

Елена Тимощенко

МОЗГ РЕБЁНКА

Все секреты развития способностей

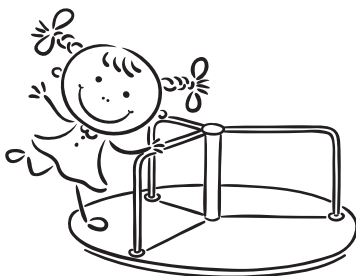


«МАЛЫШ»

УДК 372.3
ББК 74.102
Т41

2-е издание, исправленное

Первое издание книги вышло в 2020 году
под названием «Нейропсихологические занятия для детей».



Тимощенко, Елена Геннадьевна.

Т41 Мозг ребёнка. Все секреты развития способностей / Е. Г. Тимощенко. — Москва : Издательство АСТ, 2024. — 254, [2] с. : ил. — (Книги для умных родителей).

ISBN 978-5-17-157172-6.

Детство летит незаметно. Всего несколько лет природа дала человеку, чтобы сформировать необходимую базу для развития способностей. Как функционирует мозг ребёнка? Как не упустить самый благоприятный момент для развития памяти, внимания, мышления, речи? На какие нормы ориентироваться? Как правильно подготовиться к школе? К какому специалисту обратиться, если трудности всё-таки возникли? В этой книге вы найдёте исчерпывающие и понятные ответы на эти и многие другие вопросы, которые беспокоят многих родителей. Вся информация из авторитетного источника. Автор книги — Елена Тимощенко, нейродефектолог, логопед высшей категории с 20-летним опытом работы. В книгу также включён комплекс нейропсихологических упражнений и игр — первая помощь для гармоничного развития ребёнка.

Для широкого круга читателей.

УДК 372.3
ББК 74.102



В книге использованы материалы, предоставленные фотобанками Shutterstock, Inc, Shutterstock.com., FOTODOM

© Тимощенко Е. Г., текст, 2024
© ООО «Издательство АСТ», 2024



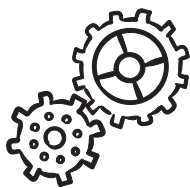
СОДЕРЖАНИЕ

ОТ АВТОРА.....	5
Факторы риска, или Когда обратиться к специалисту	9
Как работает мозг и чем ему можно помочь?	28
Как развиваются мальчики и девочки?.....	50
Развиваем зрительное восприятие	55
Развиваем слуховое восприятие	81
Проблемы с питанием.....	103
Зависимость от гаджетов	109
Долгожданное чудо. Как развивать младенца?... ..	114
Первые шаги и не только. Что важно делать от 1 года до 3 лет?.....	135
На что обратить внимание в 3–4 года?.....	165

Главное — движение. Развитие ребёнка в 4–5 лет	175
На горизонте школа. Развитие ребёнка в 5–6 лет	183
Как избежать школьной дезадаптации?.....	195
Игры, полезные для мозга	203
Распространённые проблемы и первая помощь в их решении.....	214

ПРИЛОЖЕНИЯ

Комплекс нейропсихологических упражнений	226
Как проводить занятия на дому? Памятка для родителей	252



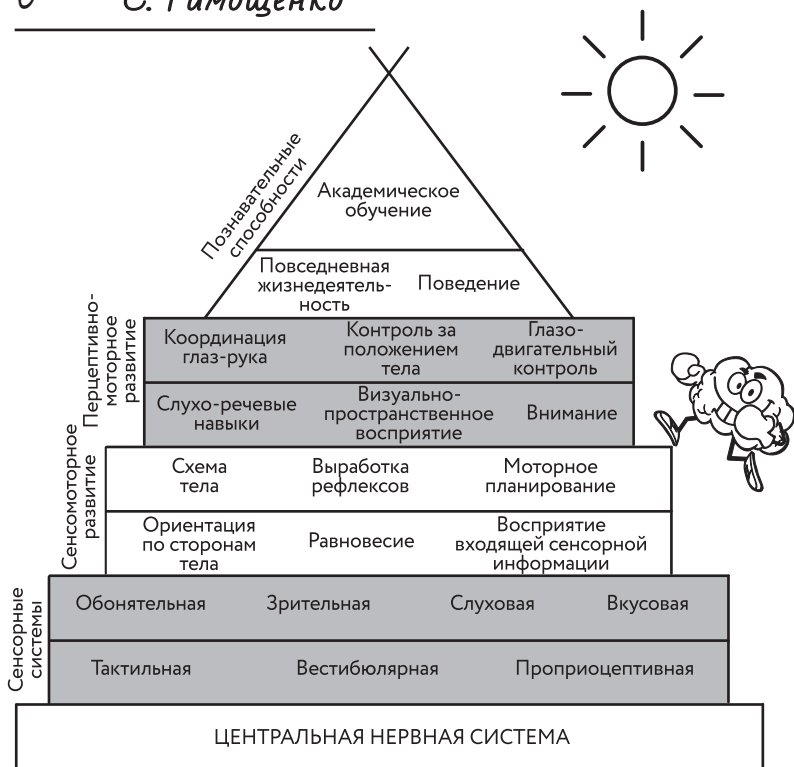


ОТ АВТОРА

С каждым годом становится всё больше детей с проблемами развития. По данным Всемирной организации здравоохранения, стойкие трудности обучения испытывают до 30 % детей во всём мире. Это означает, что почти каждый третий ребёнок в классе неуспевающий! Причём 9 детей из 10 — это мальчики.

Основной удар принимает на себя речь как самая сложная психическая функция, зависящая от множества компетенций. На пирамиде обучения Вильямса и Шелленбергера (см. с. 6) видно, какой огромный путь должен пройти в своём развитии ребёнок, чтобы у него сформировалась полноценная речь и возникли предпосылки к успешному академическому обучению.

Всё чаще я слышу от родителей моих маленьких пациентов, что в группе детского сада половина детей неговорящие, а другая половина — с «кашей» во рту. Моя многолетняя практика работы логопедом-нейродефектологом показывает, что детей с проблемами



развития и трудностями обучения действительно стало больше. Встречаются более выраженные, системные, трудно поддающиеся коррекции обычными педагогическими методами нарушения. Поэтому всегда стараюсь предостеречь родителей от чудо-специалистов, которые предлагают в короткий срок развить у ребёнка речь и поставить все звуки. Только серьёзная совместная работа педагога, родителей и при необходимости врача даёт стойкий положительный результат!

Эффективно справиться со сложными проблемами развития призвана наука нейропсихология,

которая возникла на стыке психологии и медицины и изучает влияние мозговых процессов на психику человека. Раскрыть секреты работы мозга стало возможным благодаря таким диагностическим методам, как эхоэнцефалография, магнитно-резонансная томография, исследование вызванных потенциалов головного мозга и др.

Но первыми могут заметить, что с ребёнком что-то не так, конечно же родители. И чем раньше они это сделают, тем лучше. Не случайно на государственном уровне реализуется концепция ранней помощи детям с особыми возможностями здоровья. Ведь при ранней комплексной медико-психолого-педагогической помощи можно получить отличные результаты, изменить к лучшему будущее ребёнка. Но для этого им нужны базовые знания, определённая психолого-педагогическая культура.

В этой книге родители найдут простые и ясные ответы на эти и многие другие важнейшие вопросы:

- ✦ Как функционирует мозг ребёнка?
- ✦ В какие сроки и как формируется речь?
- ✦ Почему для успешного обучения необходимо движение, а не зубрёжка?
- ✦ Что такое готовность к школе и как определить её у ребёнка?
- ✦ Почему нейропсихологический подход в обучении начинается с установления связи между телом и мозгом?
- ✦ Что такое «обогащённая среда» и как она влияет на развитие интеллекта?

- ◆ К каким специалистам обратиться, если возникли проблемы?

Отмечу пока, что мозг управляет всем, что мы делаем. Каждую минуту клетки мозга создают новые связи, образуют нейронные цепочки. Все наши мысли и действия координируются сотней миллиардов клеток-нейронов, которые взаимодействуют с помощью различных нейрохимических веществ. От этих связей зависит усвоение новых знаний и навыков, запоминание и накопление опыта. Понимание определённых закономерностей делает работу мозга высокоэффективной, а обучение интересным.

Я много общаюсь с родителями и понимаю, что их часто беспокоит. В этой книге я постаралась дать самую важную теоретическую и практическую информацию, которая необходима для обеспечения нормального развития ребёнка. Надеюсь, что тесты и рекомендации, а также специально подобранный комплекс нейропсихологических упражнений станет первой помощью при возникших трудностях.

Пусть детство ваших детей будет безоблачным и радостным, ведь от него во многом зависит будущее успешное развитие!





ФАКТОРЫ РИСКА, или Когда обратиться к специалисту

Современные дети демонстрируют целый «букет» нарушений. Изолированных речевых трудностей, таких как отсутствие или искажение звуков речи, практически не встречается. Специалисты в один голос говорят, что нынешние речевые нарушения очень сложно поддаются коррекции. Детей невозможно усадить за выполнение заданий. Привычная артикуляционная гимнастика перед зеркалом для них — высший пилотаж. Всё, что с трудом нарабатывается месяцами, уходит за считанные дни. Поставленные звуки пропадают, названия фруктов и овощей путаются, детёныш коровы уже месяц — коровёнок! С чем это связано? Причин может быть много. Факторы, которые могут тормозить созревание мозга и развитие речи, условно делятся на биологические (внутренние) и социально-психологические (внешние).

К первой группе факторов относятся: сильный токсикоз на поздних сроках беременности, употребление алкоголя и курение во время беременности, кесарево сечение или быстрые роды, гипоксия плода, неполноценное питание младенца в первые шесть недель жизни, травмы и инфекции головного мозга, инфекционные заболевания, наркоз и многие другие.

В настоящее время всё чаще встречаются ранние поражения нервной системы. Около 60–70 % малышей рождаются с перинатальной* патологией.

В результате значительно увеличилось количество детей с задержкой двигательного, психического и речевого развития. Важно понять, что именно в перинатальном периоде происходят наиболее важные события, влияющие на процессы функционирования центральной нервной системы. У многих неуспевающих первоклассников (по некоторым данным, до 70 % от выборки) в раннем возрасте выявляли минимальную мозговую дисфункцию. Казалось бы, информация о диагнозе осталась лишь в старых медицинских картах, но отголоски сопровождают человека всю жизнь!

* Перинатальный период — это период формирования плода от 28-й недели внутриутробного развития и первые 7 дней после рождения (период ранней адаптации).

Важно не упустить время! Основное правило: чем раньше начата коррекционная работа, тем лучше прогноз. Для подготовки к школе необходимо минимум два года, чтобы преодолеть отставание в развитии.



Ситуация усугубляется тем, что зачастую у детей раннего возраста с перинатальной патологией не проводится своевременная диагностика, им не оказывается ранняя медицинская и психолого-педагогическая помощь. А ведь при комплексном раннем воздействии можно значительно уменьшить последствия раннего поражения нервной системы или даже полностью снять диагнозы, способные сильно осложнить будущее малыша! Например, если развитие речи не происходит в срок (с первых дней жизни до 3 лет), то ребёнок, как правило, испытывает в дальнейшем значительные трудности обучения, в его развитии могут наступить необратимые изменения, которые в более позднем периоде компенсировать практически не удаётся.



Пример из практики

На приёме у логопеда папа неговорящего ребёнка (Коля М., 3,5 года) уверяет, что он тоже поздно заговорил и смог тем не менее окончить два института.

Мужчина считает, что мальчик заговорит сам, нужно лишь подождать. Пришёл к специалисту по настоятельной просьбе жены. На мой вопрос — чем он занимался в свободное время в возрасте 4–5 лет, мужчина отвечает: «Конечно, бегал во дворе, гонял мяч, играл с ребятами в разбойников и прятки». А его трёхлетний малыш даже в кабинете врача не расстаётся с планшетом. Попробовали забрать — истерика!

К внешним, социально-психологическим факторам, задерживающим развитие ребёнка, относятся: нежелательная беременность (мысленное отторжение ребёнка матерью), сильный эмоциональный стресс во время беременности, недостаток тактильных ощущений у ребёнка, недостаточность речевых и интеллектуальных контактов, конфликтные отношения в семье, неправильные методы воспитания, многоязычие в семье, долговременный контакт ребёнка с людьми, имеющими речевую патологию, и др. К сожалению, во многих семьях общение заменяется «зависанием» в социальных сетях и репликами в «телеграфном стиле», что также негативно влияет на развитие малыша.



Пример из практики

Пете В. 3 года 4 месяца. Мальчик не говорит, общается с помощью мимики

и жестов. Интерес к игрушкам и детским книжкам не проявляет. Мама признаётся, что с 9 месяцев ребёнок был на попечении у прабабушки. Женщина преклонного возраста и любительница сериалов осуществляла только уход. Ребёнок много часов в день проводил перед экраном планшета, требуя одних и тех же мультиков. К году стало понятно, что с ребёнком «что-то не то». Мальчик не реагировал на своё имя, на родителей, не показывал окружающие предметы, не было первых слов. Родители решили подождать, когда речь появится сама. Ситуация с бабушкой и планшетом не изменилась, карьера родителей шла в гору. В 1,5 года маме пришлось оставить работу и заняться сыном. Ребёнку понадобились не только занятия с логопедом, нейропсихологом, но и помощь детского психиатра в лечении зависимости от гаджетов.

Нарушения нормального хода развития ребёнка обычно не ограничиваются речевыми трудностями. Дети демонстрируют провокационное поведение, агрессию или, наоборот, апатию, вялость, отсутствие познавательного интереса. Родители приходят ко мне на приём с пачкой заключений от разных специалистов — психиатра, невролога, аллерголога и др. У многих подтверждены синдром дефицита вни-

мания с гиперактивностью (СДВГ), эмоционально-волевые нарушения. Частые простуды, аллергические заболевания, астма, дерматиты ослабляют и так незрелую нервную систему и задерживают развитие речи, памяти, внимания, мышления. Дети позже начинают сидеть, вставать, ходить. Замечено, что 9-месячные малыши, которые самостоятельно не сидят, не встают на ноги и не делают первые шаги, в дальнейшем отстают от сверстников в обучении. В школе дети с проблемами развития речи и поведения попадают в разряд неуспевающих, неуправляемых, у них отсутствует мотивация к учёбе, отмечаются трудности адаптации.

Новые образовательные требования, усложнение школьных программ, огромная информационная нагрузка — всё это негативно сказывается на здоровье детей. Для адекватного взаимодействия с окружающей средой и с собственными генетически заложенными программами необходима возрастная зрелость всего организма и прежде всего мозга.



Как «подстегнуть» созревание мозга, какие проделать упражнения, на что обратить внимание в первую очередь, что является «фасадом», а что — первопричиной? Ответы на эти вопросы даёт нейропсихология. Знание закономерностей развития ребёнка, последовательности формирования психических функций, их связи с созреванием

определённых структур мозга помогает предъявлять к детям адекватные требования и выстраивать правильную программу развития. Прежде чем посадить ребёнка за артикуляционную гимнастику, необходимо сформировать у него усидчивость, включённость, внимание. При постановке звуков формировать осознанность, контроль, фонематическое восприятие. Односторонние подходы к сложным проблемам обучения и развития обречены на провал!

Полноценную комплексную диагностику развития высших психических функций ребёнка (память, внимание, мышление и др.) может провести только нейропсихолог. Логопеды часто просят пройти также обследование у сурдолога, чтобы исключить нарушение слуха. Диагноз «аутизм» (или РАС – расстройство аутистического спектра) ставит только психиатр.



Использование положительной мотивации (похвала, поощрение и др.), различных форм активности, создание ситуации успеха направляет резервные возможности мозга ребёнка на преодоление нарушений. Задача неравнодушных взрослых – зажечь огонёк познания, дать возможность раскрыть способности и таланты, заложенные природой, а где-то изменить, направить в нужное русло ход психического развития малыша.