

ВВЕДЕНИЕ

Уважаемые читатели!

Перед вами практическое пособие, предназначенное для специалистов-нейропсихологов, врачей, а также иных специалистов, работающих с пациентами, перенесшими инсульты, черепно-мозговые травмы, нейроинфекции, опухоли и другие заболевания центральной нервной системы и имеющими нарушения в нейропсихологическом статусе. Также пособие может быть использовано для пациентов, перенесших COVID-19 и имеющих когнитивные нарушения. Пособие также может использоваться родственниками больных.

Работа с памятью является важным элементом при работе, направленной на замедление прогрессирующих нарушений высших психических функций, при нейродегенеративных заболеваниях (болезни Паркинсона, болезни Альцгеймера, деменции и других).

Данное пособие создано на основе работ, методических рекомендаций и разработок А. Р. Лурии, Е. Д. Хомской, А. С. Цветковой, Н. А. Бернштейна, В. М. Шкловского, а также многих других специалистов Центра патологии речи и нейрореабилитации (ЦПРиН) и не только.

Рабочая тетрадь № 3 «Простые упражнения для восстановления точности и плавности движений» направлена на работу восстановления праксиса, или, иными словами, способности выполнять целенаправленные движения. К таким действиям относятся: вставление ключа в замочную скважину, поворот ключа в замочной скважине, повторение движения или серии движений, открытие и закрытие крана на кухне или в ванной, плавность любых движений и многие другие действия, которые мы неоднократно совершаем каждый день, не задумываясь о них. Однако это может оказаться большой проблемой для людей, которые находятся рядом с вами и перенесли инсульт или иное заболевание ЦНС.

Пособие может быть использовано как при грубых, так и при легких нарушениях движений.

Обратите внимание, что цель выполнения каждого упражнения — тренировка, а не идеальное выполнение.

В пособие «Восстановление после инсульта» также входят:

Гераськин А. А. Восстановление после инсульта. Рабочая тетрадь № 1. Улучшаем внимание, темп деятельности, выносливость. — СПб.: Питер, 2025. Пособие на сайте Издательства «Питер» по ссылке <https://gclnk.com/7qGiljTh> или по qr-коду:



Гераськин А. А. Восстановление после инсульта. Рабочая тетрадь № 2. Развиваем память, внимание и ясность мышления. — СПб.: Питер, 2026. Пособие на сайте Издательства «Питер» по ссылке <https://clck.ru/3ShMR8> или по qr-коду:



АПРАКСИЯ: НАРУШЕНИЕ ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННЫХ ДЕЙСТВИЙ

Праксис — способность планировать и выполнять целенаправленные движения в нужной последовательности. В нейропсихологии моторный праксис рассматривается как цепочка действий, выполняемых без постоянного осознания каждого шага.

Апраксия — это когда человек понимает, что хочет совершить, но не может спланировать или реализовать задуманное действие.

Основные виды апраксии:

1. **Идеаторная.** Нарушено формирование плана действий: сложно начать задачу или запомнить последовательность шагов (например, открыть дверь ключом без четкой схемы действий).
2. **Моторная.** Затруднена реализация задуманного движения при ясной идее: проблемы с точной координацией и выполнением цепочки действий (например, следовать инструкции: расстегнуть портфель, взять папку, положить в портфель, застегнуть).
3. **Конструктивная.** Трудности с правильным расположением объектов или их использованием (например, собрать конструктор или разобрать ручку).
4. **Пространственная.** Сложности с планированием и координацией движений в трехмерном пространстве (ориентирование, доставание предметов без столкновений, нахождение дверей и выключателей).
5. **Кинестетическая.** Нарушено ощущение и контроль движений: проблемы с точностью и силой (застегивание пуговиц, открывание дверей, аккуратное взятие стакана, точность нажатий, письмо без дрожания).

Упражнения в данном пособии направлены на работу с различными видами апраксий с акцентом на планирование, координацию, правильную последовательность действий и контроль движений.

КОНСТРУКТИВНАЯ АПРАКСИЯ. ФИГУРЫ

Конструктивная апраксия — нарушение способности конструировать из отдельных элементов единое целое, например при копировании рисунков, сборке моделей или построении геометрических фигур.

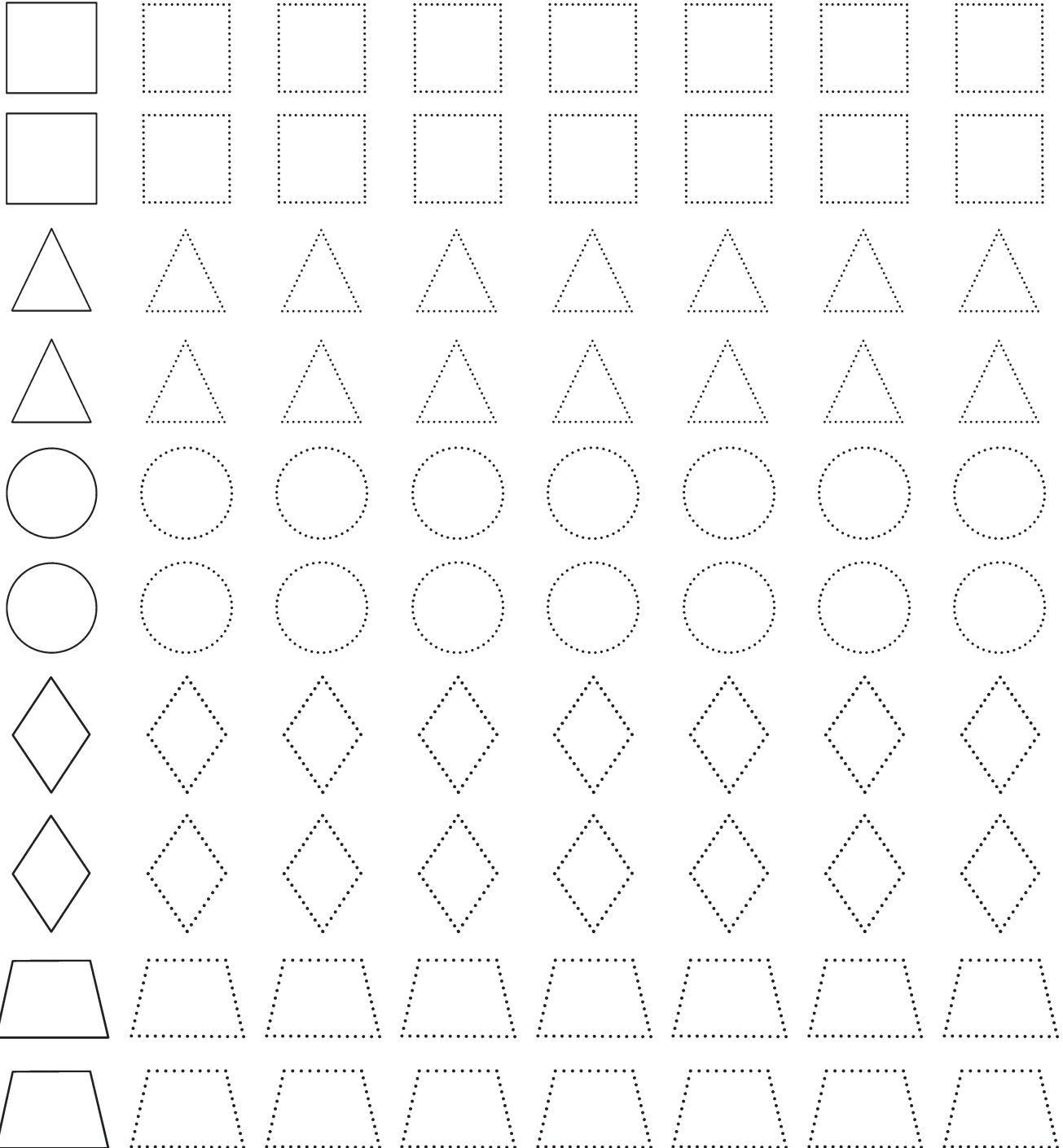
Копирование различных фигур помогает в восстановлении конструктивного праксиса через задействование зрительно-моторной координации, пространственного планирования и последовательного выполнения действий, которые и нарушены при конструктивной апраксии. Работа с копированием и поэтапное усложнение заданий позволяет постепенно восстанавливать способность анализировать пространственные отношения между элементами и воспроизводить их в правильной конфигурации.

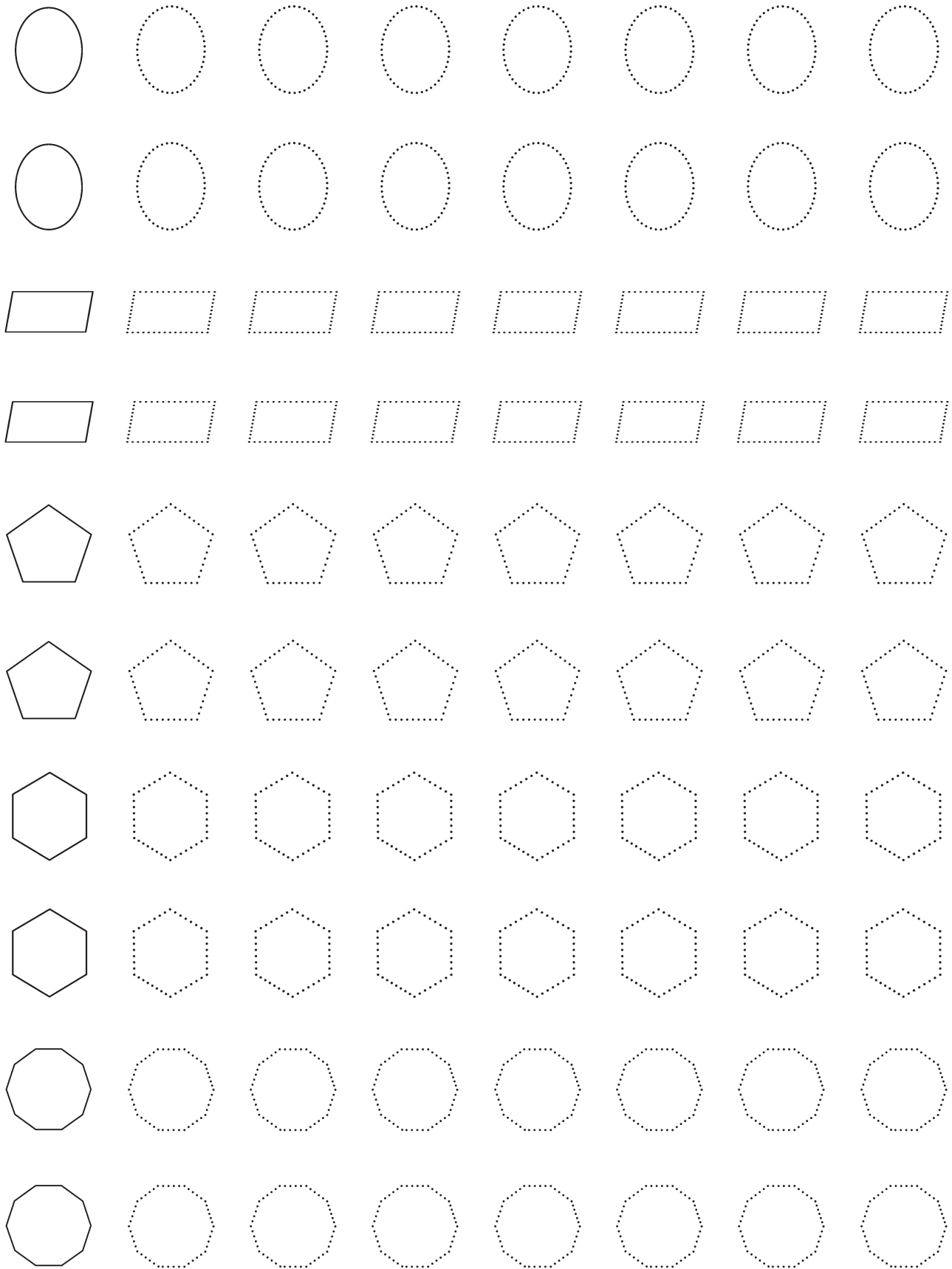
Данные упражнения должны включаться в комплекс нейропсихологической реабилитации. Важно, чтобы занятия проводились регулярно, поэтапно и учитывали особенности нарушений, уровень пациента, а также его динамику восстановления.

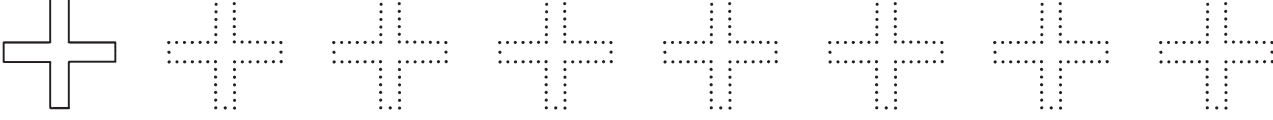
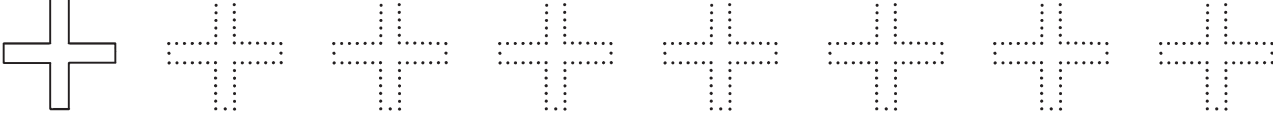
Фигуры 2D (плоские)

Упражнение 1

Обведите контуры геометрических фигур. В процессе рисования одной фигуры постарайтесь вести ручку/карандаш безотрывно.







Упражнение 2

Нарисуйте геометрические фигуры, изображенные слева на каждой строке, по опорным точкам. В процессе рисования одной фигуры постарайтесь вести ручку/карандаш безотрывно.

