

ВИКОНАВЧІ ФУНКЦІЇ ТА ЇХ РОЗВИТКУ В ПРОЦЕСІ НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ

Стоп-ігри

Стоп-ігри являють собою ефективний інструмент розвитку у дитини імпульс-контролю, здатності до перемикання з опорою на зовнішні чинники та уваги.

Найпростіші варіанти стоп-ігор доступні дітям від 2,5-3 років. Різноманітні варіанти ігор, що можуть бути запропоновані дитині в процесі корекційно-розвивальної роботи дозволять поступово інтеріоризувати здатність до довільної регуляції та контролю діяльності. Ефективність стоп-ігор тісно пов'язана із активацією лобних ділянок мозку. Зокрема було виявлено, що в процесі активного очікування супроводжується появою у лобових відділах повільної біоелектричної активності – "хвилі очікування". Таким чином залучення дитини до подібних форм ігрової діяльності буде призводити до збільшення кількості синхронно працюючих центрів у лобових відділах мозку. Також було виявлено, що при патологічних станах лобних відділів порушуються механізми екстреної активації, опосередковані мовою (Кавашима, 2019). Останнє слід враховувати не тільки і процесі стоп-ігри, але й в процесі застосування інших ігрових методів та надання рекомендацій оточенню дитини. Зокрема формування цих механізмів може проводитися за рахунок введення в завдання та ігри елементів промовляння дитиною завдань в голос та самоінструктування.

При використанні стоп-ігор під час корекційно-розвивальних занять слід притримуватися наступної послідовності при модифікації завдань:

1. Стоп-ігри з акцентом на аудіальних стимулах

Матеріали та обладнання: записи пісень та засіб для їх програвання; музичні інструменти (перкусії); стілець.

Інструкція:

«Зараз я поставлю тобі пісеньку. Поки вона буде грати ти можеш бігати та пригати, але будь уважний (уважна), як тільки мелодія скінчиться ти повинен (повинна) сісти на стільчик».

Гра проводиться декілька разів. Слід орієнтуватися на дитину під час визначення кількості підходів та тривалості пісні. Найбільш ефективним є варіант, коли фахівець поступово подовжує тривалість гри, орієнтуючись на здатність дитини утримувати увагу на завданні.

Інший варіант цієї гри є більш складним, оскільки не передбачаю тривалого звучання стимулу (пісні/мелодії). У цьому варіанті використовуються перкусійні музичні інструменти – тамбурин, маракаси тощо. *Фахівець надає дитини наступну інструкцію:*

«Коли я ударю один раз по тамбурину, ти повинен почати бігати та пригати. Ти можеш це робити, поки я не ударю два рази. Після цього ти повинен завмерти на місці та не рухатись».

Після декількох підходів правила гри змінюються. Тепер дитина повинна починати рухатись після двох ударів, а завмирати на місці після одного. Поступово можна ускладнювати завдання, змінюючи інструкцію після кожної гри.

2. Стоп-ігри з акцентом на візуальних стимулах

Цей варіант гри потребує від дитини більшою зосередженості, оскільки у даному випадку вона повинна уважно спостерігати, коли саме фахівець змінить команду.

Найпростішим варіантом стоп-ігри із опорою на візуальні стимули є гра «Світлофор».

Матеріали та обладнання: картки із кольорами світлофору.

Інструкція:

«Уяви, що ти водій автомобіля. Кожен водій повинен на дорозі слідувати правилам дорожнього руху і реагувати на сигнали світлофора. Коли я покажу зелений колір, ти можеш почати свій рух. Але треба бути уважним (уважною)

і коли я покажу жовтий колір, треба буде приготуватися, а коли червоний – загальмувати та встати на місці».

Цей варіант гри також добре підійде для розвитку у дитини навичок самоінструктування. Для цього фахівець пояснює дитині, що для того, щоб управляти автомобілем, потрібно давати йому спеціальні команди – «Газ!», «Гальма!».

Інструкція:

«Кожна машинка потребує спеціальних команд, що надає їй водій. Без таких команд буде складно керувати і можна потрапити у аварію. Тому, перед тим, як починати рух, ти повинен (повинна) дати машинці команду «Газ!». Ти повинен дати цю команду вголос, щоб машинка її почула. Тільки після цього можна починати рухатись. А коли ти забажаєш зупинитися, то також вголос потрібно сказати машинці «Гальма!». Після цього можна зупинятись».

Після гри можна поговорити з дитиною про те, у яких ще ситуаціях можуть знадобитися такі команди вголос. Можна дати дитині та її батькам домашнє завдання – подумати та записати ситуації, у яких може знадобитися самоінструктування та почати використовувати цей прийом у побуті та у різних соціальних ситуаціях. На першому етапі слід орієнтуватися на добре знайомі дитині побутові ситуації, які пов'язані із хатніми обов'язками та повсякденними ритуалами. Пізніше можна запропонувати дитині використовувати самоінструктування і у інших ситуаціях: під час гри на майданчику, у садочку, школі, під час відвідування магазину тощо.

3. Стоп-ігри зі зміною ролей

Як і самоінструктування, зміна ролей являє собою універсальний прийом, який може бути використано у широкому спектрі ігор та вправ. В процесі стоп-гри фахівець пропонує дитині обмінятися ролями. Дитина, виконуючи роль ведучого, повинна надавати інструкції, контролювати та корегувати процес виконання ігрових завдань. Фахівець при цьому повинен робити помилки, таким чином підвищуючи рівень контролю з боку дитини. Також при цьому варіанті можна додатково ввести елемент змагання. У такому

випадку дитині пропонується уважно спостерігати так виявити в процесі гри три (п'ять, сім) помилок, які зробить дорослий. Якщо ж дитина не помічає відповідної кількості помилок (фахівець у кожному такому випадку звертає на це увагу дитини), то виграє дорослий.

Інструкція:

«Цього разу ти стаєш ведучим. Ти повинен (повинна) дати мені інструкції, а після цього уважно слідкувати за тим, щоб я вірно виконував правила гри. Якщо я зроблю помилку, ти повинен (повинна) гучно сказати «Помилка!». Якщо ти знайдеш три мої помилки, то перемога за тобою. Але якщо ти не побачиш три помилки, які я зроблю, то перемагаю я».

Окрім вказаних варіантів стоп-ігор також фахівець може запропонувати дитині і інші варіанти, що включають в себе додаткові елементи та завдання.

Інші варіанти стоп-ігор та їх модифікації

1. Гра «Море хвилюється раз»

Ця гра більш відома у варіанті для групи дітей. Однак вона може використовуватися і під час індивідуальних занять. Дитині пропонується переміщатися у ігровому просторі. Ведучій відвертається і каже:

«Море хвилюється раз! Море хвилюється два! Море хвилюється три! Морська фігура на місці замри!».

Після цього дитина повинна завмерти у позі, що зображує щось, що пов'язано з морем: дельфін, корабель, медуза, морська зірка тощо. Ведучий підходить до дитини, «оживляє» фігуру і поки дитина рухається, намагається вгадати морську фігуру. Якщо дитина показує добре і фігуру швидко вгадують, вона виграє. Якщо фігуру не вдається вгадати, то дитина програє і стає на місце ведучого.

У цій грі активно задіяні ідеаторні процеси, які тісно пов'язані із функціональною активністю префронтальної кори. Зокрема, при порушеннях у функціонуванні цих відділів кори внаслідок локального ураження мозку у пацієнтів в клініці можуть спостерігатися симптоми ідеаторної апраксії.

Ідеаторна апраксія проявляє себе через неможливість намітити план послідовних дій, що є необхідним для виконання складного рухового акту (Тонконогий, 1973). У дитячому віці ідеаторні процеси порушуються при функціональній незрілості лобних відділів кори, а також у випадках їх безпосереднього ураження.

2. Гра «Голодний ведмідь» (автор: В. Князєв)

Ця гра добре підійде для розвитку увагу, здатності до утримання послідовності дій (плану діяльності), а також для розвитку імпульс-контролю.

Матеріали та обладнання: м'яч для фітнесу з ручками; набір предметів, що відрізняються за одним, чи декількома ознаками (найкраще підійдуть різнокольорові пластикові ягоди та гриби); кошики (відерця) різних кольорів.

Дитині пропонується явити себе на лісовій галявині. За інструкцією дитина повинна зібрати та покласти до кошика об'єкти, що символізують ягоди та гриби. Фахівець грає ведмедя, який також знаходиться на галявині. Ведмідь повертається у різні сторони та іноді ричить. Коли дитина чує рик ведмедя, вона повинна завмерти та порахувати до десяти, а вже після цього продовжувати гру.

Інструкція:

«Уяви, що ти відправився (відправилась) до лісу збирати гриби та ягоди. На галявині ти побачив (побачила) різноманітні їстівні ягоди та гриби. Вони виглядають дуже смачними у тобі дуже хочеться їх зібрати до кошика. Але на галявині сидить ведмідь. Він нещодавно прокинувся і дуже хоче їсти. Щоб зібрати те, що зростає на галявині, діяти треба дуже обережно. Ведмідь буде повертатися, а ти заходь йому за спину та бери те, що тобі потрібно. Усе, що ти збереш, треба віднести та покласти до кошика. Але будь уважний (уважна), якщо ведмідь зареве, завмири на місці та порахуй до десяти. Якщо ти цього не зробиш, то ведмідь тебе спіймає і ти програєш. Гра скінчиться, коли ти збереш та покладеш до кошика усе, що є їстівного на галявині».

Можна запропоновувати дитині наступні модифікації цієї гри:

А) Дитині пропонується переміщатися сидячі на м'ячі для фітнесу. Такий варіант завдання добре підійде для дітей із підвищеним рівнем рухової активності. Використання м'яча для фітнесу дозволить про стимулювати пропріоцептивну систему дитини, що буде сприяти підвищенню загального енергетичного тону та зниженню рівню активності.

Б) Дитина повинна збирати предмети у заданій фахівцем послідовності. Наприклад, спочатку пропонується зібрати усі сині предмети, потім зелені, після цього червоні та ін.

В) Дитині пропонується складати предмети по різних кошиках. При цьому колір кошика може як співпадати так і ні із кольором предметів.

3. Гра «Ритми»

Ця гра є модифікацією стоп-ігор з акцентом на аудіальних стимулах. У порівнянні із більш простими варіантами, ця гра потребує від дитини більшого рівню довільного контролю та саморегуляції.

Матеріали та обладнання: музичні інструменти (перкусії).

За допомогою музичних інструментів фахівець задає темп і ритм. Дитина повинна рухатися по кімнаті, підлаштовуючи свій рух під ритм. В процесі гри ритм змінюється – стає більш повільним, або швидким, змінюється ритмічний малюнок. Не зупиняючись, дитина повинна змінювати темп і характер своїх рухів, підлаштовуючи їх під зміни ритму.

Інструкція:

«Зараз я за допомогою інструментів задам ритм. Послухай його уважно та почни рухатись під цей ритм із такою ж швидкістю. В процесі гри я буду змінювати ритм. Ти повинен (повинна) бути уважним і прилаштуватися до цих змін – почати рухати швидше, повільніше, у іншому ритмі».

В процесі гри можна запропонувати дитині допомагати собі за допомогою плескання у долоні. Це дозволить їй швидше зрозуміти особливості ритму, характер змін, а також надасть додаткову зовнішню опору.

4. Гра «Гучно-тихо» (модифікація В. Князева)

Матеріали та обладнання: музичні інструменти (дзвіночок, перкусії).

В процесі гри дитині пропонується рухатися по кімнаті, тримаючи у руках музичний інструмент. За командою «Гучно!» дитина повинна почати рухатися таким чином, щоб музичний інструмент у її руках почав звучати. Коли фахівець дає команду «Тихо!», дитина повинна почати рухатися так, щоб музичний інструмент не видавав жодного звуку.

Інструкція:

«Візьми музичний інструмент та починай рухатися по кімнаті. Коли я скажу «Гучно!», ти повинен (повинна) почати рухатись таким чином, щоб інструмент звучав якомога гучніше. За командою «Тихо!» ти навпаки повинен (повинна) рухатися так, щоб інструмент не видавав жодного звуку».

Найбільш складним варіантом цієї гри є варіант із використанням дзвіночка. Але на перших етапах гри можна використовувати менш чутливі музичні інструменти – маракаси, тамбурин. Також, у якості додаткового завдання, можна запропонувати дитині в процесі гри проходити смугу перешкод. Такий варіант більшою мірою підійде для дітей шкільного віку.

5. Гра «День-ніч» (модифікація В. Князева)

Дитині пропонується пригадати та обрати для себе одну нічну та одну денну тварину. Фахівець просить дитину показати, як саме рухаються ці тварини. Після цього дитині пропонується за командою змінювати характер рухів, «перетворюючись» з однієї тварини на іншу.

Інструкція:

«Пригадай одну нічну та одну денну тварину. А тепер покажи, як вони рухаються. Дуже добре! Зараз ми будемо грати. Коли я скажу «День!», ти повинен почати рухатися як денна тварина. А коли я скажу « Ніч!» ти повинен почати рухатися як тварина, яка більш активна вночі».

Ця проста гра також добре підійде для розвитку рухового репертуару дитини. Для цього слід періодично змінювати тварин, пропонуючи дитині обрати тих, що переміщуються у нижній зоні (повзають), у середній зоні (бігають на чотирьох кінцівках) та у верхній зоні (літають).

Розвиток імпульс-контролю

Ігри «із поросям, що говорить “Хрю”».

Серія ігор, яка тренує витримку та розвиває імпульс – контроль дитини.

Матеріали та обладнання: Іграшка поросяти, яка «хрюкає».

- 1) Кожен із гравців по черзі, повільно охоплює долонями боки свині і повільно стискає їх, роблячи це так, щоб порося не «хрюкало». В кого першого порося «хрюкне», той отримає 1 бал. Той, хто отримає 10 балів – програє.

Інструкція:

«Подивись яке порося, гарне, так? А тепер стисни його! Чудово. Тепер давай ми зіграємо в гру – ми будемо по черзі стискати долонями порося і хто стисне її так сильно, що вона хрюкне, той отримає один бал, якщо ще раз стисне її зі звуком, отримає ще один бал, і так до десяти. Той, хто отримає 10 балів - програє».

- 2) В цій ускладненій версії гри гравці починають кидати порося один одному і той хто ловить іграшку повинен зробити це так, щоб вона не «хрюкнула».

Інструкція:

«А тепер ми будемо перекидати порося один одному, але ловцю треба зловити її так, щоб вона не видала ніяких звуків! Якщо хтось зловить порося і воно «хрюкне», ловець отримає один бал і так до десяти. Хто отримає десять балів, той програє».

- 3) На цей раз гравці сідають напроти один одного і ставлять порося між собою. По команді вам потрібно буде перетягнути порося до себе і той, від кого при перетягуванні порося видасть звук – отримає один бал, коли один із гравців набере десять балів, тоді він програє.

Інструкція:

«Зараз я покладу між нами порося і коли я скажу “Уперед!” нам обом потрібно буде перетягувати порося на свій бік, але робити це треба так, щоб

порося не “хрюкало”. Якщо в когось поросся “хрюкне”, той отримає один бал. Хто отримає десять балів таким чином, той програє!».