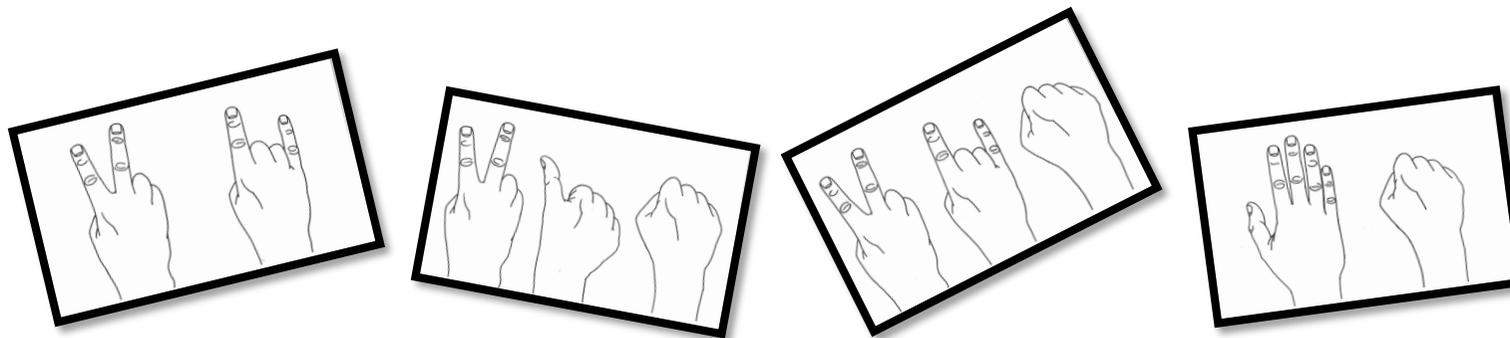


# НЕЙРОТРЕНАЖЁР

**для реабилитационных занятий в остром периоде заболевания  
центральной нервной системы**

Пособие адресовано психологам, логопедам и физическим терапевтам, работающим в области нейрореабилитации, а также родственникам пациентов с инсультом, черепно-мозговой травмой, нейроинфекцией, деменцией.



## РЕКОМЕНДАЦИИ

Острый период заболеваний нервной системы после стабилизации жизненно-важных функций – самый важный период для максимального восстановления дефицитарных функций: самостоятельного передвижения, речевого общения, социально-бытовой компетентности.

Реабилитационные мероприятия в остром периоде заболеваний центральной нервной системы имеют свои особенности. Они должны быть пассивными и пассивно-активными, с визуальным и простым вербальным подкреплением.

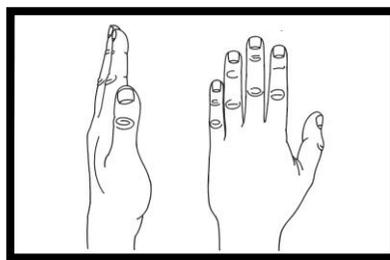
Реабилитационный нейротренажёр основан на классических нейропсихологических пробах исследования мануального праксиса (Лурия А.Р., Озерецкий Н.И., Ахутина Т.С.). Работа с заданиями позволяет организовать начальный этап восстановления кинестетической и кинетической организации движений. Упражнения помогают преодолеть заторможенность, включить пациента в деятельность, сформировать контроль за выполняемыми действиями, уменьшить застревания и персеверации (повторы действий).

Комплекс реабилитационных тренажёров, включает 12 основных карточек для тренировки переключения обеих рук (по 6 карточек для каждой руки). Работа проходит по определённой схеме – от простого к сложному. Упражнения выполняются сохранной рукой. Если могут двигаться обе руки, то начинают работу с ведущей руки, а затем на усложнении задания выполняются обеими руками. Темп и скорость выполнения заданий определяет специалист в зависимости от цели занятия и общего соматического состояния пациента. Схема и последовательность заданий описана ниже. Мы рекомендуем распечатывать листы для тренировки в формате А3, а для долгосрочного использования ламинировать.

**ЖЕЛАЕМ УСПЕХОВ В РАБОТЕ!**

## Варианты заданий

1. Попросить пациента однократно скопировать серию движений, перемещая руку сначала поверх рисунка, повторить серию движений только сверяясь с образцом.
2. Попробовать повторить серию движений самостоятельно с постепенным увеличением количества повтора серии от 5 до 20 раз.
3. Закрыв картинку, предложить вспомнить последовательность серии движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
4. Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения одной рукой (слева направо, справа налево) сериями по 3 до 20 раз.

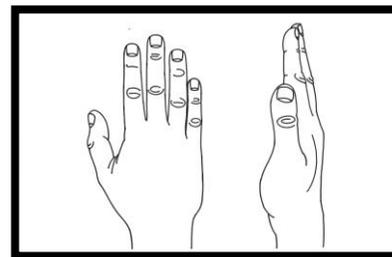
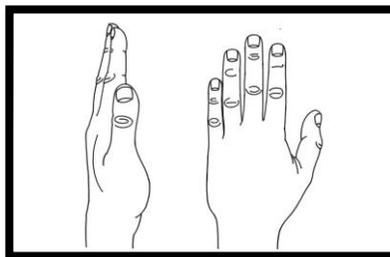


→ ребро – ладонь // ладонь – ребро  
ребро – ладонь // ладонь – ребро ←

## Усложненные варианты

1. Выполнение заданий двумя руками поочерёдно.
2. Выполнение заданий двумя руками одновременно.

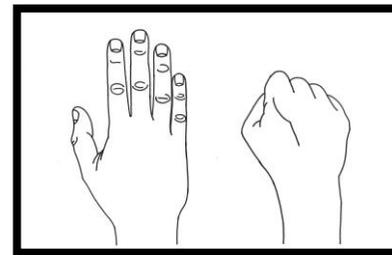
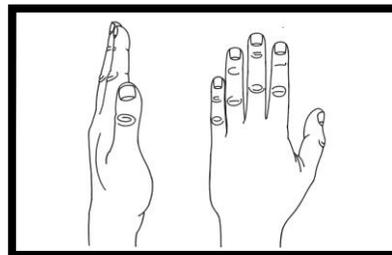
ПРИМЕР:



*оба трафарета для рук одинаковые*

3. Выполнение заданий по трафаретам двумя руками поочерёдно.
4. Выполнение заданий по трафаретам двумя руками одновременно.

ПРИМЕР:



*трафареты для рук разные*

Дополняйте упражнения вашими вариантами!

## Упражнение № 1

### Ладонь – кулак (правая рука)

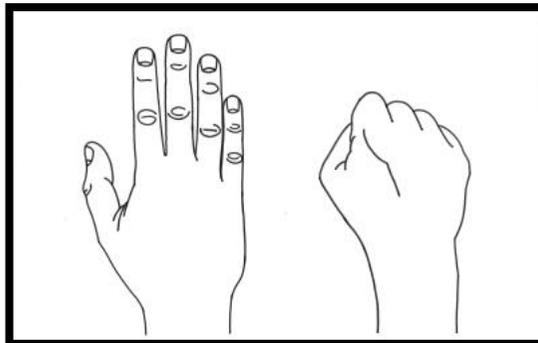


Рисунок № 1

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя задания поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 2

### Ладонь – ребро (правая рука)

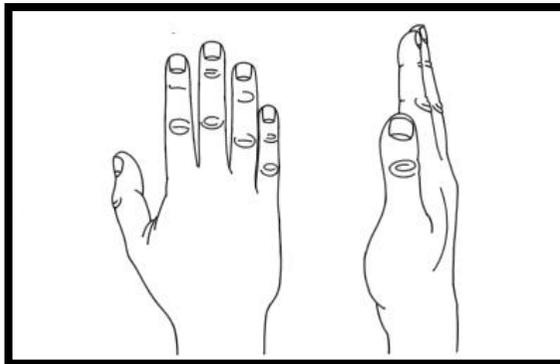


Рисунок № 2

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя задания поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

### Упражнение № 3

**Указательный - средний пальцы – указательный палец - мизинец (правая рука)**

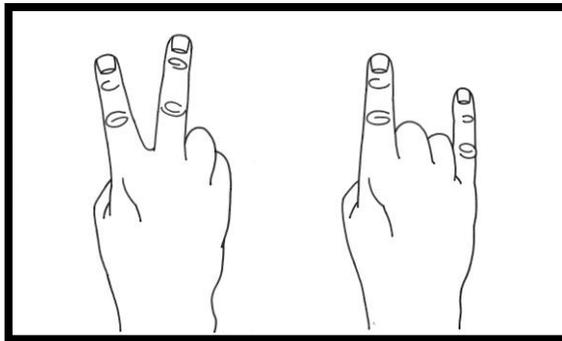


Рисунок № 3

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя задания поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 4

### Кулак – ребро – ладонь (правая рука)

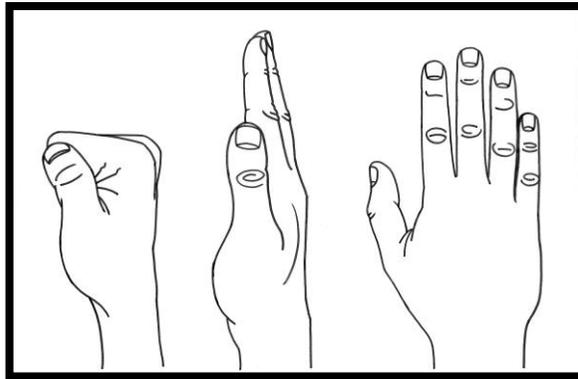


Рисунок № 4

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя задания поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 5

**Указательный – средний пальцы – большой палец – кулак (правая рука)**

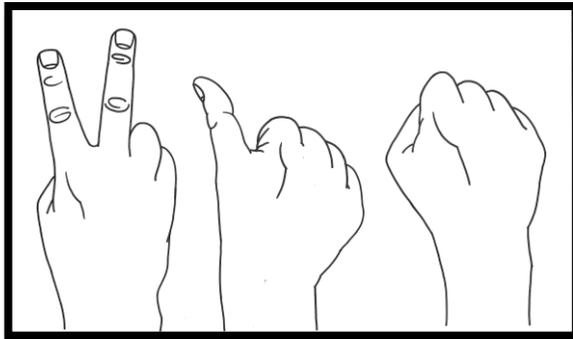


Рисунок № 5

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя задания поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 6

**Указательный и средний пальцы – указательный палец и мизинец – кулак (правая рука)**

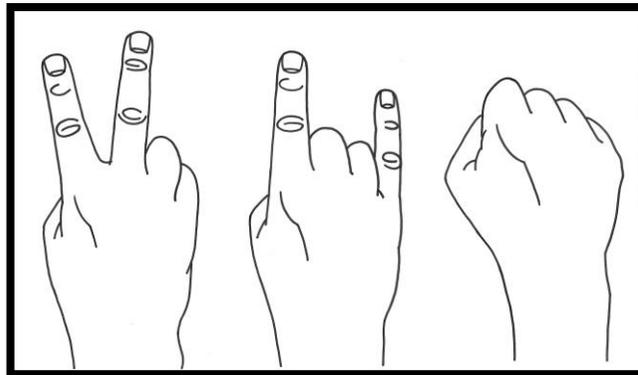


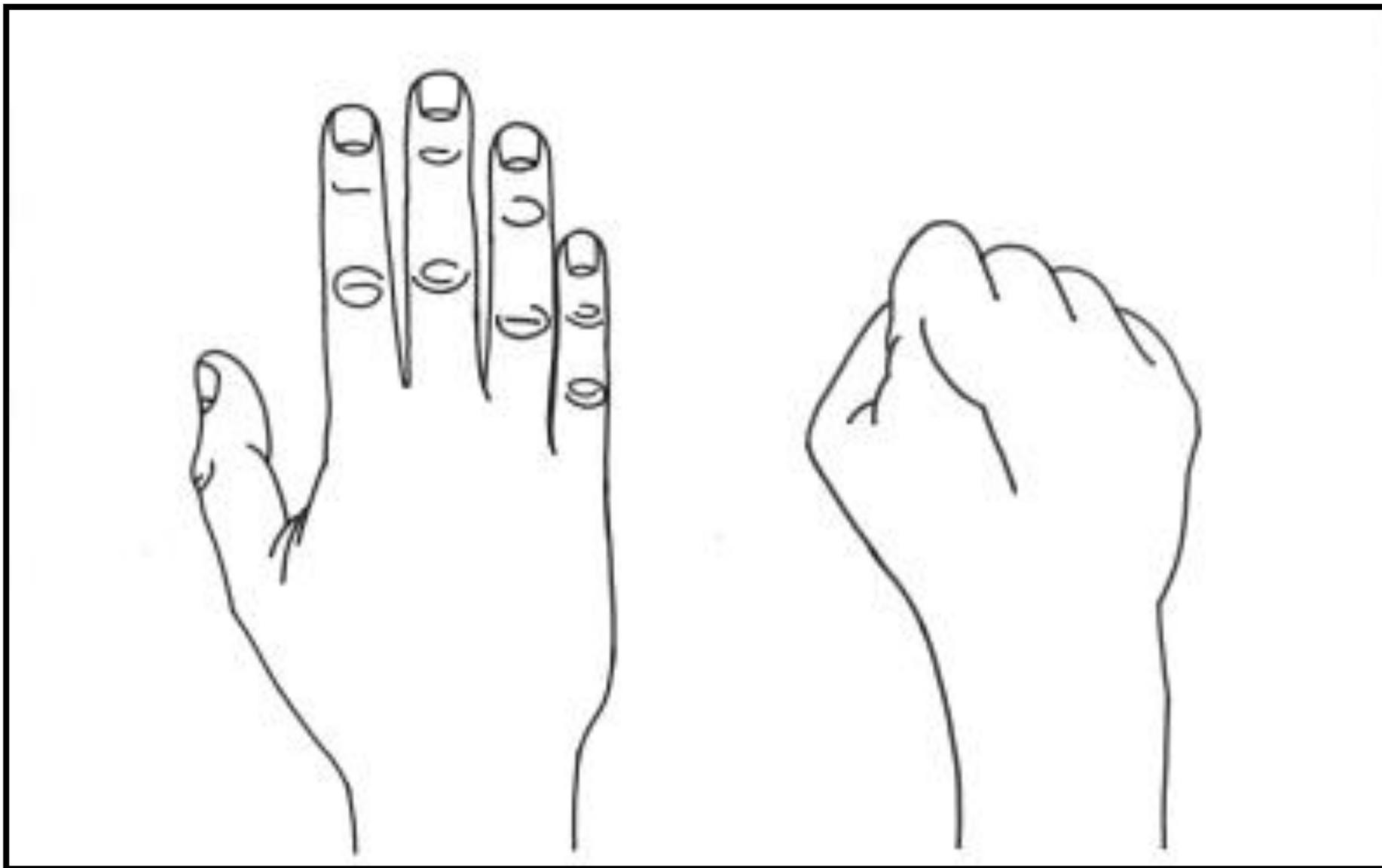
Рисунок № 6

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя задания поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.



ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

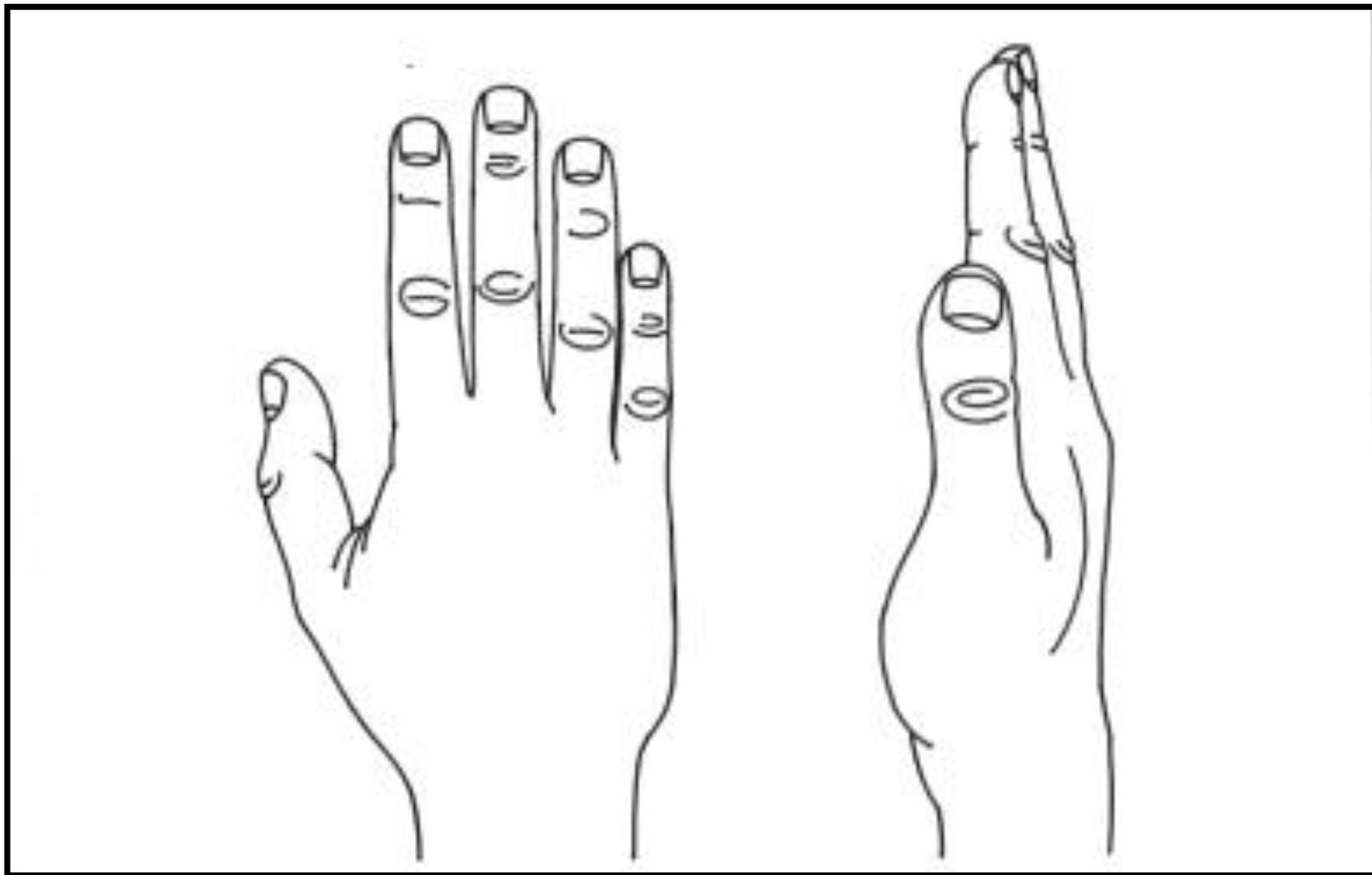
— 1866 —





ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

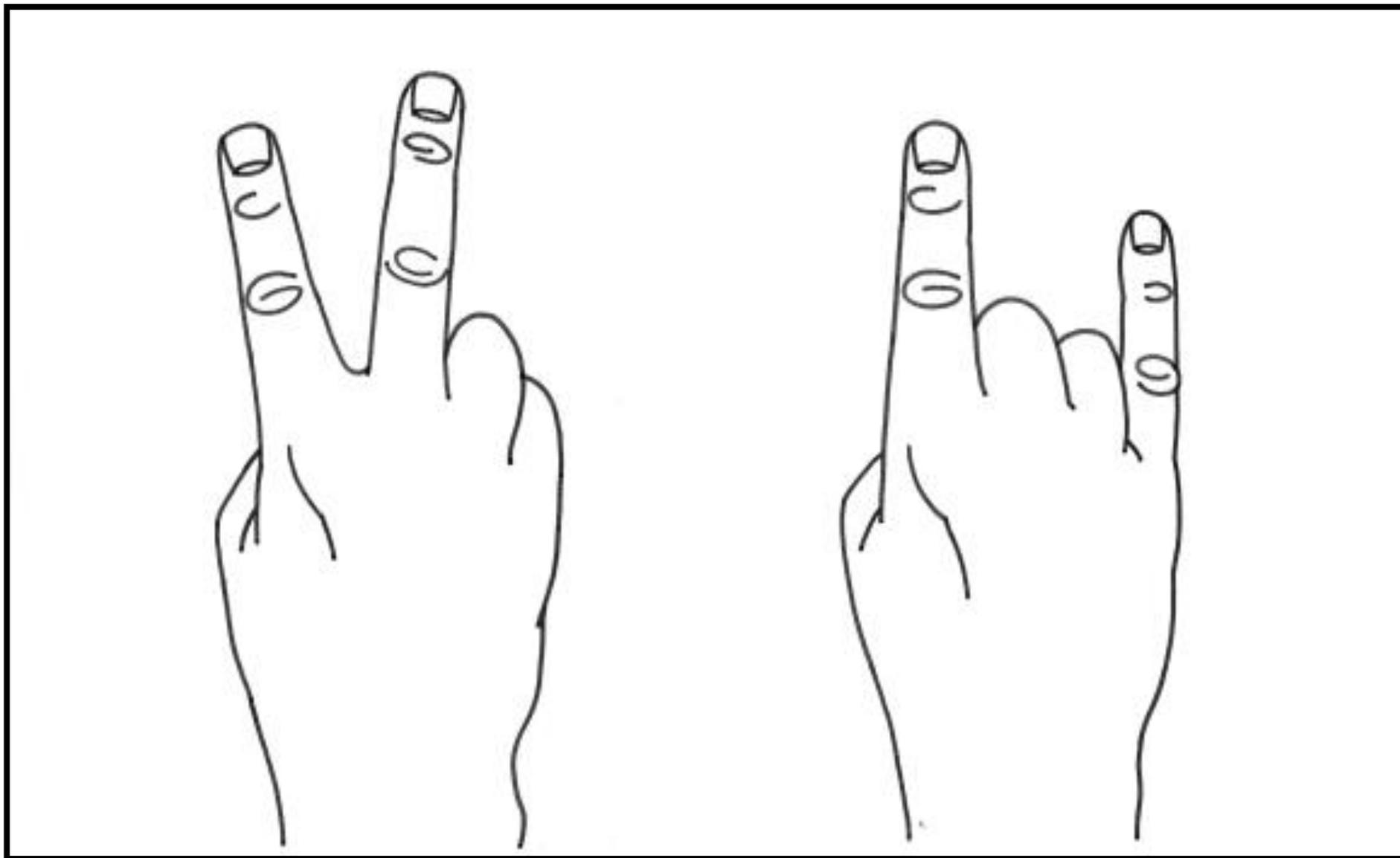
— 1866 —





ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

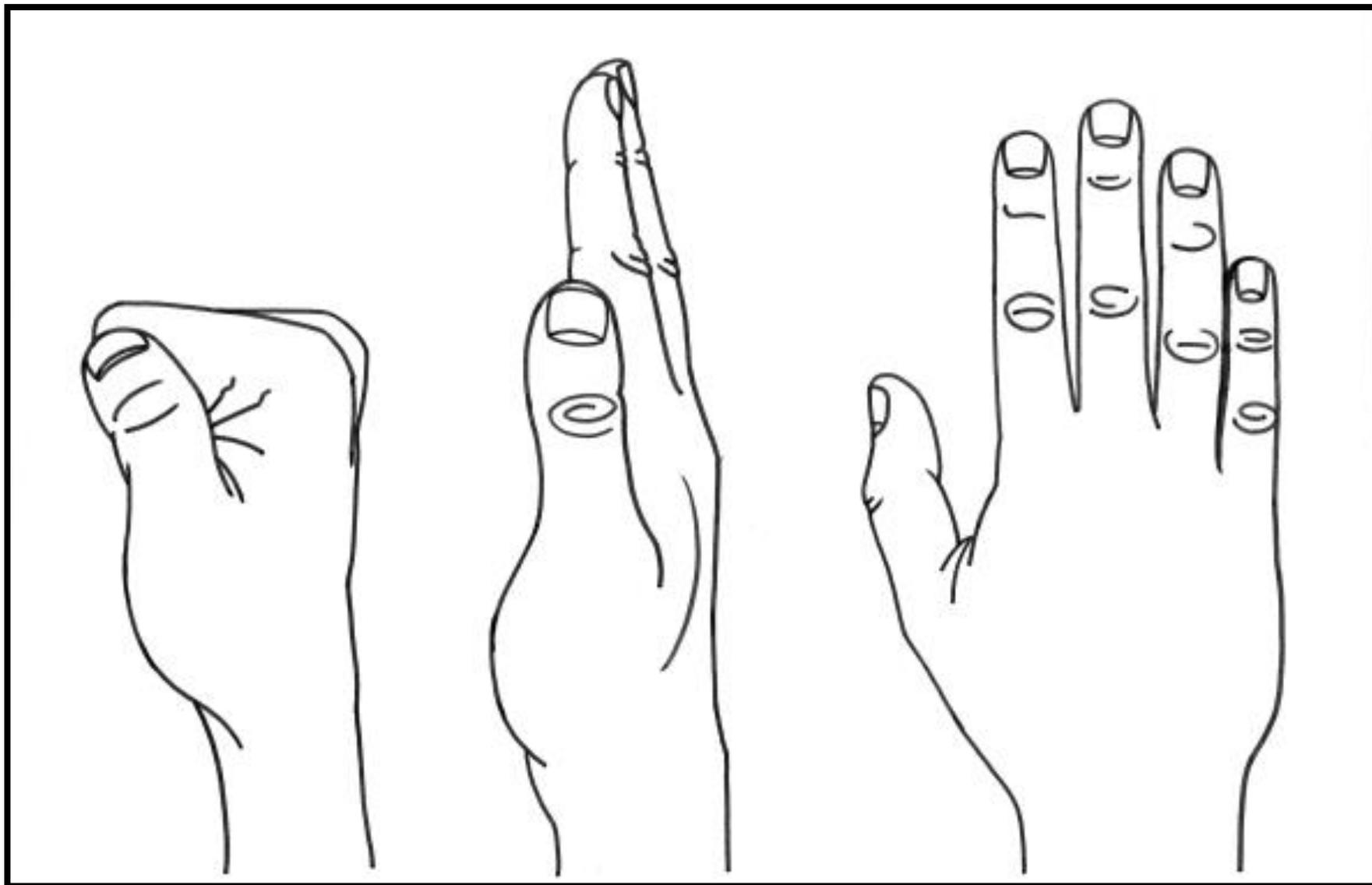
— 1866 —





ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

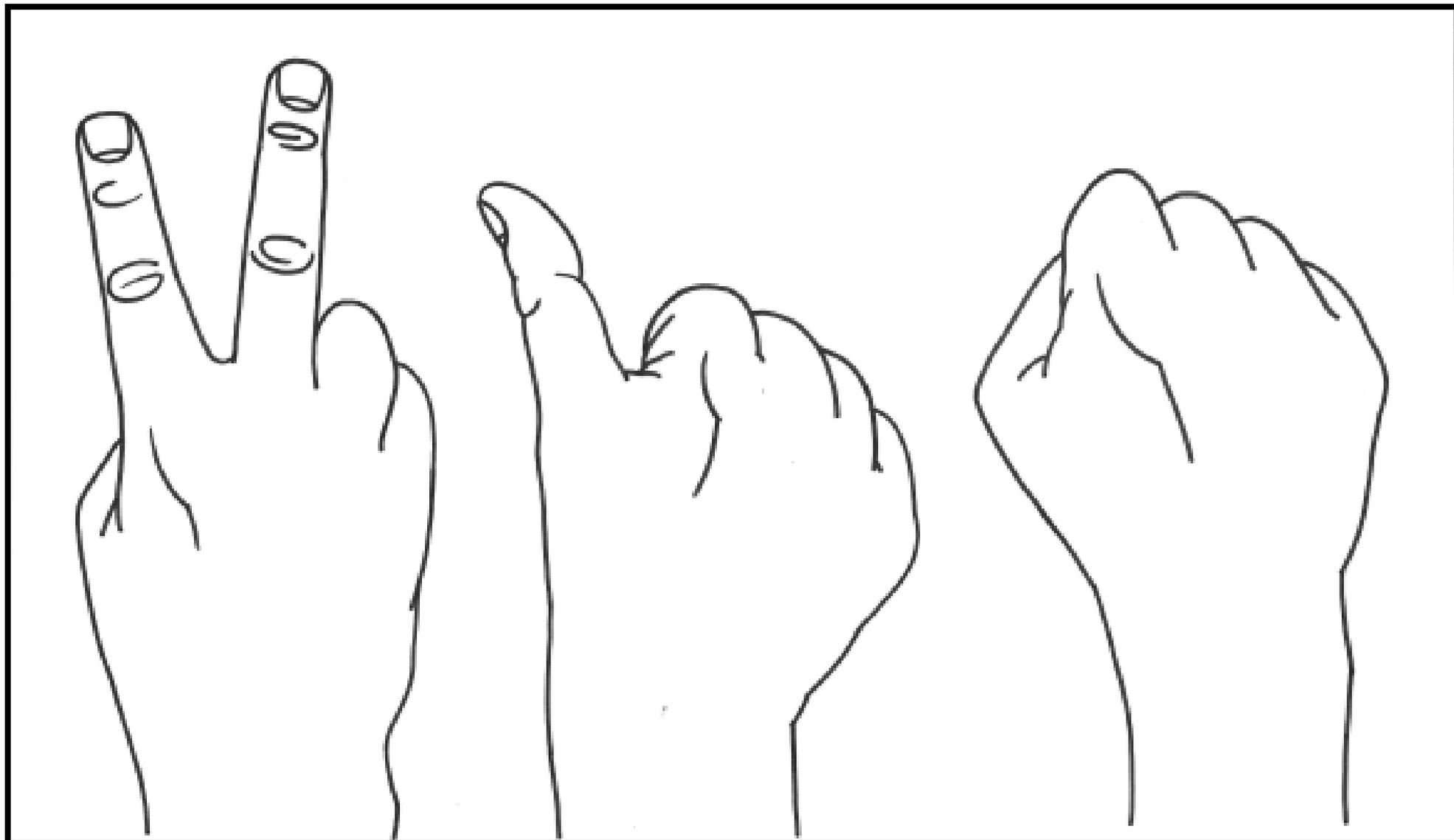
— 1866 —

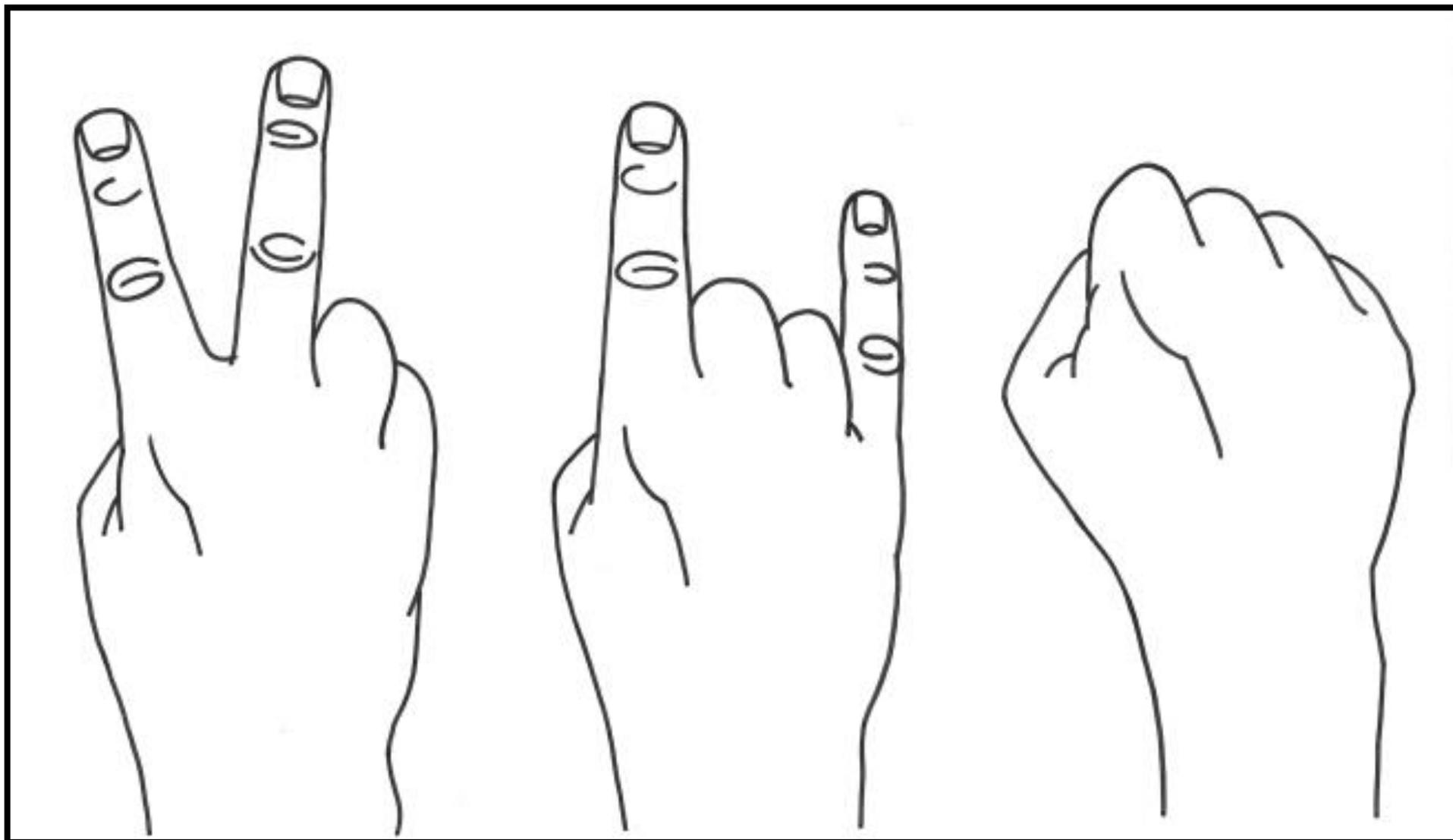




ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

— 1866 —





## Упражнение № 7

### Ладонь – кулак (левая рука)

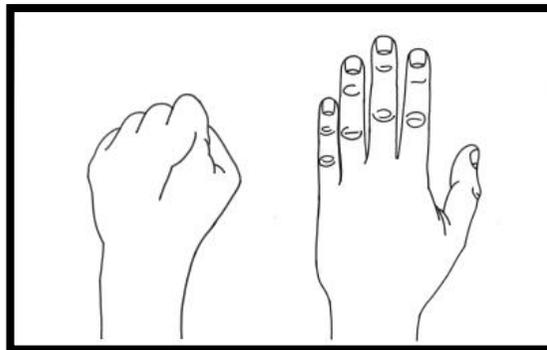


Рисунок № 7

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 8

### Ребро – ладонь (левая рука)

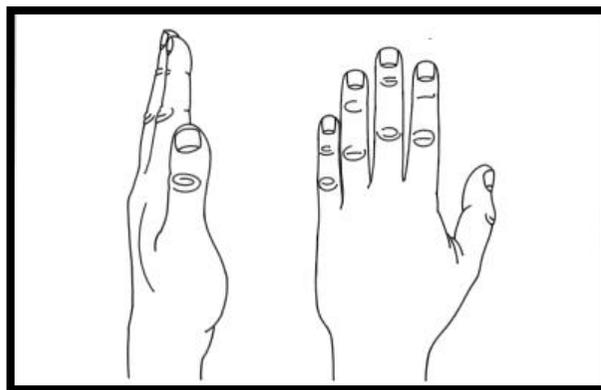


Рисунок № 8

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 9

**Указательный - средний пальцы – указательный палец - мизинец (левая рука)**

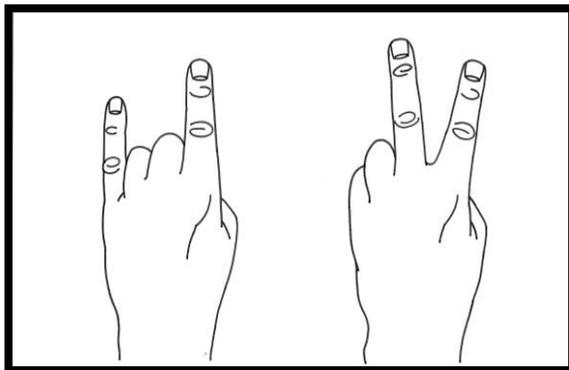


Рисунок № 9

- Медленно повторить задание, сличая с образцом.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 10

### Ладонь – ребро – кулак (левая рука)

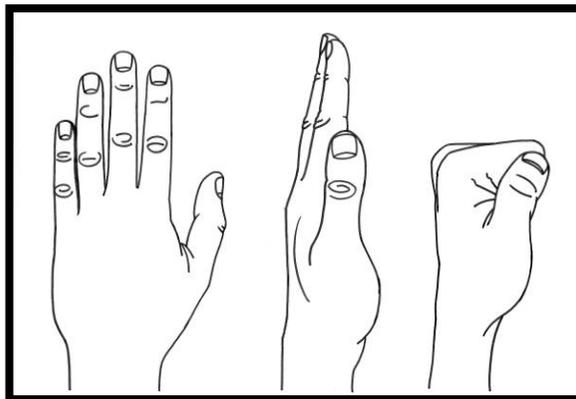


Рисунок № 10

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 11

**Кулак – большой палец – указательный и средний пальцы (левая рука)**

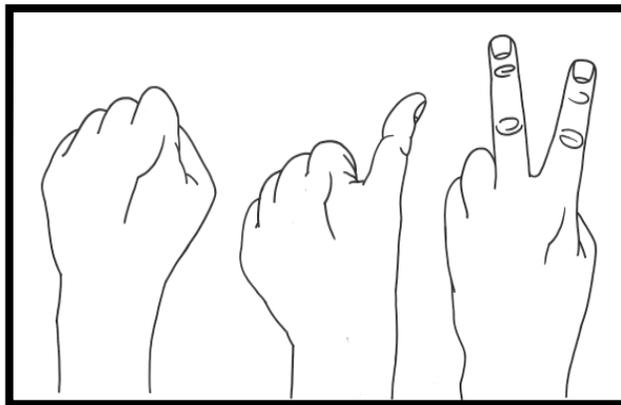


Рисунок № 11

- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.

## Упражнение № 12

**Кулак – указательный палец и мизинец – указательный и средний пальцы (левая рука)**

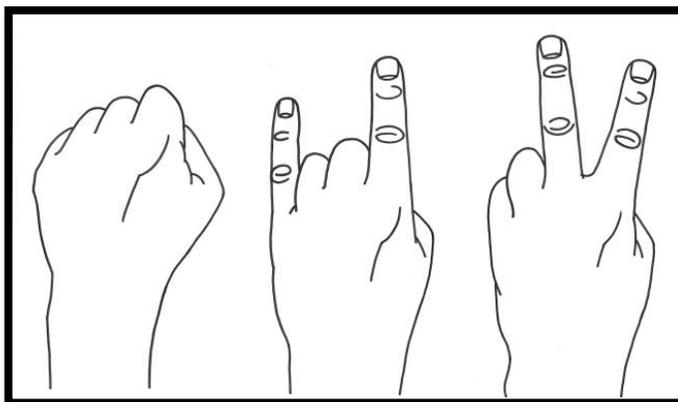


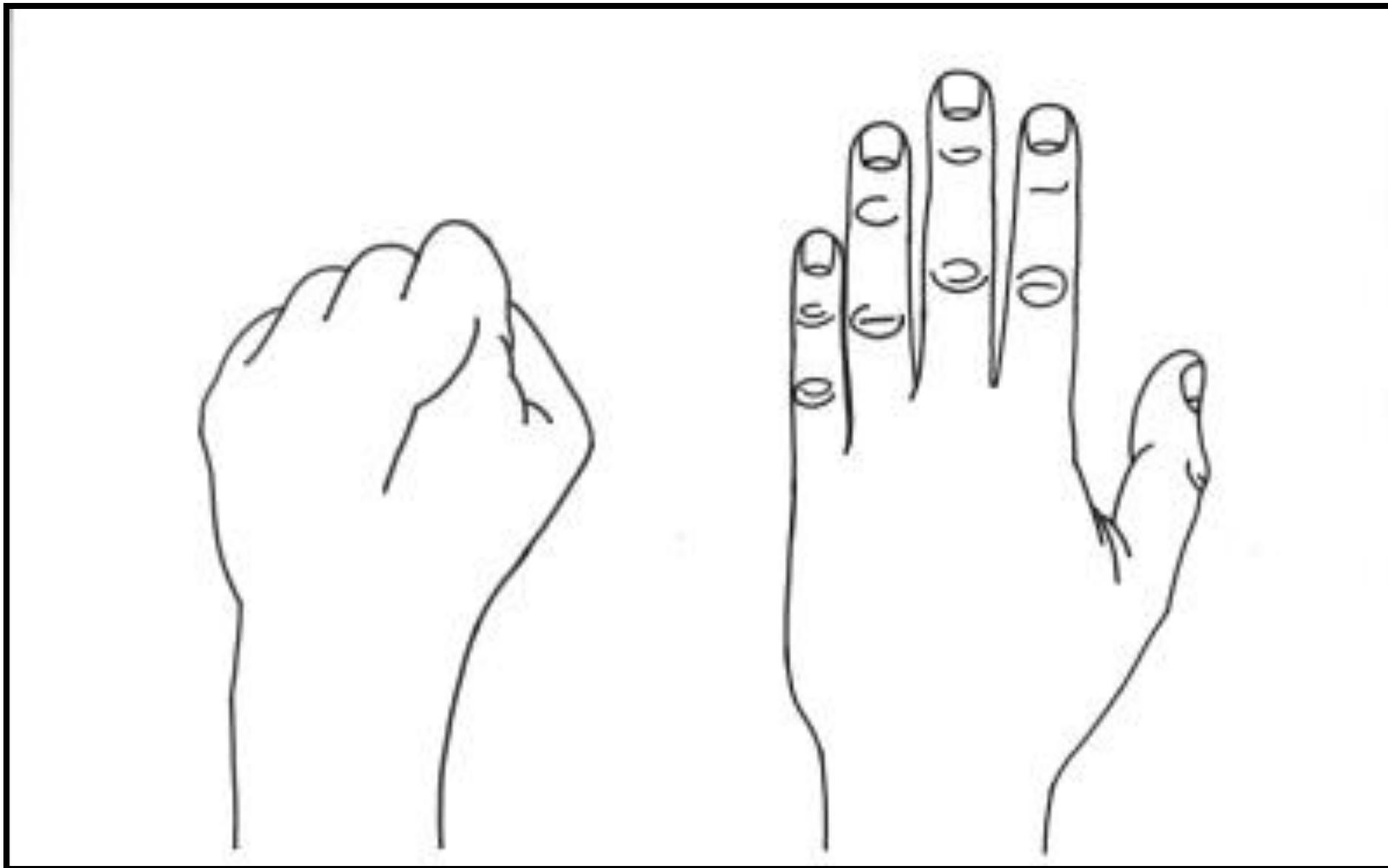
Рисунок № 12

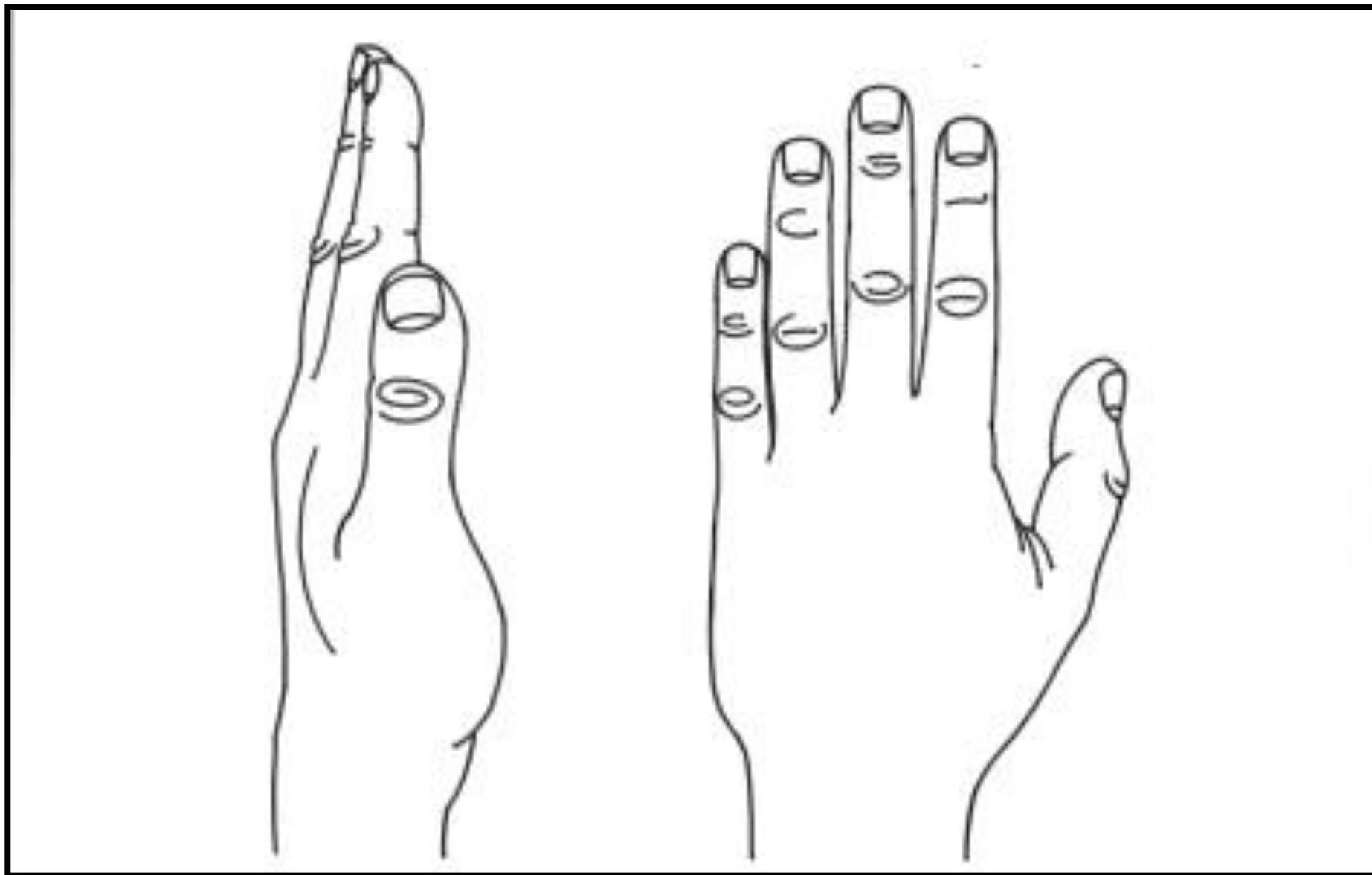
- Медленно повторить задание, сличая с образцом или выполняя поверх изображения.
- Закрыв картинку, вспомнить последовательность движений и показать. *Обратить внимание на то, что рука должна сдвигаться при выполнении движений, а не просто отрываться от поверхности стола при смене позы.*
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения с постепенным усложнением 5-10-15-20 раз.
- Посмотреть на картинку. Закрывать изображение, повторить движения ладонь – кулак, кулак – ладонь (слева направо, справа налево) сериями по 3- 5-7 раз.



ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

— 1866 —







ГКБ ИМ. И. В. ДАВЫДОВСКОГО

— 1866 —

