 минут):

Нейроигры на межполушарное взаимодействие и настрой.

2. Основная часть (20-25 минут):

Письменные упражнения, чередующиеся с нейроиграми для снятия напряжения и развития необходимых функций.

3. Заключительная часть (5-10 минут):

Рефлексия в игровой форме и расслабляющие упражнения.

Примеры занятий

ЧАСТЬ 1. ПРИМЕР ЗАНЯТИЯ С РЕБЕНКОМ (40 минут)

Ребенок: 8 лет, спастическая диплегия, пишущая рука — правая (с гипертонусом), зрение сохранно.

Цель занятия: снижение тонуса кисти + тренировка зрительно-моторной координации + штриховка без разрывов.

Структура занятия

Этап	Время	Содержание	Оборудование
1. Оргмомент + сенсорная подготовка	5 мин	Расслабление кисти, теплый массаж, придание позы	Наклонная парта, валик под локоть
2. Крупная моторика (нейроигра стоя/сидя)	8 мин	«Повтори движение» — перекрестные движения (локоть-колени)	Коврик, утяжелители на запястья (опционально)
3. Глазодвигательная гимнастика	5 мин	«Ленивые восьмерки» — прослеживание взглядом, затем рукой	Плакат-восьмерка на стене
4. Графо-моторная нейроигра №1	7 мин	«Поймай дорожку» — проведение линии между двумя волнистыми	Рабочий лист 1 (см. ниже), ручка с треугольным захватом
5. Динамическая пауза (пальцы)	3 мин	«Колечки» с пассивной помощью педагога	Без предметов

- | 6. Графо-моторная нейроигра №2 | 7 мин | «Штриховка по маякам» — короткими линиями | Рабочий лист 2, цветные карандаши |
- | 7. Бимануальная игра | 3 мин | Одна рука рисует круги, другая держит лист (или прижимает груз) | Груз (мешочек 200 г) на левую руку |
- | 8. Рефлексия | 2 мин | Что было легко? Какая линия получилась лучше? | Смайлик-оценка |

Подробное описание ключевых этапов

Этап 4. «Поймай дорожку» (рабочий лист 1)

Педагог кладет лист на наклонную парту (угол 15–20°).

Инструкция: *«Веди ручку ровно по середине дорожки, не касайся красных линий. Если коснулся — останавливайся, делаем вдох и продолжаем»*.

При спастике — педагог фиксирует предплечье ребенка своей рукой, движение идет от плеча.

Этап 6. «Штриховка по маякам» (рабочий лист 2)

Ребенок получает изображение рыбки. Внутри — точки-маячки.

Задача: соединить точки короткими прямыми линиями (вертикальными или горизонтальными) — это «чешуя».

При гипертонусе — штриховать только сверху вниз (не круговыми движениями).

Этап 7. Бимануальная игра

Правая рука рисует на отдельном листе круги диаметром 5 см.

Левая рука (паретичная) удерживает на столе груз (мешочек с песком).

Цель: снижение синкинезий (лишних движений в здоровой руке при работе слабой).

Подсказки для работы:

| Ребенок сильно давит на ручку | Подложить под лист 2–3 листа бумаги или лист наждачной бумаги (обратной стороной) — появится нужное сопротивление |

| Ручка выскальзывает | Надеть на ручку силиконовую насадку или намотать лейкопластырь |

| Лист скользит | Приклеить малярный скотч к углам или использовать коврик-антискользящее |

| Ребенок быстро устает | Каждый лист — не более 3 минут. Увеличивать время постепенно |

| Гиперкинезы усиливаются | Немедленно сменить деятельность на дыхательное упражнение или расслабление |

Нами представлены несколько моделей уроков с использованием нейропсихологических игр с разными целями.

Модель урока 1: «Пальчики-помощники» (Подготовка руки к письму)

Этот урок направлен на развитие мелкой моторики и снятие мышечного напряжения в руке, что является базой для формирования правильного захвата ручки.

- **Цель:** Развитие кинестетической основы движений пальцев рук и снятие гипертонуса.
- **Нейроигры и упражнения:**
 - **«Резинки и пальчики»:** Надевание канцелярских резинок на пальцы одной или обеих рук по образцу педагога. Задача — повторить расположение цветных резинок.
 - **Массаж с природными материалами:** Прокатывание между ладонями грецкого ореха или массажного мячика с шипами, сопровождающееся проговариванием чистоговорок.
 - **Игра «Мы писали, мы писали»:** Сгибание и разгибание пальцев с помощью поролоновых мячиков или эспандера, чтобы снять усталость.
 - **«Умный пластилин»:** Отщипывание мелких кусочков пластилина и «закрашивание» ими контура буквы на карточке.

Модель урока 2: «Лабиринты и зеркала» (Пространственное мышление)

Урок посвящен развитию зрительно-моторной координации и ориентации в пространстве, что напрямую влияет на способность писать буквы в нужном направлении, соблюдать строку.

- **Цель:** Развитие зрительно-моторной координации и пространственных представлений.
- **Нейроигры и упражнения:**

- **Рисование двумя руками:** Одновременное рисование двумя руками симметричных узоров или букв на доске или большом листе бумаги. Это активизирует работу обоих полушарий.
- **Графический диктант (сниженной сложности):** Ребенок выполняет команды («клетка вверх, две вправо»), но на специальном расчерченном поле с опорными точками или с использованием трафарета.
- **Игра «Зеркало»:** Педагог показывает позу (например, поднимает правую руку), ребенок должен повторить ее как отражение (поднять левую руку). Можно усложнить, используя флажки или ленты.
- **Пальчиковый бассейн:** Поиск и узнавание на ощупь пластмассовых букв в емкости, наполненной крупой (рис, гречка), с последующей обводкой найденной буквы пальцем на бархатной бумаге.

Модель урока 3: «Внимательные сыщики» (Развитие внимания и памяти)

Урок направлен на профилактику дисграфии через тренировку зрительного внимания и запоминания образа буквы, что помогает избежать оптических ошибок (замена букв, похожих по начертанию, например, «п» и «т», «ш» и «щ»).

- **Цель:** Развитие зрительного внимания, памяти и фонематического слуха.
- **Нейроигры и упражнения:**
 - **«Корректирующая проба» в игре:** Поиск и зачеркивание (или обведение в кружок) заданной буквы среди множества других в ряду. Чтобы снизить нагрузку на руку, буквы могут быть напечатаны крупно.
 - **«Ладушки» с речью:** Игра в парах с перекрестными хлопками («левая-правая») с одновременным проговариванием слогов или коротких слов.
 - **«Что пропало?»:** На столе выкладываются 3-4 карточки с буквами. Ребенок запоминает, затем закрывает глаза, педагог убирает одну. Задача — назвать пропавшую букву и написать ее в воздухе рукой.

- **Телесный алфавит:** Педагог называет букву, ребенок должен изобразить ее телом (наклоны, позы) или с помощью рук. Это подключает кинестетическую память.

Модель урока 4: «Ритмы и кулачки» (Развитие сукцессивных функций)

Цель: Формирование чувства ритма, последовательности движений и переключения – базы для написания элементов букв в правильном порядке.

- **Нейроигра «Ритмический круг»:** Дети сидят в кругу. Педагог отстукивает простой ритм (например, два удара ладонями по столу, один удар кулаком). Ребёнок повторяет. Затем ритм переносится на бумагу: под диктовку педагога ребёнок ставит точки или чёрточки в определённом ритме (длинная-длинная-короткая).
- **«Кулак-ребро-ладонь» на листе:** Ребёнок ставит на лист бумаги отпечаток кулака (оставляя след краской), затем ребро ладони, затем ладонь. Сначала одной рукой, потом двумя поочередно. Завершается урок написанием палочек с наклоном в ритме «раз-и, два-и».

Модель урока 5: «Волшебный мешочек наощупь» (Кинестетический праксис)

Цель: Активация тактильного восприятия и формирование образа буквы через движение руки без участия зрения.

- **Нейроигра «Угадай букву»:** В мешочке – объёмные буквы из наждачной бумаги, пластика или фетра. Ребёнок опускает руку, находит букву и, не вынимая, водит по ней пальцами, угадывая. Затем пишет эту букву пальцем на крупе (манка, рис) в лотке.
- **«Рисуем спиной»:** Педагог «пишет» пальцем на спине ребёнка букву. Ребёнок должен её угадать и воспроизвести на листе (сначала пальцем в воздухе, потом ручкой). Это развивает тактильное внимание и снимает локальный гипертонус.

Модель урока 6: «Большие дорожки для всего тела» (Пространственная ориентация)

Цель: Формирование понятий «верх-низ», «лево-право», «наклон» через движение всего тела для переноса в графический образ.

- **Нейроигра «Полоса препятствий для буквы»:** На полу мелом или лентами выложены контуры элементов букв (прямые линии, овалы,

крючки). Ребёнок встаёт (или едет в коляске, имитируя движение руками) и «проходит» эту дорожку: шагает по прямой, поворачивает, наклоняется. После этого выполняет аналогичное движение рукой на большом листе ватмана (фломастером).

- **«Буква из лент»:** Двое детей (или ребёнок и педагог) натягивают атласные ленты, выкладывая контур буквы. Затем ребёнок обводит эту «макетную» букву пальцем, а потом – в тетради.

Модель урока 7: «Зеркальный художник» (Межполушарное взаимодействие)

Цель: Преодоление зеркального письма и синхронизация работы полушарий.

- **Нейроигра «Симметричные прописи»:** Ребёнок берёт в обе руки по фломастеру (или специальному утяжелённому маркеру) и рисует одновременно двумя руками зеркальные фигуры (круг, квадрат, восьмёрка, затем – простые буквы: А, О, Н, П). Для детей с грубыми парезами – одна рука ведёт, другая только касается бумаги.
- **«Пальцеход»:** На карточке нарисованы две дорожки (левая и правая). Ребёнок ведёт указательными пальцами обеих рук одновременно от старта к финишу, проходя изгибы и пересечения. Упражнение переходит в написание смыкающихся элементов (например, «м», «л»).

Модель урока 8: «Пишущая машинка с кнопками» (Развитие тонких дифференцированных движений)

Цель: Тренировка дозированного мышечного усилия и изолированных движений пальцев.

- **Нейроигра «Пальцы-бегунки»:** Перед ребёнком – клавиатура от старого компьютера или самодельная с крупными кнопками. Он «печатает» заданные буквы (или слоги) строго по одному пальцу (например, указательным правой руки). Важно – не всей ладонью, а подушечкой. Это учит дозировать нажим.
- **«Нажималка-отпускалка»:** Используется канцелярская кнопка (безопасная) или пружинный эспандер. Ребёнок нажимает и удерживает, сопровождая написанием воздушной буквы. Затем переносит усилие на ручку в прописи.

Модель урока 9: «Стоп-кадр внимания» (Развитие произвольного внимания и торможения)

Цель: Формирование самоконтроля при написании, умения вовремя остановиться и исправить.

- **Нейроигра «Делай как я, но стоп»:** Педагог рисует в воздухе элемент буквы. Ребёнок повторяет. Внезапно педагог говорит «Стоп!» и замирает в позе. Ребёнок тоже должен замереть и только потом дописать элемент. Далее – на бумаге: ребёнок пишет строку, но по сигналу «Стоп» (хлопок) он обязан оторвать ручку от бумаги даже на полбуквы. Это учит контролю.
- **«Красная черта»:** Перед уроком на листе проводятся красные вертикальные линии – границы полей. Ребёнок учится останавливаться перед линией. Игра-соревнование: кто точнее остановит ручку перед чертой.

Модель урока 10: «Вестибулярные качели» (Стабилизация тонуса через вестибулярную стимуляцию)

Цель: Снижение патологического тонуса мышц перед ответственной графической деятельностью.

- **Нейроигра «Лодочка»:** Ребёнок сидит на стабиллоплатформе (или на коленях у взрослого, слегка покачиваясь). Пишет пальцем на планшете/песке букву во время медленного раскачивания. Затем прекращается качка – и он пишет ту же букву ручкой в тетради. Важно: письмо на фоне вестибулярной стимуляции улучшает автоматизацию.
- **«Снежки из бумаги с буквами»:** Ребёнок сминает лист с написанной буквой в комочек и бросает в корзину, а затем разворачивает «письмо» и обводит букву по контуру. Сочетание крупного движения (бросок) и мелкого (обводка).

Модель урока 11: «Слухопальчиковая диктовка» (Фонематическое восприятие и графомоторный навык)

Цель: Связь звука, буквы и двигательного паттерна.

- **Нейроигра «Звук-поза»:** Педагог произносит звук, например [o]. Ребёнок должен принять позу, напоминающую букву О (руки округлить над головой). Затем педагог говорит слог «МА» – ребёнок соединяет ладони (звук М) и раскрывает (А). После этого ребёнок пишет этот слог, проговаривая каждое движение.

- **«Танцующие пальцы»:** Под медленное пение гласных (ааа, ооо, ууу) ребёнок водит ручкой по бумаге, изображая волну. Под согласные – ставит точки или короткие чёрточки. Формируется плавность письма.

Модель урока 12: «Конструктор элементов» (Визуальное структурирование и анализ)

Цель: Развитие зрительного гнозиса и способности выделять части буквы.

- **Нейроигра «Собери букву из палочек»:** На столе – палочки (счетные, полоски картона) разной длины. Ребёнок по образцу собирает букву. Затем – закрывает глаза, педагог меняет местами две палочки. Ребёнок открывает глаза и исправляет ошибку. После этого пишет эту букву, комментируя: «Сначала длинная наклонная, потом короткая».
- **«Найди лишний элемент»:** Перед ребёнком ряд букв, у которых «поломался» один элемент (например, у буквы «Н» нет перекладины). Задание – дорисовать недостающий элемент и обвести всю букву целиком.

Модель урока 13: «Дыхание и нажим» (Регуляция мышечного тонуса через дыхание)

Цель: Связь ритма дыхания с нажимом на пишущий инструмент (особенно при спастике).

- **Нейроигра «Ветер и перо»:** Ребёнок дует на легкое перышко, стараясь провести его по дорожке на столе (выдох плавный). Одновременно на бумаге он ведет ручку с тем же усилием: на вдохе – ручка почти не давит (тонкая линия), на выдохе – давит сильнее (жирная линия). Упражнение выполняют пером или мягким карандашом.
- **«Рисуем носом»:** К носу ребёнка (на очках или резинке) крепится легкая указка. Он «пишет» букву в воздухе, делая вдох и выдох по команде. Затем переносит это ощущение на письмо рукой.

Модель урока 14: «Эмоциональные прописи» (Развитие мотивации и снятие тревожности)

Цель: Снижение негативного отношения к письму через телесно-ориентированные игры.

- **Нейроигра «Веселые червячки»:** Вместо скучных палочек – рисуем улыбающихся червячков (извилистые линии) или гусениц (цепочка

кругов). Ребёнок сам придумывает, как оживить букву (дорисовать глазки, ручки). Главное – чтобы движения были плавными и повторяли элементы букв.

- **«Письмо ладошками»:** Обмакиваем ладонь в краску (если нет сенсорной аллергии) и делаем отпечаток, затем дорисовываем палочки, чтобы получилась буква «Л» или «Т» (ладошка – основа). Потом то же самое – пальчиком, а потом ручкой. Тактильная стимуляция снижает страх перед ошибкой.

Важные дополнения к урокам

- **Использование прописей-тренажеров:** Эффективны специальные прописи, построенные на нейропсихологическом подходе. Они делят буквы на группы по элементам (палочки, крючки, кружки) и предлагают задания на активизацию моторных функций перед письмом, что помогает автоматизировать навык.
- **«Мокрое письмо»:** На начальных этапах или при сильном гипертонусе используйте доску и мокрую губку. Писать губкой физически легче, чем мелом или ручкой, что снижает напряжение и позволяет сосредоточиться на форме буквы.
- **Техника безопасности:** Помните о быстрой утомляемости детей с НОДА. Объем письменной работы должен быть строго дозирован. Лучше меньше, но качественнее. Используйте массаж и релаксацию для снятия мышечного зажима.
- Каждая из этих моделей рассчитана на 20-25 минут и может адаптироваться под возможности ребёнка: некоторые игры проводятся в паре «рука в руке», другие – с использованием вертикальной поверхности (мольберт) для разгрузки позвоночника и лучшего обзора.