

Н. Немцова Е. Тимощенко
ПЕРВОЕ



ИНТЕРАКТИВНОЕ

ЧТЕНИЕ

С нейропсихологическими
заданиями



«МАЛЫШ»

РАЗВИТИЕ МОЗГА НА 100%

УДК 372.3/.4
ББК 74.102
Н50



Немцова, Наталия.

Н50 Первое интерактивное чтение / Наталия Немцова, Елена Тимощенко. — М. : Издательство АСТ, 2020. — 255, [1] с. : ил. — (Быстрое обучение чтению.)

ISBN 978-5-17-116686-1

В этой книге собраны познавательные сказки Наталии Немцовой, кандидата педагогических наук, сценариста радио и телевидения, автора книг и спектаклей для детей. Специальные задания Елены Тимощенко, медицинского логопеда (нейродефектолога) с 20-летним стажем работы с детьми, имеющими тяжёлую речевую патологию, превращают сказки в эффективное средство развития мозга. В основу издания положен популярный метод интерактивного чтения. Ребёнок становится активным участником процесса общения с книгой. В результате развиваются мышление, речь, память, воображение.

Для дошкольного возраста.

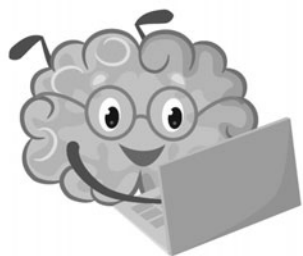
**УДК 372.3/.4
ББК 74.102**

ЕАС

ISBN 978-5-17-116686-1

© ООО «Издательство АСТ», 2020
© Немцова Н. Л., текст, 2020
© Тимощенко Е. Г., текст, 2020

В книге использованы материалы,
предоставленные фотобанком Shutterstock.Inc,
Shutterstock.com; FOTODOM



СОДЕРЖАНИЕ

Е. Тимощенко **К ШКОЛЕ ГОТОВ?**

Не хочу учиться!.....	6
Таблетка на все случаи жизни.....	10
Какое полушарие мозга важнее?	29
О пользе интерактивного чтения.....	36
Нейропсихологические упражнения.....	43
Проверка для родителей	49

Н. Немцова **ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ СКАЗКИ**

Спят ли белые медведи?	60
Как орлёнок учился летать.....	68
Зачем осьминогу восемь ног?.....	76
Как стать бабочкой?	84

Как растут рубашки?.....	92
Зачем нужен мухомор?.....	100
Путешествие капельки воды	109
Почему волки воют на луну?.....	117
Как вода в дом попадает?.....	125
Что такое северное сияние?.....	133
Что стучит в груди?.....	142
Зачем чистить зубы?	151
Сказка о наземном транспорте.....	159
Откуда у коровы молоко?	170
О чём молчат деревья?	178
Зачем на небе радуга?.....	186
Зачем киту фонтан?	194
Как пчёлы добывают мёд?	201
Чья шуба лучше?	209
Куда исчезает молния?	216
Зачем нужны светофор и дорожные знаки?	224
Как летают пингвины?.....	233
Как зимуют рябчики?.....	242
Ландыш — подарок весны	249



Е. Тимощенко К ШКОЛЕ ГОТОВ?





НЕ ХОЧУ УЧИТЬСЯ!

Крики, слёзы, катание в истерике по полу... Такой ужасный сценарий всё чаще повторяется при подготовке домашнего задания у детей уже в первые годы обучения. Количество школьников, имеющих стойкие трудности в обучении, нарушение поведения, увеличивается год от года. На приём к логопеду родители приводят и первоклассников, и даже учеников старших классов, неспособных справиться со школьной программой. Учёные утверждают, что это связано с целым букетом причин, таких как биологическая незрелость определённых мозговых систем; функциональная недостаточность, возникающая на этой базе; окружающая ребёнка социальная среда, требующая сверхрезультатов. Причём почти 70 % трудностей, возникающих у младших школьников при овладении письмом, чтением, счётом, вызваны именно сбоями в работе мозга. У большинства таких детей отсутствуют выраженные нарушения интеллекта, нет серьёзных отклонений в состоянии слуха, зрения, двигательной сферы. Но они не

могут принять правила и нормы поведения, рассеянные и медлительные или, напротив, гиперактивные, плохо запоминают учебный материал, но главное — у них абсолютно отсутствует желание учиться, познавать мир, их ничем невозможно удивить и увлечь.

Это принято называть «школьной незрелостью». При медицинском обследовании неврологи могут выявить у таких детей лёгкое поражение центральной нервной системы или минимальную мозговую дисфункцию (ММД). Эти нарушения не вызывают гибели клеток мозга, изменяется лишь их активность, что приводит к функциональной слабости определённых областей мозга. Но предотвратить негативный сценарий и помочь малышу можно! Только делать это лучше заранее.

Готовность ребёнка к школе начинает формироваться задолго до поступления его в первый класс. И это не столько умение читать и считать, сколько общий уровень психологической зрелости, сформированность познавательных процессов, речевое развитие, учебная мотивация, способность к саморегуляции. При этом важно помнить, что развивая, обучая ребёнка, мы не должны наносить вред его физическому и психическому здоровью. Развитие должно быть гармоничным и последовательным, с учётом возможностей его мозга. Иначе можно не только вызвать умственную перегрузку, но и спровоцировать заболевания.



ПРИМЕР ИЗ ПРАКТИКИ

На приёме папа с дочкой. Девочке 6,5 лет. Папа жалуется, что ребёнок плохо говорит, пропускает и путает звуки, не может чётко выразить свои мысли, не запоминает новый материал. Его интересует, сколько нужно провести занятий, чтобы подготовить девочку к школе.

СОВЕТ СПЕЦИАЛИСТА

Невозможно просто взять и вложить в голову ребёнка определённый массив информации. Детский мозг усваивает всё постепенно. На основе одних знаний формируются другие, более сложные. Это последовательный процесс, и побеспокоиться об этом нужно не за три месяца до первого сентября и даже не за полгода, а минимум за два года до школы!

Что делать, если время упущено? Как помочь детям подружиться со школой? Ведь от базы, заложенной на первых этапах обучения, во многом зависит будущий успех. Специальным образом подобранные нейропсихологом или нейрологопедом упражнения по-

могут значительно активизировать работу мозга, будут способствовать развитию речи, мышления, внимания. Можно начать даже с самого простого — с правильно организованного чтения. Обычное общение с книгой можно сделать не только интересным, но и развивающим, обучающим. Регулярное чтение, сопровождаемое простыми упражнениями, способствует нормальному функционированию нервной системы. Родители вполне могут проводить такие занятия самостоятельно. В этой книге мы предлагаем систему простых игровых нейропсихологических упражнений для развития всех структур мозга на основе увлекательных сказок о явлениях окружающего мира.



ТАБЛЕТКА НА ВСЕ СЛУЧАИ ЖИЗНИ

Должна огорчить тех, кто рассчитывает найти универсальную таблетку, которая поможет разом решить все проблемы развития ребёнка. Когда дело касается функционирования такой сложной и до сих пор мало изученной структуры, как человеческий мозг, медикаментозный подход зачастую недостаточен. И желание родителей получить лекарство, которое запустит неговорящему ребёнку речь, научит читать и писать без ошибок, к сожалению, неисполнимо! Медицинские препараты часто просто необходимы, но они не всегда доходят до нужной точки, их тормозит специальная защитная система, которая контролирует поступление чужеродных веществ в мозг и охраняет его от постороннего вмешательства в свою деятельность. Называется эта система — гематоэнцефалический барьер.

Что делать? Как заставить мозг ребёнка работать эффективно? Тайны мозга давно волнуют учёных. Некоторые из них удалось раскрыть. Управляется мозг

сложными внутренними химическими процессами, а его развитие начинается внутриутробно и продолжается всю жизнь. Значительное влияние на мозг оказывает внешняя среда, те явления окружающего мира, с которыми сталкивается человек. Особенно важен детский возраст! Именно в детстве у ребёнка закладываются особенности его дальнейшего развития. Происходит это в определённой последовательности и в конкретный возрастной период. Не успела сформироваться речь до 5 лет — и уже, увы, время упущено! В этом случае без помощи специалистов — логопедов, нейропсихологов, дефектологов — просто не обойтись.

Наиболее эффективными для раскрытия мозгового потенциала, диагностики и коррекции признаны нейропсихологические методы. Суть этого подхода состоит в том, что развитие ребёнка, его речи, двигательных умений, памяти, внимания связывается с последовательным созреванием мозга, его определённых структур. А. Р. Лурия, основоположник отечественной нейропсихологии, сформулировал теорию о трёх функциональных блоках мозга, которые принимают участие в становлении высших психических функций (речи, памяти, внимания, мышления, поведения, общей активности и др.). Работа мозга осуществляется с обязательным участием всех трёх блоков, но каждый из них вносит свой вклад в общую картину психической деятельности человека. Кратко опишу эти блоки мозга, основные проблемы,

возникающие при сбоях в их работе, а также простые приёмы и упражнения для первой помощи в домашних условиях. Но помните, что только специалист сможет до конца оценить трудности вашего ребёнка и оказать всеобъемлющую профессиональную помощь.

Первый блок мозга



Отвечает за энергетическое обеспечение мозговой деятельности, поддержание избирательной активности коры. Его структуры располагаются в стволе мозга и подкорковых отделах. Наиболее активно энергетический блок функционирует первые 2—3 года, когда идёт бурный процесс освоения окружающего мира.

Нарушения в работе этого блока проявляются в снижении активности, инертности психической деятельности (сложно переключаться с одного вида деятельности на другой), эмоциональной вялости ребёнка. Или,

наоборот, отмечается гиперактивность, неусидчивость. Дети с такими нарушениями не способны сосредоточиться на выполнении заданий, у них неустойчивое внимание. Они говорят, что им в школе неинтересно. Обычно на первом уроке ребёнок ещё хорошо работает, но постепенно истощается, и к концу последнего урока его хватает только на 15–20 минут активной деятельности. Затем включаются защитные механизмы, ученик начинает «уплывать»: смотрит в окно, отвлекается на разные звуки, не слышит учителя.

Обычно на приёме у специалиста эти дети говорят, что в классе шумно, учитель быстро диктует и они не успевают записывать. Такое поведение является признаком того, что ребёнок переутомлён, истощён, его нервной системе необходимы отдых и восстановление. Ученик не может сам справиться с наступившим утомлением. Его нервная система пытается восстановить энергетический потенциал за счёт зрительных, слуховых, тактильных, двигательных стимулов. В результате ребёнок смотрит в одну точку или что-то разглядывает в окне, отвлекает соседа разговорами, бубнит под нос, чешется, закручивает волосы, ковыряет в носу, крутится, постоянно заглядывает под стол, что-то жуёт, грызёт ручку или ногти. Раскачивание на стуле, ритмичные движения ногой или рукой тоже являются способом справиться с наступившим утомлением.

Чтение и письмо являются сложными психическими функциями и могут нормально осуществляться только

при определённом уровне мозговой активности. Поэтому дети, работая на пределе своих энергетических возможностей, делают много ошибок. Они пропускают буквы в диктante, причём количество исправлений нарастает к концу текста. Почерк обычно неаккуратный, наряду с хорошо выполненными заданиями попадаются страницы, где ничего невозможно прочесть. Резервные возможности организма исчерпываются, что приводит к срывам в поведении, капризам, истерикам, агрессии. В запущенной ситуации всё это может вылиться в неврозы, заикание, психосоматические заболевания (астму, дерматиты, гастриты и т. д.).

Постоянное недовольство родителей и учителей в этой ситуации не приведут к нужному результату. Это только окончательно выводит ребёнка из равновесия, формирует комплекс неполноценности.



ПРИМЕР ИЗ ПРАКТИКИ

На приёме мама с мальчиком (Саша П., 8 лет). У ребёнка плохая успеваемость. Мальчик медлительный, несобранный. На уроке часто отвлекается, смотрит в окно. Темп деятельности неравномерный:

то быстро делает уроки, то сидит часами над одним заданием, выводя из терпения всех домочадцев. На приёме у специалиста ребёнок буквально «растекается» по столу, голова всё время падает на руки, тело принимает форму вопросительного знака. Мальчик не имеет первичных нарушений интеллекта, но не может справиться со школьной программой из-за слабости процессов активации мыслительной деятельности.

Совет специалиста

Чтобы помочь ребёнку справиться с быстро наступающим утомлением, рекомендуется правильно организовать учебный режим. Важно не перегружать день дополнительными секциями и кружками, больше времени уделять прогулкам на свежем воздухе, обеспечить регулярное питание. Выполнять специальные дыхательные и двигательные упражнения.

Что делать?

Перечислю основные приёмы первой помощи при указанных проблемах, не связанных с выраженным отклонением в развитии. Они легко осуществимы в домашних условиях. Повышают активность ребёнка,

концентрацию внимания, улучшают процессы запоминания разной информации: зрительной, слуховой, двигательной, способствуют самоорганизации, концентрации внимания, выносливости. Если эти простые способы компенсации не помогают, необходима консультация специалистов.

1. Начинать занятия с детьми рекомендуется с дыхательных упражнений. Они не только обогащают мозг кислородом, но и активизируют, оздоравливают ребёнка, уравнивают его эмоциональную систему. Делайте дыхательные упражнения вместе с ребёнком. Начните со стадии выдоха ртом, затем сделайте вдох носом, длительный выдох ртом, после небольшой паузы повторить циклы вдоха и выдоха. Обратите внимание, чтобы при вдохе оставались спокойными плечи, дыхание желательно осуществлять диафрагмой. На первых этапах для улучшения контроля диафрагмального дыхания положите руку под грудью. На вдохе рука поднимается вверх, а на выдохе — опускается вниз.

2. Лёгкий массаж головы, рук, стоп успокоит и расслабит ребёнка, настроит его на гармоничное взаимодействие. Массаж головы производится обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке.

3. Детям с нарушениями активности (расторможенность, гиперактивность или, наоборот, вялость, замедленность, апатичность) полезны упражнения по сортировке предметов, мозаика, деление линий

и верёвочек пополам; выполнение копирования фигур и изображений в альбоме; складывание разрезных картинок. Для развития речи — заучивание наизусть стихотворений, поговорок, скороговорок. Детям нравятся задания, где они выступают в роли старшего и находят разные неточности или ошибки в рассказах или смешных карикатурах. Всё, что заинтересовывает детей, вызывает у них живой эмоциональный отклик, — активизирует мышление, стимулирует познавательный интерес. В результате на уровне мозга у ребёнка формируются новые нейронные сети, то есть «активные дорожки» от одного участка мозга к другому, возникает когнитивное «свечение» всего мозга.

4. Предотвращайте утомление ребёнка. Устраивайте минуты отдыха и релаксации, когда необходимо сбросить накопившееся напряжение и восстановить силы. Релаксация может проводиться как в начале или середине занятия, так и в конце.

5. Помните, что в день необходимо выпивать 25 миллилитров воды (не сока, не компота) на килограмм веса! Это улучшает концентрацию внимания, умственную и физическую активность, повышает стрессоустойчивость.

6. Народная медицина позволяет повысить активность мозга без лекарственных препаратов. Отвар из листьев крапивы способствует эффективному умственному развитию; отвар из череды повышает устой-

чивость к умственным нагрузкам; отвар из люцерны и эхинацеи, яблочный сок понижают утомляемость при высоких умственных нагрузках; экстракт элеутерококка стимулирует, укрепляет нервную систему, улучшает кровоснабжение головного мозга.

7. Продуманное применение музыки, цвета и запахов может повысить эффективность выполняемых упражнений, воздействовать на глубинные структуры мозга, опосредованно развивая его потенциал. Если ребёнок гиподинамичный, вялый, малоактивный, то ритмичная, в меру громкая музыка, оранжевый, фиолетовый, красный цвета окажут стимулирующее и тонизирующее действие. Напротив, медленная, плавная, негромкая музыка оказывает успокаивающее и расслабляющее действие на гиперактивного ребёнка. Запахи, вкусовые ощущения стимулируют работу мозга, активизируют подкорковые структуры, отвечающие за тонус коры. Эфирные масла аниса, апельсина, мелиссы оказывают антидепрессивное и успокоительное действие, устраняют детскую плаксивость и раздражительность, беспокойство. Эфирное масло бергамота способствует концентрации внимания; масло гвоздики стимулирует умственную деятельность и концентрацию внимания, а также восстанавливает организм после длительной умственной нагрузки. Грейпфрут улучшает кровообращение, стимулирует творческое мышление; масло жасмина ускоряет развитие психики.

8. Определённым образом организованные движения глаз влияют на межполушарное взаимодействие, расширяют пространство зрительного восприятия, повышают энергетику мозга, активизируют кровообращение, предупреждают нарушение зрения. Современное обучение, к сожалению, строится таким образом, что глаза находятся почти неподвижно (книга, лист бумаги, экран компьютера или планшета). Отсюда и большое количество детей с нарушениями зрения. Попросите ребёнка на несколько секунд широко открыть глаза, затем сильно зажмурить. Это снимает напряжение и активизирует кровообращение в области глаз, улучшает зрение. При выполнении упражнений голова всегда должна быть неподвижна. Нужно следить глазами за предметом, расположенным на расстоянии вытянутой руки от переносицы в положении последовательно лёжа, сидя и стоя, в медленном темпе с фиксацией в крайних положениях. Повторять от 3 до 7 раз. При этом рекомендуется использовать яркие предметы, насадки на карандаши, маленькие игрушки и т. д. Вначале предмет передвигает взрослый, затем — сам ребёнок. Последовательно отрабатываются движения глаз по четырём основным направлениям: вверх, вниз, направо, налево, а также по четырём вспомогательным: по диагоналям, к себе (сведение глаз к центру) и от себя. Движения могут осуществляться по воображаемому контуру круга, овала, треугольника, квадрата, восьмёрки, знака бесконечности.

Второй блок мозга



Осуществляет приём, хранение и переработку информации, поступающей из внешней среды через органы чувств (глаза — зрение, уши — слух, кожа — тактильные ощущения, нос — обоняние). Включает в себя три области, которые обеспечивают обработку определённой информации: височную-слуховую, затылочную-зрительную, теменную-общечувствительную. Этот блок мозга активно развивается с 3 до 7 лет.

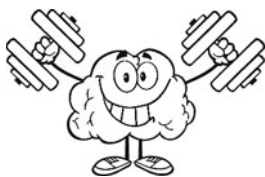
Височные области мозга обеспечивают слуховое распознавание неречевых (правое полушарие) и речевых (левое полушарие) звуков; отвечают за способность запоминать услышанное. Дети с нарушениями в работе височной области плохо понимают обращённую речь, им трудно даётся пересказ, у них часто нарушено произношение близких звуков [л—р, з—ж, с—ш и др.]. На письме это будет проявляться в заменах и смешениях сходных букв, в неумении проводить звуко-буквенный анализ слов. При проблемах с распоз-

наванием звуков дети часто путают ударение, им трудно подобрать проверочные слова, выделить приставки, суффиксы, окончания.

Затылочные области мозга отвечают за зрительное распознавание и зрительную память. У школьников со сложностями в переработке зрительной информации будут ошибки при написании визуально сходных букв (д—в, л—м, п—н и др.).

Теменная область отвечает за пространственную ориентацию. У детей с дисфункцией этого блока отмечаются нарушения почерка, трудности удержания строки, им сложно запомнить буквы, часто встречается их искажение.

Несформированность второго блока вызывает стойкие проблемы с запоминанием зрительной, слуховой, двигательной информации.



ПРИМЕР ИЗ ПРАКТИКИ

На приёме мальчик (Витя У., 9 лет), мама и няня (педагог с большим стажем, на пенсии). Ребёнок учится в 3 классе, отличник по русскому языку и чтению. Я удивлённо спрашиваю: «В чём же трудности?»

Няня, вздохнув, отвечает: «Если бы вы знали, чего нам это стоит!» Анализ тетрадей ребёнка показал, что преобладают ошибки по фонематического типу, то есть он путает на письме буквы, соответствующие близким звукам: лиса — лиша, ключ — крюч. Неправильно обозначает мягкость согласных, заменяет гласные в ударном положении (вяжет — вашет, пуля — пула). Обследование выявило нарушение фонематического восприятия, развитие которого зависит от правильного функционирования левой височной области мозга. При пересказе у ребёнка отмечается хорошее понимание прочитанного, полное удержание информации. По словам мамы, он буквально фотографирует текст и пересказывает слово в слово. Но прочитать ему надо не меньше пяти раз! Речь мальчика развивалась с задержкой. Он заговорил фразами после 3 лет. Долго сохранялись трудности понимания обращённой речи, нарушенное звукопроизношение. Мальчик болен бронхиальной астмой, что также является фактором, снижающим энергетические возможности мозга. На лице и руках имеются признаки атопического дерматита. Всё время консультации ребёнок раскачивал ногами, руками. Так нервная система восполняет энергетический дефицит. Кроме учёбы ребёнок занимается английским, конструированием, боксом, посещает ещё ряд секций. При дополнительных нагрузках (конкурсы, соревнования) появляются двойки, ребёнок совсем

перестаёт учиться. Что свидетельствует об энергетическом истощении. Особенно это сказывается на проблемной области — левый висок. Замечание мамы: «Он становится, как глухой. Ему надо сказать много раз, чтобы дождаться реакции».

Совет специалиста

Исключить дополнительную образовательную нагрузку! Переписывание текстов, штудирование принесут мало пользы. Занятия с нейропсихологом по развитию фонематического слуха, памяти, упражнения по активизации первого энергетического блока мозга — вот что поможет справиться с трудностями при обучении.

Что делать?

Функционирование головного мозга, его энергетические возможности во многом зависят от окружающей среды, которую организуют, прежде всего, родители. Поэтому важно знать, чего нужно избегать. Вот основные факторы риска для головного мозга ребёнка, затрудняющие обучение.

1. Сокращение ночного сна (менее 9 часов), нарушение режима дня.

2. Учебная нагрузка больше 6—8 часов в день, плюс дополнительные занятия.

3. Снижение физической активности, недостаток кислорода (мозг потребляет до 20 % кислорода, поступающего в организм).

4. Увлечённость гаджетами, недостаток живого общения с родителями. Без этого речь и коммуникативные навыки ребёнка будут развиваться с задержкой, будет бедный словарный запас, невыразительная манера общения.

5. Нарушение режима питания, дефицит витаминов и минеральных веществ.

6. Хронические соматические заболевания.

Для развития второго блока мозга очень полезно использовать метод **сенсорной интеграции**. То есть предлагать ребёнку задействовать различные органы чувств для создания яркого, запоминающегося образа предмета или явления. Особенно этот метод эффективен до трёх лет, когда формируются эталоны восприятия — формы, цвета, размера, вкуса, тактильных ощущений. Не случайно малыш всё пытается потрогать, попробовать на зуб. Но и в младшем школьном возрасте полезно предлагать увидеть, услышать, почувствовать прочитанное или услышанное. Старайтесь создать вокруг ребёнка насыщенную, разнообразную среду, наполненную лучшими объектами культуры и искусства, пока мозг достаточно пластичен и всё впитывает, как губка.

Третий блок мозга



Блок планирования, регуляции и контроля деятельности. Его структуры расположены в передних отделах больших полушарий, прежде всего в префронтальной и премоторной областях коры головного мозга. Эти зоны мозга начинают активно включаться в работу с 6—7-летнего возраста и заканчивают своё развитие, по последним данным, после 20 лет (у девочек раньше, чем у мальчиков). Считается, что к 9 годам мозг завершает своё интенсивное развитие и преодолеть трудности, связанные с нарушением его функционирования, в дальнейшем будет намного сложнее.

У школьников с дисфункцией этого блока не получается писать плавно и безотрывно. Отмечаются произвольные повторы слов, пропуски букв и слогов. У таких детей долго не становится почерк, замедленный темп письма. Ученики не видят границ предложений, слов. На приёме у специалистов мамы часто