

Основы нейропсихологии для учителя: как помочь мозгу ребенка учиться эффективнее

Уважаемые коллеги!

Понимание того, как работает мозг ученика, — не роскошь, а профессиональная необходимость. Нейропсихология даёт нам ключи к тому, почему ребёнок не может сосредоточиться, запомнить правило или контролировать импульсы. Это знание позволяет перейти от ярлыков («он ленивый», «неспособный») к конкретной помощи. Давайте рассмотрим основные принципы и практические инструменты.

Три кита обучения: что должен делать мозг?

Для успешного обучения мозгу необходимо слаженно выполнять три функции:

1. Принять информацию (не отвлекаться).
2. Обработать и сохранить её (понять и запомнить).
3. Правильно использовать (применить, высказать, решить задачу).

Сбой на любом этапе приводит к учебным трудностям. И часто это не вопрос мотивации, а вопрос несформированности мозговых структур или их перегрузки.

Практические ориентиры и приемы помощи

1. Если страдает ВНИМАНИЕ (ребенок «витаает в облаках», отвлекается)

- Что происходит в мозге? Незрелость или низкий тонус ретикулярной формации (сеточка в стволе мозга), которая отвечает за общий уровень активности и бодрствования коры.

- Как помочь?

- Давать двигательные «разрядки». Перед сложной задачей — 2-3 минуты координационных упражнений («кулак-ребро-ладонь», маршировка).

- Дробить инструкцию. Давать задание не одним блоком, а пошагово: «1. Откройте учебник. 2. Найдите упражнение 5. 3. Прочитайте первое предложение».

- Использовать таймер. Работа короткими «спринтами» по 10-15 минут с четкой целью («за эти 10 минут решим 3 примера»).

2. Если страдает ПАМЯТЬ (выучил — забыл, не может запомнить последовательность)

- Что происходит в мозге? Сложности с работой гиппокампа (структура, отвечающая за перевод информации из кратковременной памяти в долговременную) и лобных долей (удержание программы действий).

- Как помочь?

- Подключать разные каналы восприятия. Не просто прочитать правило, а проговорить его хором, записать разными цветами, простучать его ритм.

- Создавать «крючки для памяти». Связывать новое с личным опытом, эмоциями, смешными ассоциациями. История, метафора, мем — запомнятся лучше сухого факта.

- Учить алгоритмам и мнемотехникам. «Одевать» правило в простой стишок или аббревиатуру. Визуализировать последовательность в виде блок-схемы на плакате.

3. Если страдает ПРОГРАММИРОВАНИЕ И КОНТРОЛЬ (ребенок действует импульсивно, не проверяет работу)

- Что происходит в мозге? Незрелость префронтальной коры (лобные доли). Это «дирижёр» мозга, который отвечает за планирование, контроль, принятие решений.

- Как помочь?

- Внешнее структурирование. Использовать планы, чек-листы, пошаговые памятки. «План сочинения: 1. Вступление (1-2 предложения о чем текст). 2. Основная мысль...».

- Учить самопроверке по алгоритму. Не «проверь», а «возьми зеленую ручку и проверь по пунктам: 1. Все ли предложения начинаются с заглавной буквы? 2. Поставлены ли точки?».

- Давать возможность проговаривать действия вслух. Когда ребенок комментирует, как он решает задачу, его лобные доли работают эффективнее.

4. Если страдает ПРОСТРАНСТВЕННОЕ ВОСПРИЯТИЕ (путает буквы, пишет не с той строки, плохо чертит)

- Что происходит в мозге? Сложности в работе теменно-затылочных отделов мозга.

- Как помочь?

- Работать с телом в пространстве. Просить показать «правую бровь», «левое колено». Игры на пространственную ориентацию («Зеркало», «Повтори позу»).

- Использовать «опорные точки» на листе. Обозначать цветом левый верхний угол, ставить точку, с которой начинается письмо.

- Работать с объемными буквами, конструировать их из пластилина, веревки.

Важнейший фактор: стресс и эмоции

Миндалины (эмоциональный мозг) в стрессе блокируют работу префронтальной коры (рационального мозга). Испуганный или тревожный ребенок не может думать.

- Что делать? Сначала помочь успокоиться (дыхательные техники, «заземление»), и только потом — учить. Безопасная атмосфера на уроке — не мягкость, а необходимое условие для работы мозга.

Что НЕ является задачей учителя (красные флаги)

Ваша роль — не ставить диагнозы, а быть наблюдателем и грамотным посредником.

Направлять к специалисту (нейропсихологу, неврологу) необходимо, если вы замечаете стойкие, мешающие учебе сложности, при которых педагогические приемы не помогают:

- Постоянная дезориентация в тетради, зеркальное письмо после 1 класса.
- Невозможность удержать в голове простое условие задачи.
- Выраженная моторная неловкость, мешающая писать.
- Сильная истощаемость, когда после 10 минут работы ребенок «отключается».

Главный вывод для педагога

Мозг ребенка — пластичен. Создавая правильную среду, мы помогаем нейронным сетям формироваться. Ваши усилия — это не просто «объяснение материала», а буквально строительство новых связей в мозге ученика. Когда вы даете четкую структуру, эмоциональную поддержку и многократное закрепление через разные каналы, вы действуете в союзе с нейробиологией.

Используйте эти принципы не как ещё один сложный стандарт, а как новую оптику для взгляда на трудности учеников. Часто небольшое изменение в подаче материала, основанное на понимании работы мозга, даёт мощный образовательный эффект.

Если вы хотите глубже разобраться в нейропсихологических причинах трудностей конкретного ученика или ищите приемы для целого класса — обращайтесь. Вместе мы сможем найти путь к его ресурсам.

С уважением педагог-психолог Малышева Алина Денисовна.