



лёгкий
старт



Елена Тимошенко

НЕЙРО- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ занятия для детей

«МАЛЫШ»



100% ПРАКТИЧЕСКАЯ КНИГА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
УНИКАЛЬНЫЕ МЕТОДИКИ РАЗВИТИЯ



Елена Тимошенко

Нейропсихологические занятия для детей

Серия «Лёгкий старт»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63620277
Нейропсихологические занятия для детей: АСТ; Москва; 2021
ISBN 978-5-17-1121263-6

Аннотация

Ленивый! Невнимательный! Тупица!.. Сколько обвинений зачастую летит в сторону ребёнка. Но на самом деле он не виноват, просто его мозг не готов к нагрузке. Именно нейропсихологические методы признаны сейчас самыми эффективными для решения многих проблем развития ребёнка. В этой книге Е. Г. Тимошенко, нейродефектолог, логопед высшей категории с 20-летним опытом работы, подскажет родителям, как заметить первые нарушения, как заниматься в соответствии с возрастными нормами, к какому специалисту обратиться, если трудности всё-таки возникли. Специально подобранный комплекс нейропсихологических упражнений и игр – первая помощь для гармоничного развития ребёнка.

Для широкого круга читателей.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

Содержание

| | |
|---|-----|
| От автора | 7 |
| Факторы риска, или когда обратиться к специалисту | 13 |
| Как работает мозг и чем ему можно помочь? | 39 |
| Как развиваются мальчики и девочки? | 68 |
| Развиваем зрительное восприятие | 74 |
| Развиваем слуховое восприятие | 107 |
| Проблемы с питанием | 131 |
| Зависимость от гаджетов | 138 |
| Долгожданное чудо. Как развивать младенца? | 144 |
| Первые шаги и не только. Что важно делать от 1 года до 3 лет? | 167 |
| На что обратить внимание в 3–4 года? | 202 |
| Главное – движение. Развитие ребёнка в 4–5 лет | 213 |
| На горизонте школа. Развитие ребёнка в 5–6 лет | 223 |
| Как избежать школьной дезадаптации? | 236 |
| Игры, полезные для мозга | 246 |
| Распространённые проблемы и первая помощь в их решении | 261 |
| Приложения | 279 |
| Комплекс нейропсихологических упражнений | 279 |
| Как проводить занятия на дому? Памятка для родителей | 318 |



Е. Г. Тимошенко

Нейропсихологические

занятия для детей

© Тимошенко Е. Г., текст, 2021

© ООО «Издательство АСТ», 2021

В книге использованы материалы, предоставленные фото-
банками Shutterstock.Inc, Shutterstock.com.; FOTODOM

От автора

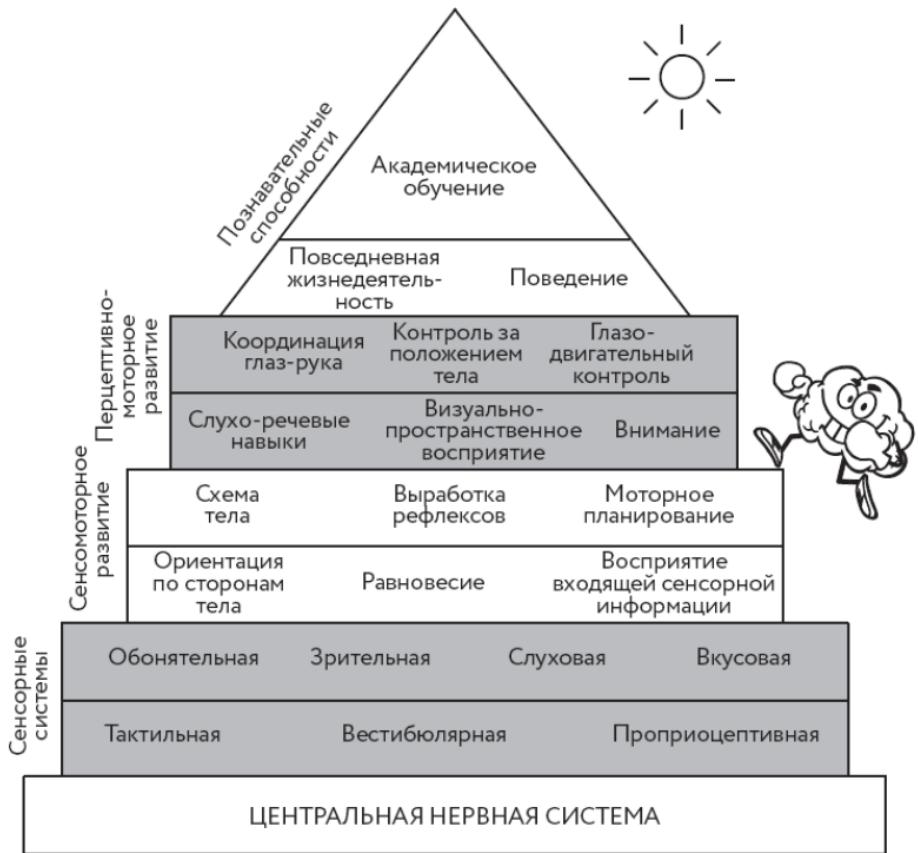


С каждым годом становится всё больше детей с проблемами развития. По данным Всемирной организации здравоохранения, стойкие трудности обучения испытывают до 30 % детей во всём мире. Это означает, что почти каждый третий ребёнок в классе неуспевающий! Причём 9 детей из 10 – это мальчики.

Основной удар принимает на себя речь как самая сложная психическая функция, зависящая от множества компе-

тенций. 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 го-

ловного 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 на выков, 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 встре-

чается. 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 перинатальной¹ патологией.

В результате значительно увеличилось количество детей

¹ Перинатальный период – это период формирования плода от 28-й недели внутриутробного развития и первые 7 дней после рождения (период ранней адаптации).

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!

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不可逆的 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 фактам, задерживающим развитие ребёнка, относятся: нежелательная беременность (мысленное отторжение ребёнка матерью), сильный эмоциональный стресс во время беременно-

сти, 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. Интереса 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 помочь детскому психиатру 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 внимания 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 неуспева-

ющих, неуправляемых, у них отсутствует мотивация к учёбе, отмечается 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 усадить 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.

Понять, насколько ребёнок готов к школе и требуется ли ему дополнительная помощь специалистов, помогут ответы на следующие вопросы.

1. Насколько ребёнок владеет речью?

Прочитайте ребёнку небольшой рассказ (не больше 6–7 предложений) и попросите его пересказать. Оцените произношение звуков и умение сохранять слоговую структуру слов. К школьному возрасту ребёнок должен чётко произносить все звуки речи, иначе могут возникнуть серьёзные трудности при выработке грамотного письма. По тому, как ребёнок пересказывает, можно определить умение последовательно излагать сюжет, выделять смысл рассказа, согласовывать между собой слова, правильно строить предложения, а также уровень словарного запаса. Фонематический слух, то есть способность различать обобщённые звуки речи, имеет большое значение при овладении чтением и письмом.

Если у ребёнка не получается пересказать, потренируйтесь. Задавайте вопросы по 1–2 прочитанным предложениям, затем по тексту, заучивайте стихи, поговорки.

Игра «Повтори слово». Предложите ребёнку повторить подряд несколько похожих по звуко-слоговой структуре слов, например, «будка – дудка – утка», «нитка – ватка – ветка», «ветка – клетка – сетка».

Игра «Хлопни в ладоши». Ребёнку дают задание: «Как только услышишь слово, которое начинается со звука [с] (в, о, г, д...), сразу хлопай в ладоши». Варианты слов: дача, кошка, шапка, лиса, дорога, жук, окно, ком, тарелка, хлеб, дождь,

липа, сок.

Игра «Буквы в предметах». Ребёнка просят назвать все предметы, которые окружают его, подбирая их так, чтобы названия соответствовали определённым буквам алфавита. Например: Б – букет, В – ваза, Г – гардероб, Д – диван и т. д. Буквы в алфавитном порядке называет взрослый.



СОВЕТ. Если ребёнок правильно выполняет задания, значит, с фонематическим слухом у него всё в порядке. Если ошибается, то потренируйтесь при помощи подобных упражнений и проконсультируйтесь у логопеда.

2. Может ли ребёнок действовать по правилам и планировать свои действия?

Игра «Внимание на движение!» Предложите ребёнку повторить за вами только те действия, которые не являются «запретными» (например, один шаг вперёд или правая рука вниз). Вместо «запретного» движения ребёнок должен стоять на месте или выполнить противоположное действие –

шаг назад или рука вверх и т. п.

Известная всем игра «Да и нет не говорить, чёрное и белое не называть». Ребёнок не должен говорить слова «да» и «нет», называть чёрный и белый цвета. Задавайте простые вопросы: «Ты любишь конфеты?», «Какого цвета снег?». Вопросов должно быть не больше десяти.



СОВЕТ. Если задания выполняются почти без ошибок, значит, уровень самоконтроля у ребёнка достаточно высокий. Если в 6 лет ребёнок не может соблюдать определённые правила и контролировать свои действия в игре, то потребуется консультация нейропсихолога.

3. Умеет ли ребёнок выполнять логические операции: устанавливать причинно-следственные связи, выделять главное? Сформированы ли элементарные математические представления?

Попросите ребёнка посчитать до 10 и обратно. Пусть ребёнок покажет и назовёт геометрические фигуры (квадрат,

круг, овал, треугольник, прямоугольник и др.). Решение простых арифметических задач на сложение и вычитание, владение составом числа (до 10) говорит о том, что у ребёнка сформированы основные математические представления.

Предложите ребёнку закончить предложение, ответить на вопросы типа: «Петя выше Коли, но ниже Васи, кто самый высокий?», «Когда день длиннее, зимой или летом?».

Игра «Четвёртый лишний». Покажите ребёнку изображения нескольких предметов (например: яблоко, груша, помидор, слива). Предложите ему убрать одну, на его взгляд, лишнюю картинку.

Игра «Аналогии» поможет определить, насколько у ребёнка сформированы основы словесно-логического мышления. Назовите ребёнку три слова. Два первых – пара. Попросите подобрать аналогичную пару к третьему слову. Например: «дом – кирпич, стол – … (дерево)»; «часы – время, градусник – … (температура)», «глаз – зрение, ухо – … (слух)».



СОВЕТ. Если ребёнок

допустил не больше 1–2 ошибок, значит, словесно-логическое мышление у него уже сформировано. При недостаточном развитии логического мышления можно проконсультироваться с детским психологом.

4. Как сформированы тонкая моторика (работа мелких мышц руки) и зрительно-моторная координация? Это основа для обучения письму.

Часто дошкольники зеркально отображают буквы и цифры. Такие ошибки не являются показателем неправильного развития мозга. Первые шаги в мир букв и цифр могут сопровождаться такими сложностями, просто форма ещё не до конца усвоена. Потренируйтесь в узнавании – лепите буквы и цифры, вырезайте из фактурной бумаги, выстраивайте из деталей конструктора. Для развития зрительно-моторной координации полезны упражнения «Нарисуй узор по клеточкам», «Соедини точки», «Попади в цель», «Дорожки», «Лабиринты» и т. д. Предложите также дорисовать незаконченный рисунок, нарисовать по клеточкам.



СОВЕТ.

Важно

не

переучивать ребёнка, если он начал писать левой рукой. Примерно до 5–7 лет у детей обычно преобладает именно правое полушарие. Чтобы точно определить латерализацию функций головного мозга (то есть ведущее полушарие), нужно обратиться к нейропсихологу.

5. Готов ли ребёнок к поступлению в школу по своей физиологической зрелости?

Проведите ряд тестов. Если ребёнок 6–6,5 лет справляется с предложенными заданиями, он сможет безболезненно принять требования школьной программы. Если навыков нет, не спешите отдавать своего ребёнка в школу – он к ней пока не готов. Проконсультируйтесь со специалистами. Иначе в 1 классе ему будет очень трудно адаптироваться.

Тест «Пропорции тела» (филиппинский тест)

В 1939 г. Т. Брандер встретил в газете сообщение, что на Филиппинах, где в то время не выдавались метрические свидетельства, применялся особый способ для определения, достиг ли ребёнок паспортного или школьного возраста. Исследователь применил данный тест к школьникам Хельсинки и установил его совпадение с обычными показателями школьной зрелости. Затем этот метод был введён в программу предшкольного осмотра 6-летних детей.

Суть метода в следующем. Если ребёнок не достаёт рукой, проведённой над головой, до верхнего края ушной раковины противоположной стороны тела, значит, он не прошёл полуростовой скачок. Это свидетельствует о незрелости мозговых структур, управляющих процессами роста и регуляцией физиологических функций. Как следствие – высокий риск развития соматических и психосоматических заболеваний под воздействием учебных перегрузок. При отрицательном teste желательно отложить поступление в школу на год.



Тест «Смена молочных зубов»

У ребёнка ни один из молочных зубов не выпал и не качается, то есть смена молочных зубов на постоянные не началась – это свидетельствует о незрелости мозговых структур, управляющих процессами роста и регуляцией физиологических функций.

В 1 классе ребёнку будет трудно, так как школьные учебные нагрузки могут оказывать отрицательное воздействие на состояние здоровья и адаптивные возможности организма. Важно включать в рацион ребёнка качественные молочные продукты как важнейший источник кальция.

Тест «Моторика»

Советский психофизиолог Н. А. Бернштейн совершил прорыв в области физиологии активности человека. Он создал теорию уровней построения движений, согласно которой разные структуры центральной нервной системы отвечают за двигательную активность определённой сложности. Причём такие действия, как речь, чтение и письмо, формируются на базе более простых действий – ползание, ходьба, бег, прыжки, кидание мяча и т. д. На основе этой теории были разработаны тесты на выявление зрелости уровней

вой организации движений. Перед школой полезно проверить прежде всего способность бежать с фазой полёта (см. рис.), способность к прыжку, способность к броску.



Фаза опоры



Фаза полёта



Фаза опоры

Прыжки в длину с места. Ребёнку предлагают прыгать, отталкиваясь двумя ногами, с интенсивным взмахом рук, от размечённой линии отталкивания на максимальное для него расстояние и приземляться на обе ноги. При приземлении нельзя опираться позади руками. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (в см). Делаются три попытки. Засчи-

тывается лучший результат.

Возрастные нормативы по прыжкам в длину с места (в см)

| Пол \ Возраст | 6 лет | 7 лет |
|---------------|---------|---------|
| Мальчики | 100–140 | 130–155 |
| Девочки | 90–140 | 125–150 |

Метание набивного мяча. Ребёнок встаёт у контрольной линии разметки и бросает мяч из-за головы двумя руками вперёд из исходного положения стоя, одна нога впереди, другая сзади или ноги врозь. При броске ступни должны сохранять контакт с землёй. Допускается движение вслед за произведённым броском. Делаются три попытки. Засчитывается лучший результат.

Возрастные нормативы по метанию набивного мяча (в см)

| Пол \ Возраст | 6 лет | 7 лет |
|---------------|---------|---------|
| Мальчики | 175–300 | 220–350 |
| Девочки | 170–280 | 190–330 |

Прыжки на месте (за 5 секунд). Ребёнку предлагается попрыгать на месте. Низкий результат в тесте (менее 10 прыжков за 5 секунд) означает недоразвитие нервно-мышечного аппарата нижних конечностей и/или слабое развитие энергетических ресурсов организма. В обоих случаях прогнозируется высокая утомляемость при физической нагрузке, высокий риск возникновения соматических заболеваний в условиях адаптации к школе. Риск неблагоприятных реакций значительно увеличивается в случае сочетания отставания в развитии нервно-мышечного аппарата ног с другими признаками отставания в развитии.



СОВЕТ. Если ребёнок не справляется с тестами, проконсультируйтесь у нейропсихолога или телесного терапевта². Помните, что вес ребёнка в 6–7 лет должен быть не меньше 23 кг.

² Телесный терапевт – это специалист, помогающий формировать и восстанавливать связь сознания и тела согласно закономерностям развития и с учётом особенностей психофизиологического состояния человека.

«Теппинг-тест за 10 секунд»

Ребёнку предлагают проставлять карандашом точки в бланке правой рукой. По сигналу экспериментатора он должен переходить к расстановке точек из одного квадрата бланка в другой. Инструкция: «По моему сигналу начинай проставлять карандашом точки в каждом квадрате данного бланка. Страйся проставить как можно больше точек и переходи с одного квадрата на другой только по моей команде и только по направлению часовой стрелки. Теперь возьми в правую руку карандаш и по сигналу “Начали!” проставляй точки».

При нормальной скорости ростовых процессов (положительный результат филиппинского теста, началась смена молочных зубов на постоянные) низкий результат теппинг-теста (менее 23 касаний за 10 секунд) свидетельствует о недостаточном развитии нервно-мышечной координации и невысокой силе нервных процессов. Это будет отрицательно сказываться на общей работоспособности и на возможности обучения письму. Прогнозируется повышенная утомляемость, низкий уровень внимания и других психофизиологических функций, важных для обучения.

При отставании ростовых процессов (отрицательный результат филиппинского теста; отсутствие признаков начала смены зубов) низкий результат теппинг-теста означает об-

щую незрелость центральной нервной системы, неспособность к концентрации усилий, слабость нервных процессов и низкие адаптивные возможности. Повышенный риск развития соматических и неврологических заболеваний, высокий риск неуспешности обучения письму.

Тест «Удержание равновесия» (поза Ромберга)



Ребёнок стоит с опорой на две ноги (пятки вместе, носки немного врозь), руки вытянуты вперёд, пальцы несколько разведены и расслаблены. Вариант 1 (простой) – глаза открыты, вариант 2 (сложный) – глаза закрыты, вариант 3 (слож-

ный) – стоя на одной ноге с открытыми глазами. Обязательно подстражуйте малыша, чтобы он не упал.

Низкий результат в teste удержания равновесия (менее 8 секунд) означает несформированность двигательных зон коры больших полушарий мозга и мозжечка, а также недостаточное развитие вестибулярного аппарата. При условии нормального темпа физического развития сохраняется риск возникновения трудностей при обучении некоторым действиям на уроках физической культуры. В сочетании с отставанием в уровне физического развития (отрицательный результат филиппинского теста) или низким результатом в теппинг-тесте риск неблагоприятных адаптивных реакций повышается, что может служить причиной возникновения трудностей при обучении в школе.



Как работает мозг и чём ему можно помочь?



Развитие ребёнка – чрезвычайно сложный процесс, лю-

бое отклонение от нормы в дальнейшем приводит к большим сложностям и бывает невосполнимо. И всё это связано с мозгом, с его способностью воспринимать, сохранять и воспроизводить увиденное и услышанное. Мозг ребёнка откликается на различные стимулы внешней среды по-разному в определённые возрастные периоды. То, что является важным для ребёнка первого года жизни, не имеет такого значения для дошкольника и школьника.

К школьному возрасту мозг ребёнка по размерам приближается к мозгу взрослого. Между отдельными его областями сформированы основные нейронные связи. Эти связи образуются постепенно и последовательно. Например, двигательная активность в 1,5–2 года приводит к формированию новых ассоциативных связей между разными областями мозга и прежде всего между теменно-премоторными (двигательными) и затылочными (зрительными). Благодаря такому взаимодействию формируются математические способности. В период активного овладения звуками речи и словами возрастает активность слуховых (височных) долей мозга, особенно височной области левого, ведущего по речи, полушария мозга. До 3 лет особенно активно развивается подкорковая и мозжечковая двигательные системы, которые обеспечивают сложную двигательную координацию. Развитие фразовой речи требует активизации других отделов, преимущественно заднелобных структур мозга. Знание таких тонкостей работы мозга помогает понять связь двигательных навыков и

обучения, осознать важность всестороннего развития.

Мозг ребёнка развивается, образуются новые нейронные связи, в результате возникают ансамбли из разных по «звучанию» нервных клеток, и всё это функционирует, как единый оркестр. Сбой в одной из структур нарушает общее звучание, ломается единый, стройный ритм. Задача нейропсихолога или нейрологопеда – выявить, где произошёл этот сбой, и с помощью специально подобранных упражнений и заданий восстановить поломанные связи или создать новые. Правильному развитию заложенных природой талантов способствует насыщенная разными стимулами окружающая среда.

Нейропсихологические методы в работе с детьми признаны наиболее эффективными для раскрытия мозгового потенциала и раннего выявления проблем. Основой отечественной нейропсихологии является **теория о трёх функциональных блоках мозга, которую сформулировал А. Р. Лuria**. Она объясняет последовательность становления и взаимодействия высших психических функций: памяти, внимания, речи. Деятельность мозга осуществляется с обязательным участием трёх блоков, но каждый из них вносит свой вклад в общую картину психологической деятельности.

Кратко опишем эти блоки мозга, основные проблемы, возникающие при сбоях в их работе, а также простые приёмы и упражнения для первой помощи в домашних условиях.



Внимание! Только

специалист может до конца оценить трудности
вашего ребёнка и оказать всеобъемлющую
профессиональную помощь.



ПЕРВЫЙ БЛОК МОЗГА отвечает за энергетическое

обеспечение мозговой деятельности, поддержание избирательной активности коры. Эти структуры располагаются в стволе мозга и подкорковых отделах. Наиболее активно энергетический блок функционирует первые 2–3 года жизни, когда идёт бурный процесс освоения окружающего мира.

Дети с нарушением в работе первого блока могут быть вялыми, инертными, им трудно переключаться с одного вида деятельности на другой. Или, наоборот, они гиперактивны, неусидчивы, много и непродуктивно двигаются. Им трудно сосредоточиться на выполнении заданий, у них неустойчивое внимание, память. На приёме у специалиста они говорят, что им в школе неинтересно и скучно.

Обычно на первом уроке ребёнок ещё хорошо работает, но постепенно истощается, и к концу уроков его хватает только на 15–20 минут активной деятельности. Затем включаются защитные механизмы, ученик начинает «уплывать», смотрит в окно, отвлекается на разные звуки, не слышит учителя. Такое поведение является признаком того, что ребёнок переутомлён, истощён, его нервной системе необходимы отдых и восстановление.

Ученик не может сам справиться с наступившим утомлением. Его нервная система будет пытаться восстановить энергетический потенциал за счёт окружающих зрительных, слуховых, тактильных, двигательных стимулов. В результате ребёнок смотрит в одну точку или что-то разглядывает в окно, отвлекает соседа разговорами, бубнит себе под нос, че-

шется, закручивает волосы, ковыряет в носу, крутится, постоянно заглядывает под стол, что-то жуёт или грызёт ручку, ногти. Раскачивание на стуле, ритмичные движения ногой или рукой тоже являются способом справиться с наступившим утомлением.

Чтение и письмо являются сложными психическими функциями и могут нормально осуществляться только при **определенном уровне мозговой активности. Поэтому дети, работая на пределе своих энергетических возможностей, делают много ошибок.** Они пропускают буквы в диктанте, причём количество исправлений нарастает к концу текста. Почерк обычно неаккуратный, наряду с хорошо выполненными заданиями попадаются страницы, где ничего невозможno прочитать. Резервные возможности организма исчерпываются, что приводит к срывам в поведении, капризам, истерикам, агрессии. В запущенной ситуации всё это может привести к неврозам, заиканию, психосоматическим заболеваниям (астме, дерматитам, гастритам и т. д.).

Наказания, нравоучения, даже поощрения в этой ситуации не приведут к нужному результату. Это окончательно выводит ребёнка из равновесия, формирует комплекс неполноценности.

Пример из практики



На приёме мама с мальчиком. Ребёнок учится во 2 классе. Жалобы на плохую успеваемость в школе, ошибки, низкий темп чтения и письма. Мальчик медлительный, несобранный. В классе, когда все дети уже записали задания, он только достаёт ручку, долго готовится к уроку, копается в рюкзаке, всё теряет, роняет. На уроке часто отвлекается, смотрит в окно. Темп деятельности неравномерный: то быстро делает уроки, то сидит часами над одним заданием, выводя из терпения всех домочадцев. Мальчик не имеет первичных нарушений чтения и письма, но у него не хватает энергетического потенциала для сохранения постоянного ритма деятельности, он быстро истощается.

Проблема усугубляется тем, что дети перегружены ин-

формацией. По данным Института возрастной физиологии РАО, Научного центра охраны здоровья детей и подростков РАМН и ряда региональных институтов, допустимая школьная нагрузка намного превышена, особенно в лицеях и гимназиях, и составляет в начальной школе в среднем 6,2–6,7 часа в день, в основной школе – 7,2–8,3 часа в день и в средней школе 8,6–9,2 часа в день. Вместе с выполнением домашних заданий рабочий день современного школьника насчитывает около 9–10 часов. Это не проходит бесследно: всё чаще отмечается большая распространённость и выраженность нервно-психических нарушений, утомляемость, сопровождаемая иммунными и гормональными дисфункциями, более низкая сопротивляемость организма к простудным заболеваниям и другие нарушения здоровья.



Внимание! Чтобы помочь ребёнку справиться с быстро наступающим утомлением, рекомендуется правильно организовать учебный режим. Важно не перегружать день дополнительными секциями и кружками, больше времени уделять прогулкам

на свежем воздухе (по последним данным, дети гуляют не больше 15–20 минут в день), обеспечить регулярное питание. Полезно также выполнять специальные дыхательные и двигательные упражнения.

Первая помощь

Назовём основные приёмы первой помощи при перечисленных проблемах, не связанных с выраженным отклонением в развитии. Они легко осуществимы в домашних условиях, повышают активность ребёнка, концентрацию внимания, улучшают процессы запоминания разной информации (зрительной, слуховой, двигательной), способствуют самоорганизации, концентрации внимания, выносливости. Если эти простые способы компенсации не помогают, необходима консультация специалистов.

1. Начинать занятия с детьми рекомендуется с дыхательных упражнений. Кислород необходим мозгу, является залогом не только активности ребёнка, но и оздоровливает, гармонизирует, уравновешивает эмоциональную систему. Делайте эти упражнения вместе с ребёнком. Начните со стадии выдоха ртом, затем сделайте вдох носом, длительный выдох ртом, после небольшой паузы повторите циклы вдоха и выдоха. Обратите внимание, чтобы при вдохе оставались

спокойными плечи, дыхание желательно осуществлять диафрагмой. На первых этапах для улучшения контроля диафрагмального дыхания положите руку на область диафрагмы. На вдохе рука поднимается вверх, а на выдохе – опускается вниз.

2. Лёгкий массаж головы, рук, стоп успокоит и расслабит ребёнка, настроит его на гармоничное взаимодействие. Массаж головы производится обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке.

3. Детям с нарушениями активности (расторможенность, гиперактивность или, наоборот, вялость, замедленность, апатичность) полезны упражнения по сортировке предметов, мозаика, деление линий и верёвочек пополам; выполнение копирования фигур и изображений в альбоме; складывание разрезных картинок. Для развития речи – заучивание стихотворений, поговорок, скороговорок. Детям нравятся задания, где они выступают в роли старшего и находят разные неточности или ошибки в рассказах или смешных карикатурах. Всё, что заинтересовывает детей, вызывает у них живой эмоциональный отклик – активизирует мышление, стимулирует познавательный интерес.

4. Предотвращайте утомление ребёнка. Устраивайте минуты отдыха и релаксации, когда необходимо сбросить накопившееся напряжение и восстановить силы. Релаксация может проводиться как в начале или середине занятия, так и в конце.

5. Помните, что в день необходимо выпивать 25 миллилитров воды (не сока, не компота) на килограмм веса. Это улучшает концентрацию внимания, умственную и физическую активность, повышает стрессоустойчивость.

6. Народная медицина позволяет повысить активность мозга без лекарственных препаратов. Отвары из листьев крапивы способствует эффективному умственному развитию; отвар из череды повышает устойчивость к умственным нагрузкам; отвар из люцерны и эхинацеи, яблочный сок понижают утомляемость при высоких умственных нагрузках; экстракт элеутерококка стимулирует, укрепляет нервную систему, улучшает кровоснабжение головного мозга.

7. Продуманное применение музыки, цвета и запахов может повысить эффективность выполняемых упражнений, воздействовать на глубинные структуры мозга, опосредованно развивая его потенциал. Если ребёнок гиподинамичный, вялый, малоактивный, то ритмичная, в меру громкая музыка, оранжевый, фиолетовый, красный цвета окажут стимулирующее и тонизирующие действие. Медленная, плавная, негромкая музыка оказывает успокаивающее и расслабляющее действие на гиперактивного ребёнка. Запахи, вкусовые ощущения стимулируют работу мозга, активизируют подкорковые структуры, отвечающие за тонус коры. Эфирные масла аниса, апельсина, мелиссы оказывают антидепрессивное и успокоительное действие, устраниют детскую плаксивость и раздражительность, беспокойство. Эфирное мас-

ло бергамота способствует концентрации внимания, масло гвоздики стимулирует умственную деятельность и концентрацию внимания, а также восстанавливает организм после длительной умственной нагрузки; грейпфрут улучшает кровообращение, стимулирует творческое мышление; масло жасмина оказывает стимулирующие действие на развитие психики.

8. Определённым образом организованные движения глаз влияют на межполушарное взаимодействие, расширяют пространство зрительного восприятия, повышают энергетику мозга, активизируют кровообращение, предупреждают нарушение зрения. Современное обучение, к сожалению, строится таким образом, что глаза находятся почти неподвижно (книга, лист бумаги, экран компьютера или планшета). Отсюда и большое количество детей с нарушениями зрения. Попросите ребёнка на несколько секунд широко открыть глаза, затем сильно зажмурить. Это снимает напряжение и активизирует кровообращение в области глаз, улучшает зрение. При выполнении упражнений голова всегда должна быть фиксирована. Нужно следить глазами за предметом, расположенным на расстоянии вытянутой руки от переносицы в положении последовательно лёжа, сидя и стоя, в медленном темпе с фиксацией в крайних положениях. Повторять от 3 до 7 раз. При этом рекомендуется использовать яркие предметы, насадки на карандаши, маленькие игрушки и т. д. Вначале предмет передвигает взрослый, затем сам ребёнок

нок. Последовательно отрабатываются движения глаз по четырём основным направлениям: вверх, вниз, направо, налево, а также по четырём вспомогательным: по диагоналям, к себе (сведение глаз к центру) и от себя. Движения могут осуществляться по воображаемому контуру круга, овала, треугольника, квадрата, восьмёрки, знака бесконечности.



ВТОРОЙ БЛОК МОЗГА осуществляет приём, хране-

ние и переработку информации, поступающей из внешней среды через органы чувств (глаза, уши, нос, поверхность тела и др.). Этот блок включает в себя три области, которые обеспечивают способность распознавать разные стимулы: зрительные, слуховые, чувствительные. Этот блок мозга активно развивается с 3 до 7 лет. Его ещё называют «накопительным».

Височные области мозга обеспечивают слуховое восприятие, отвечают за способность запоминать услышанное. Дети с нарушениями в работе височной области мозга плохо понимают обращённую речь, им трудно даётся пересказ, они часто имеют нарушение произношения близких по звучанию звуков [л—р, ш—с и др.]. На письме это будет проявляться в заменах букв, в неумении проводить звуко-буквенный анализ слов. При проблемах с распознаванием звуков дети часто путают ударение, им трудно подобрать проверочные слова, выделить приставки, суффиксы, окончания.

Затылочные области мозга отвечают за зрительное распознавание и зрительную память. Превращая звуки в буквы, ребёнок не может правильно формировать и записывать в виде символов то, что он слышит. У школьников со сложностями в переработке зрительной информации будут ошибки при написании визуально сходных букв (ш—и, р—у, м—л, т—п и др.), пропуски, недописывание элементов

букв, лишние элементы. Например: шея – иея, тряпка – пяпка, монета – лонета. Для них характерно написание букв в зеркальном отображении. Символы пишутся правильно, но в другую сторону. Очень часто ошибки такого типа совершают левши. Например: Екатерина – Зкатерина.

Теменная область мозга отвечает за пространственную ориентацию. У детей с дисфункцией этого блока отмечаются нарушения почерка, трудности удержания строки, им сложно запомнить пространственное расположение элементов букв, часто встречается их искажение.

Несформированность второго блока вызывает стойкие проблемы с запоминания зрительной, слуховой, двигательной информации.



Первая помощь

Упражнения на развитие зрительной памяти для дошкольников

1. Упражнение «Семь картинок»

Перед ребёнком на 10–15 секунд выкладывается семь предметных картинок (чашка, яблоко, дом, машина, шапка, окно, ваза). Инструкция: «Посмотри внимательно на эти картинки и постарайся их запомнить как можно точнее». Затем образец убирается и ребёнок схематично рисует то, что запомнил. При недостаточном воспроизведении образец предъявляется ещё раз. После этого закрывается и образец, и то, что он рисовал в первый раз; ребёнок рисует всё заново. При необходимости эта процедура повторяется четыре раза. Нормативным является точное изображение всего ряда с третьего раза. Прочность сохранения информации исследуется через 20–25 минут без дополнительного предъявления эталона. Инструкция: «Помнишь, мы запоминали с тобой картинки? Нарисуй их ещё раз». Нормативом считаются две ошибки (забывание картинок, утрата их порядка, неверное изображение).

2. Упражнение «Весна»

Перед ребёнком кладётся картинка на 20 секунд. Инструкция: «Рассмотри картинку внимательно и постараитесь её запомнить». После чего эталон убирается и ребёнку задаются вопросы: «Какое время года на картинке? Какие растения и животные там изображены? Что происходит здесь (указывается верхний правый угол, середина листа)?» и т. п. Прочность сохранения информации исследуется через 20–25 минут. Перед ребёнком кладётся чистый лист бумаги. Инструкция: «Помнишь, мы запоминали большую картинку? Нарисуй её; можно схематически, можно простоставить крестики и очертить границы той или иной фигуры или фрагмента».

Упражнения на развитие слуховой памяти для дошкольников

1. Упражнение на запоминание двух групп по три слова

Инструкция: «Повтори за мной: дом, лес, ночь». Ребёнок повторяет. «Повтори ещё слова: мак, лампа, окно». Ребёнок повторяет. Затем спрашиваем: «Какие слова были в первой группе? Какие слова были во второй группе?» Ребёнок отвечает. Если он не может развести слова по группам, просим назвать все слова, которые запомнил. При неполноценном выполнении задания оно воспроизводится до четырёх раз.

2. Упражнение на запоминание семи слов

Инструкция: «Я скажу тебе несколько слов, а ты постараися их запомнить в том же порядке. Слушай: рыба, лыжи, утро, дрова, рука, дым, ком». Ребёнок повторяет по памяти. При неудачном воспроизведении слова повторяются до четырёх раз. После этого предложите ребёнку посчитать до 10 и обратно. Далее попросите вспомнить слова. Нормативным является полное воспроизведение с третьего раза.

3. Упражнение «Перескажи рассказ»

Инструкция: «Слушай короткий рассказ и постараися пересказать его как можно точнее» (Л. Толстой «Галка и голуби»). Оценивается точность пересказа, умение ответить на вопросы, понять скрытый смысл.

Галка услыхала, что голубей хорошо кормят. Обелилась в белый цвет и влетела в голубятню. Голуби её не узнали и приняли. Но она не выдержала и закричала по-галочки. Голуби узнали её и выгнали. Тогда она вернулась к своим. Но её тоже не признали и выгнали.

Упражнения на развитие внимания для дошкольников

1. Таблица Шульте

Инструкция: «Найди цифры от 1 до 16».

| | | | |
|----|----|----|----|
| 1 | 10 | 8 | 4 |
| 7 | 5 | 16 | 12 |
| 13 | 11 | 3 | 15 |
| 2 | 6 | 14 | 9 |

2. Таблица Анфилова—Крепелина

Инструкция: «Вычёркивай во всех строках только букву А. Затем только буквы Е и И».

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| А | М | О | И | Д | Т | И | Х | А | Л |
| Л | И | С | О | О | Д | Т | И | Л | А |
| П | С | А | Б | Р | Ы | Р | Б | О | М |
| Г | А | К | А | Х | У | А | И | О | Т |
| Е | Р | Д | А | О | Т | Е | П | К | О |
| А | Р | А | С | Л | Л | С | Е | Н | О |
| К | А | Б | Б | У | И | О | Л | И | Т |
| ъ | Е | Т | А | Г | В | Е | Р | Р | А |
| П | Р | О | Р | А | Б | А | С | У | Б |



3. Упражнение на связь слова с вниманием

Инструкция: «Возьми карандаш и положи его в карман.

Встань и посмотри в окно».



ТРЕТИЙ БЛОК МОЗГА – это блок планирования, ре-

гуляции и контроля деятельности. Его структуры расположены в передних, лобных отделах больших полушарий. Эти зоны мозга начинают активно включаться в работу с 6–7 лет и заканчивают своё развитие, по последним данным, после 20 лет (у девочек раньше, чем у мальчиков). Считается, что к 9–12 годам мозг завершает своё интенсивное развитие и преодолеть трудности, связанные с нарушением его функционирования, в дальнейшем будет намного сложнее.

У школьников с дисфункцией этого блока не получается писать плавно и безотрывно. Отмечаются непроизвольные повторы букв, слогов, пропуски. У таких детей долго не становится почерк, наблюдается замедленный темп письма. Ученики не видят границ предложений и слов. На приёме у специалистов мамы часто жалуются, что ребёнок учит правила, а применить их не может. Детям трудно произнести сложные слова, и они намеренно их пропускают, что ведёт к обеднению словарного запаса. Кроме того, путают окончания, неправильно согласуют слова в числе, роде и падеже. В речи они пользуются простыми предложениями, неточно формулируют мысль. Пересказ текста, составление рассказа, изложение событий повествования бывает непоследовательным, с пропусками отдельных фрагментов текста. Таким детям трудно организовать свою деятельность, в том числе выполнение домашнего задания, составить определённый план работы и следовать ему. Они не могут справиться без организующей внешней помощи взрослого. Нарушения явля-

ются стойкими, и обычными педагогическими методами их преодолеть не удаётся.

Пример из практики



На приёме мама с мальчиком – учеником 5 класса. Жалобы на то, что ребёнок отказывается учиться, допускает ошибки на письме. На первый план выступают трудности произвольной регуляции деятельности, переключения с одного задания на другое, удержания внимания, учебная несамостоятельность. В начальной школе маме удавалось полностью контролировать выполнение заданий, высаживать с сыном за уроками по несколько часов подряд. В результате у ребёнка выработалась пассивность, отсутствие мотивации к учёбе. В письменных работах отмечаются ошибки, связанные с нарушением работы передних отделов

мозга: учит правила, но не может применить на уроке, не хватает активности внимания, целенаправленности при выполнении заданий, почерк нарушен.



Первая помощь

Детям будут полезны упражнения на развитие плавности и слитности в любых видах деятельности. Пропишите в воздухе отдельные фигуры, для школьников – буквы, цифры при их изучении, а также элементы слияния букв при обучении слитному письму. Это будет не только очень интересным заданием, но и полезным. Попросите ребёнка прописать в воздухе произвольную фигуру или знак последовательно каждой рукой (обратите внимание, какая рука будет ведущей), затем – двумя руками одновременно и снова каждой

рукой. Глаза ребёнка должны следить за движениями рук.

Усложните задание. По команде (любая речевая инструкция) ребёнок должен переключаться на маленькие и большие знаки, прописывать ладонью или указательным пальцем. Важно также развивать умение переключаться с одного задания на другое, менять программу действий, подчиняться речевым инструкциям, правилам. Всё это развивает и формирует передние отделы мозга, которым принадлежит ведущая роль в развитии мышления и интеллекта.

Эффективны традиционные детские командные игры по правилам: вышибалы, казаки-разбойники, прятки и другие, а также виды спорта с правилами: шахматы, теннис, волейбол, фигурное катание и др.

Функционирование головного мозга, его энергетические возможности во многом зависят от окружающей среды, которую организуют, прежде всего, родители. У ребёнка обязательно должно быть личное пространство, своя зона отдыха, где он мог бы побывать один.

Основные факторы риска для головного мозга ребёнка, затрудняющие обучение:

1. Сокращение ночного сна (менее 9 часов), нарушение режима дня.
2. Учебная нагрузка больше 6–8 часов в день, плюс дополнительные занятия.
3. Снижение физической активности и сокращение про-

гулок на свежем воздухе приводят к недостатку кислорода в крови (мозг потребляет до 20 % кислорода, поступающего в организм).

4. Увлечённость гаджетами, недостаток живого общения с родителями. Без общения речь и коммуникативные навыки ребёнка будут развиваться с задержкой, произойдёт обеднение словарного запаса, речь будет невыразительной.

5. Нарушение режима питания, дефицит витаминов и минеральных веществ (цинка, магния, витамина D и др.).

6. Хронические соматические заболевания.



Как развиваются мальчики и девочки?



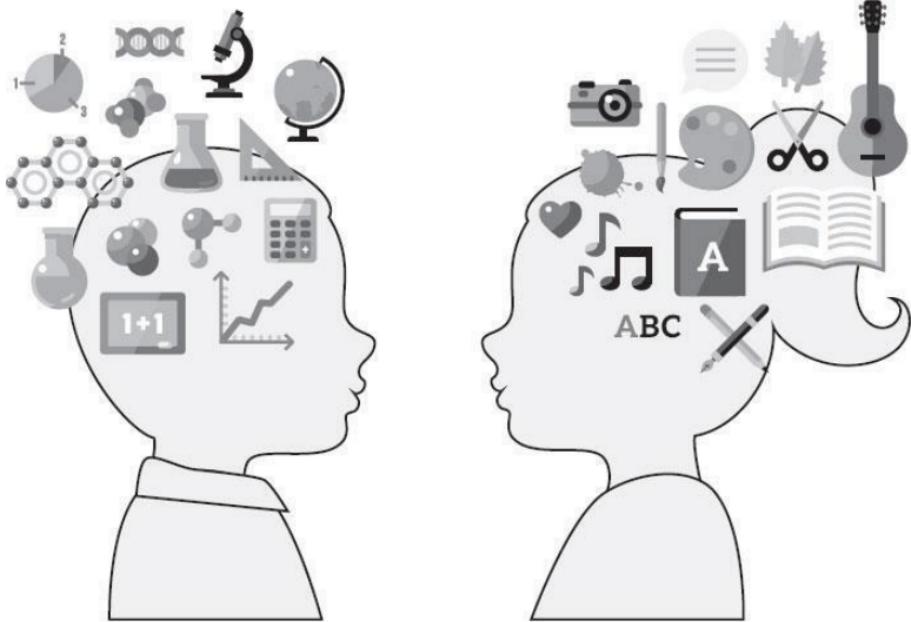
Существуют ли психические различия между мальчиками и девочками? Конечно же существуют! На уровне генетики и врождённой половой предрасположенности складыва-

ются взаимоотношения с миром, приобретается субъективный опыт познания. Но все эти процессы происходят под влиянием окружающей среды.

Выявлены интересные факты о раннем различии между мальчиками и девочками. Например, 6-месячные девочки проявляют больше активности, чем мальчики. Было установлено, что новорождённые мальчики спят хуже, чем девочки, и расстроить их может что-то новое или пугающее. Девочки же плачут, когда возникает угроза лишения общения с близкими и окружающими (когда их оставляли одних). Их плач называют «коммуникативным», а у мальчиков – «исследовательским».

Различия во взаимоотношениях мальчиков и девочек особенно ярко проявляются в дошкольном возрасте. Уже при рождении мальчиков укутывают в голубые конверты и кофточки, а девочек в розовые. Социальные ожидания заставляют ребёнка вести себя в соответствии с ними. Игры, одежда, мультфильмы делятся на «девчоночки» и «мальчишечки». Ребёнок начинает осознавать себя частью мужского или женского сообщества. Выйдя на прогулку с бабушкой, мамой, тётией и дедом, Саша Т. (мальчику 4 года) говорит бабушке: «Иди, бабушка, к своим девочкам (мама и тётя), а я с дедом пойду!»

В каком возрасте проявляются эти различия?



В 5–6 лет дети не только примеривают на себя разные социальные роли в игре, но и их речь приобретает половые различия. Учёные из Университета Миннесоты провели исследование записи речи детей 5–13 лет. По результатам исследования установлено, что гендерные различия появляются в речи детей уже в возрасте 5 лет. Исследователи считают, что причина таких различий кроется в копировании речи взрослых. Мальчики больше копируют мужские акценты и лексику, а девочки стараются передать женские нотки разговора.

Известно, что речевые нарушения у мальчиков встречаются почти в 2 раза чаще, чем у девочек. При коррекционной и развивающей работе мальчики

и девочки тоже требуют разного подхода. Девочкам важен сам процесс, им интересны новые задания, их надо переключать с одного вида деятельности на другую. Мальчики больше нацелены на результат. Подкрепление успешности в конце занятия для них важнее самого занятия. Если они знают, что в конце урока их ждёт награда, они будут старательны и усердны. Им спокойнее, когда не нарушается последовательность, установленный порядок заданий. Просто каждый блок надо наполнять новой темой. Предсказуемость значительно облегчает им существование.

Мозг мальчиков и девочек начинает развиваться одинаково, но существует весомое доказательство того, что у мальчиков мозг растёт быстрее (примерно на 200 мм^3 в день). Этот рост занимает больше времени, и в результате получается мозг большего размера. Объём мозга мальчиков достигает своего максимума примерно в 14 лет. Для девочек этот возраст составляет примерно 11 лет. В среднем мозг мальчиков на 9 % больше мозга девочек. Но на умственное развитие объём мозга не оказывает существенного влияния. Всё зависит от наполнения: серого вещества и нейронных связей.

Разница в строении некоторых областей мозга устанавливается в подростковом возрасте: если у дошкольников различия только намечаются, то у мальчиков-подростков связи между полушариями мозга уже хорошо выражены. У девочек межполушарные связи выстраиваются сначала в лобной

доле, а затем усиливаются связи височных, речевых долей. Этим во многом объясняются вербальные навыки у девочек (письменная и особенно устная речь), у мальчиков – навыки ориентирования в пространстве. Учёные связывают это с долгим процессом эволюции мозга наших предков, разными социальными задачами на выживание. Мальчик – будущий мужчина, а значит, охотник, воин, защитник. Женщине отводилась роль хранительницы очага и «социального работника», она лучше устанавливала связи с соплеменниками.

В последнее время гендерные особенности привлекают внимание специалистов разных областей – нейропсихологов, педагогов, врачей. Они приходят к выводу, что для гармоничного развития детей необходимо учитывать их половые различия и вместе с тем осуществлять индивидуальный подход к каждому ребёнку. Так мы дадим большую свободу выбора и самореализации, поможем сформировать устойчивую психику, базирующуюся на умелом использовании возможностей эмоций, и в результате – достаточно гибкое поведение.



Развиваем зрительное восприятие



Малыш родился, и первое, что он видит, – это лицо мамы. Центры мозга, ответственные за зрительное распознавание, сформированы уже к рождению. Но реагировать на яркий свет ребёнок начинает уже внутриутробно, где-то с 28-й недели. При ярком свете он начинает быстро моргать глазками. С каждым месяцем жизни мир ребёнка приобретает новое цветовое и предметное наполнение. Перед ним открывается просто феерическое действие! К месяцу он уже различает основные цвета спектра: красный, синий, зелёный. С трёх месяцев малыш может отслеживать перемещение предмета

в пределах комнаты. Первыми включаются в работу участки зрительной коры головного мозга, отвечающие за распознавание двигающихся объектов, так сложилось в ходе эволюции. Но мозг не развивается сам по себе. Ему нужны стимулы: яркие предметы и любящее окружение. Постепенно прокладываются первые нейронные пути, тропы и тропиночки, связывающие отдельные участки мозга: зрительный образ погремушки и её звучание соединяются в одно представление о предмете, зрительные затылочные области мозга соединяются связями со слуховыми височными. Потянулся к игрушке, достал – и вот ещё одна нейронная цепочка пролегла от зрительной коры к моторной. К пяти месяцам ребёнок учится различать не только цвета, но и величину и форму предметов. Выделяет среди людей «своих» – «чужих» по внешнему виду. К 8–9 месяцам зрительное восприятие становится более тонким – малыш подмечает мелкие предметы, соринки, бусинки и всё (будьте внимательны!) тянет в рот.

Если ребёнок предпочитает находиться в темноте, трудно преодолевает ступеньки, избегает яркого света, напряжённо смотрит на людей или предметы, избегает контакта «глаза в глаза», то необходимо проконсультироваться у врача (педиатра, невролога) или нейропсихолога. Эти особенности могут говорить о нарушениях в работе зрительной сенсорной системы или быть признаками других нарушений развития.

Как мы различаем цвета?

Видимый свет – это электромагнитные волны. Свет попадает на предметы и либо поглощается ими, либо отражается. Для лучшего понимания этого механизма, приведём пример. Красные розы поглощают электромагнитные лучи всех длин волн, кроме тех, которые соответствуют красному цвету. Волны именно этой длины отражаются, когда достигают глаза, в результате мы видим красный цвет. Если предмет имеет синий цвет, значит, волны этого цветового диапазона от него отразились. В то же время чёрные предметы поглощают волны всего видимого человеком цветового диапазона, а белые – отражают.

Нервы, идущие от наших глаз в мозг, перекрещиваются. В правое полушарие мозга попадает информация с сетчатки левого глаза, а в левую половину мозга – с правого. Это нужно для того, чтобы сформировать в мозге объёмную картинку.



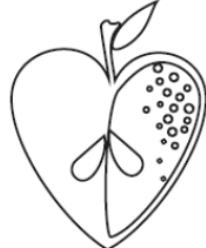
Затем зрительный сигнал обрабатывается в подкорковых центрах. Одни из них реагируют на суточные и сезонные

ритмы освещения (осенью, когда день уменьшается, нам так хочется спать, пока мозг не приспособится к новым условиям), другие центры чувствительны ко всему новому, что появляется в нашем поле зрения. Мозг сам принимает решение, реагировать ему или нет на поступающую информацию. Как мозг принимает решения? Нейробиологи отправляют к первоисточнику: «Спросите у него сами!» Вся зрительная информация, попадающая в мозг, распадается на отдельные части, кусочки, чтобы потом собраться в единый образ. Высшие зрительные центры находятся в затылочной доле больших полушарий головного мозга. Они занимают почти пятую его часть.

Учёные выяснили, что зрительная кора в первую очередь реагирует на линии и на движущиеся объекты. Объекты с чёткими контурами вызывают у нас больше доверия, и это учитывают дизайнеры и архитекторы. Центры распознавания лиц и эмоций являются врождёнными и поэтому имеют для нас значимую эмоциональную составляющую, играют большую роль в формировании невербального интеллекта, умения «считывать» информацию без слов. В зрительной коре головного мозга формируется объёмное изображение предмета, цветовое распознавание, а также фиксация сложных зрительных образов – всё, что связано с речью (текстов, рукописей, иероглифов). В опознавании зрительных образов большое участие принимает ассоциативная кора, зона перекрытия нескольких областей мозга, которая формирует

сложные обобщающие значения. Это область мозга созревает у детей только к школьному возрасту!

До двух лет дети учатся распознавать реалистичные предметы. На основе своего опыта они их сравнивают, выделяют существенные признаки. Маленьким детям до двух лет показаны реалистичные игрушки, наиболее приближенные к оригиналу, но совершенно не показаны мультики. После двух лет зрительное восприятие усложняется, и детям уже доступны стилизованные изображения (зачёркнутые, наложенные и т. д.).



Если ребёнок путает изображения яблока и груши, стула

и табурета, помидора и колеса, то у него может быть нарушено зрительное восприятие. Такое нарушение в нейропсихологии называется зрительной агнозией. В этом случае возникают трудности опознавания зрительных образов при сохранном зрении. Дети путают изображения предметов, в речи у них долго не формируются классификации и обобщения. Задерживается формирование речи мышления и логики. В школе у детей с нарушением зрительного восприятия отмечаются трудности формирования чтения и письма, они долго не могут запомнить буквы и цифры, путают графически сходные знаки.

Пример из практики



Вова П. (мальчику 8 лет, он ученик 2 класса). Ребёнок не может освоить чтение и письмо. Мама отмечает, что ещё до школы ему никак не удавалось

запомнить буквы, он так и не научился хорошо читать, постоянно путает зрительно похожие буквы на письме и при чтении. Так, буква «н» опознаётся им как «м», буква «и» как «ш».

Причиной сложностей в освоении символов (букв, цифр) является зрительная агнозия, нарушение зрительного восприятия и запоминания. Дети с буквенной агнозией смешивают буквы по зрительному сходству, расположению элементов букв, для них характерно зеркальное восприятие. В школе у таких детей может наблюдаться дислексия или дисграфия. Дислексия – это трудности овладения чтением, а дисграфия – письмом. За рубежом достаточно устоявшимся является мнение, что дисграфия не бывает без дислексии, поэтому термином «дислексия» обозначаются одновременно и нарушения чтения, и нарушения письма.

В настоящее время нет единого мнения о причинах возникновения дисграфии и дислексии. Известны случаи семейного наследования дислексии. Часто дислексия встречается у левшей, детей с речевыми нарушениями.

При стойких трудностях обучения, «глупых», как их называют учителя, ошибках необходимо получить консультацию у логопеда или нейропсихолога. Специальные упражнения и задания помогут развить зрительное восприятие и значительно улучшить чтение и письмо. Важно помочь ребёнку раскрыть свои способности, а не ругать за недостатки, с которыми он не может самостоятельно справиться из-за особен-

ностей функционирования мозга. Кстати, установлено, что Леонардо да Винчи и многие другие выдающиеся личности были дислексиками!

Уровень развития зрительного восприятия к школе

Чтобы в школьном возрасте избежать трудностей обучения, надо позаботиться об этом заранее. Дошкольник 6–7-летнего возраста должен уметь ориентироваться в схематических изображениях реальных объектов и явлений и находить сходство и различия сложных графических изображений, группировать их. Эти навыки в начальный период обучения научат ребёнка осознанному зрительному анализу графических изображений: умению вычленять отдельные элементы, соотносить их друг с другом, соединять воедино графический образ. Все эти проблемы достаточно легко решаемы для детей дошкольного возраста. Если же время упущено, добиться необходимого уровня развития зрительного анализа и правильной ориентации в пространстве становится значительно труднее.

Оцените, насколько у ребёнка развито зрительное восприятие (гноэзис) и готов ли он к овладению письмом.

Умеет ли он:

- определить размер предмета и расстояние до него на

глаз;

- сравнивать предметы по высоте, величине;
- определять расположение в пространстве.

Это важно, так как в русском алфавите много букв, сходных по начертанию, – их отличие заключается только в разнице между одним элементом или в пространственном расположении одних и тех же элементов. При нарушении зрительного анализа ребёнок будет путать при чтении и письме похожие буквы (Р – В, Б – В, М – Л), а также редко встречающиеся буквы (Ч – Ц, Ч – Ф). При зрительно-пространственных нарушениях будут путаться буквы, состоящие из одних и тех же элементов и сходные по написанию (З – Е).



Развивающие задания

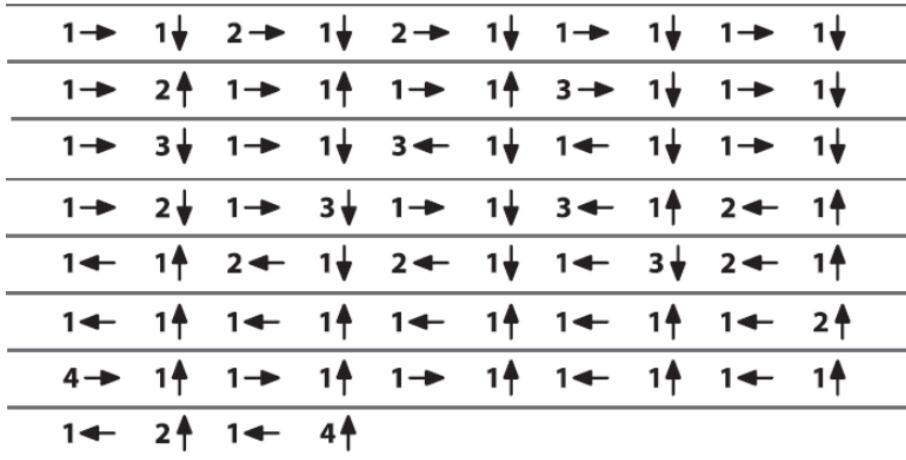
Тренировка зрительного и пространственного восприятия полезна всем дошкольникам. Это поможет лучше запомнить буквы, быстрее овладеть чтением и письмом.

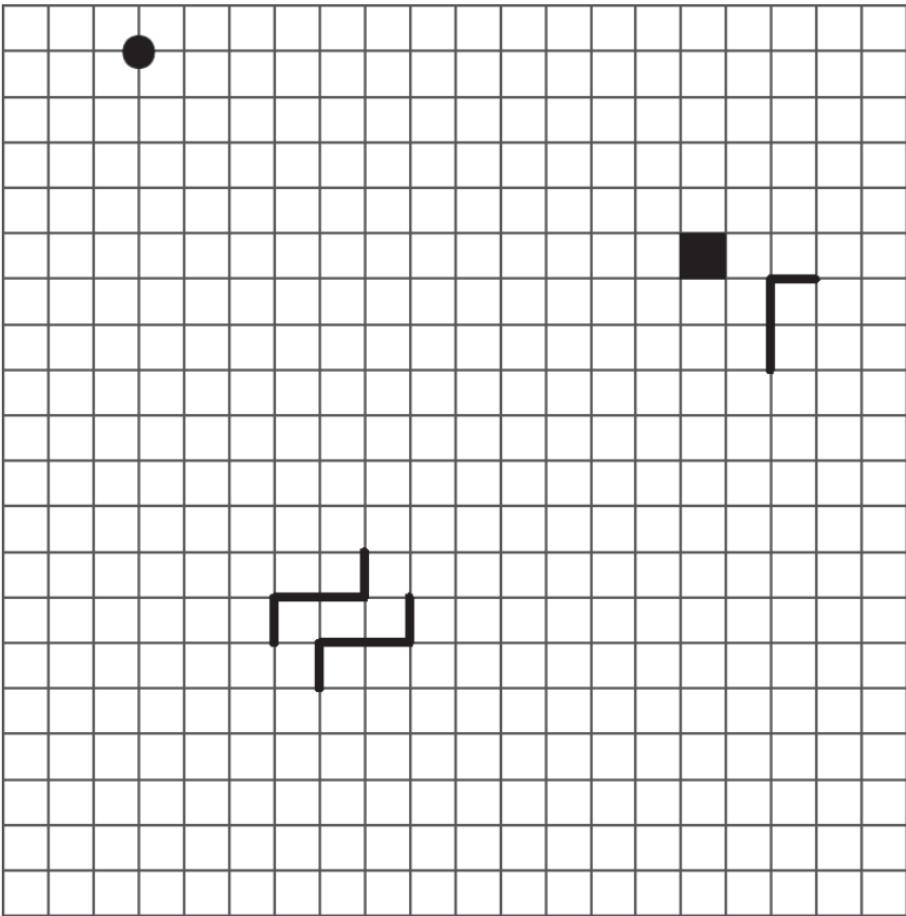
Если ребёнок допускает неточности (больше половины заданий), выполняет задания медленно, часто исправляет допущенные ошибки, позанимайтесь с ним дополнительно. Используйте упражнения в конце книги (см. с. 192), а также рекомендуемую литературу (с. 223). При повторяющихся,

стойких ошибках обратитесь к специалистам для полного обследования.

1. Графические диктанты, рисование по точкам и клеточкам, выполнение различных видов штриховок.

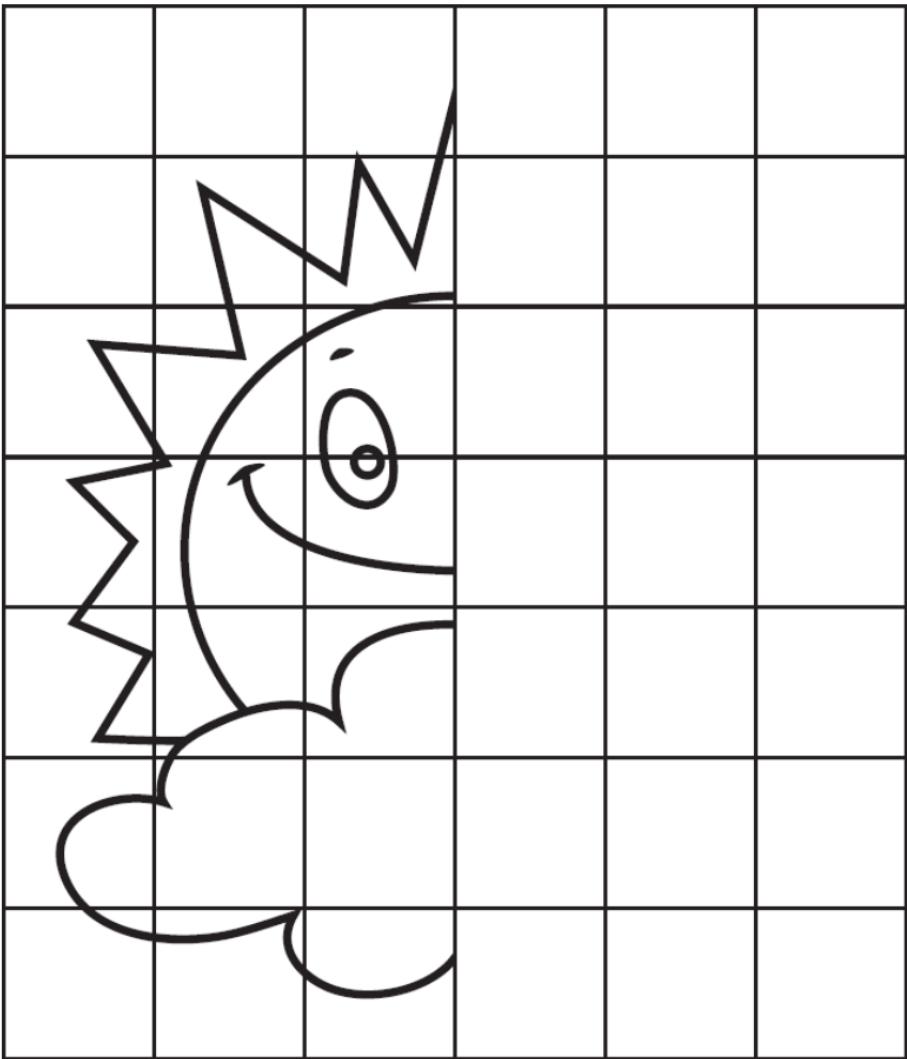
Инструкция: «Проведи линии от точки, используя подсказку. Кто у тебя получился? (Птичка.) Раскрась».







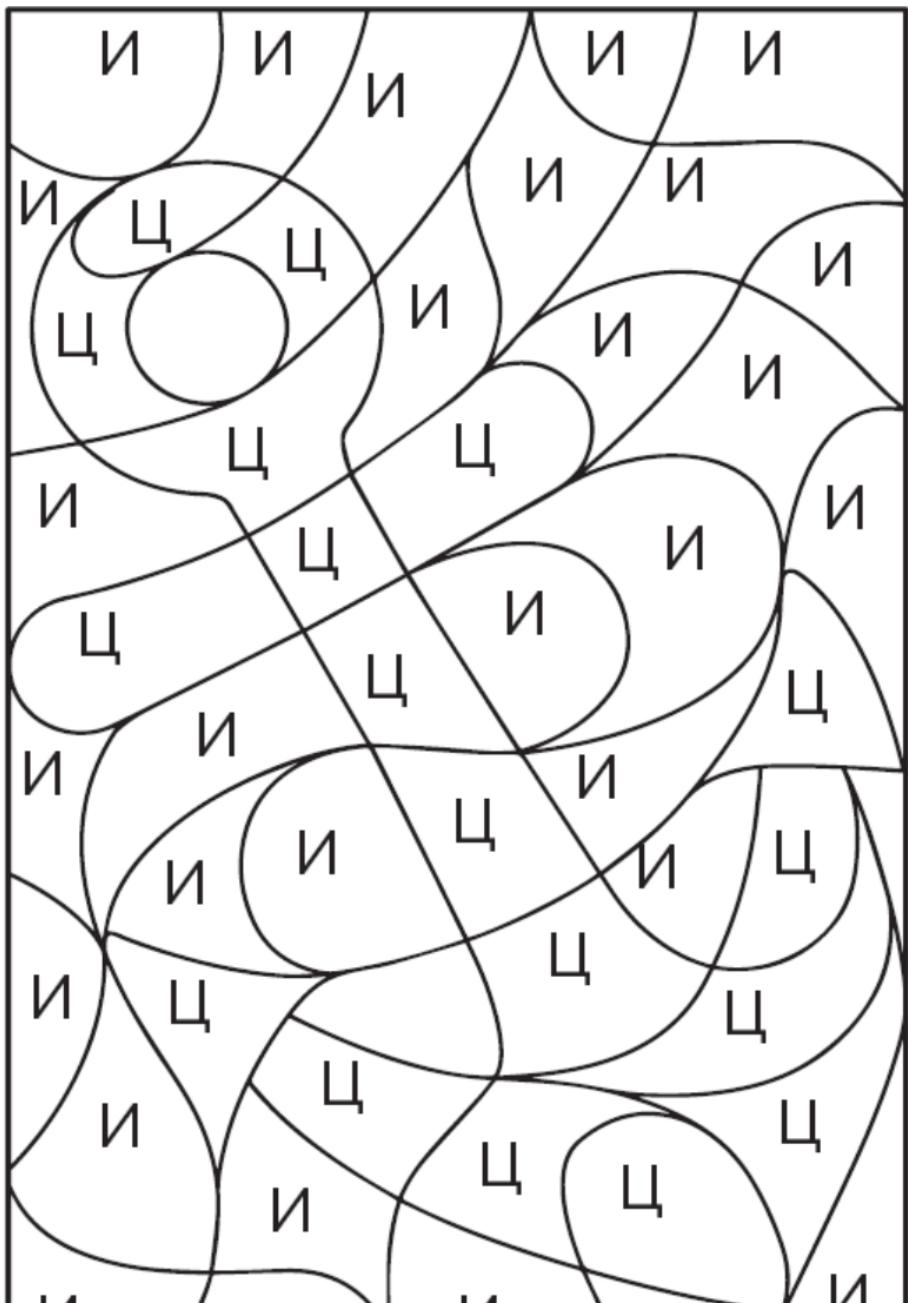
Инструкция: «Кто это (что это)? Дорисуй».



2. Нахождение и выделение нужного элемента из целого изображения.

Инструкция: «Закрась участки с буквой «Ц» жёлтым, а

с буквой «И» – синим. Что у тебя получилось?»



3. Нахождение отличий в изображении.

Инструкция: «Найди пять отличий».



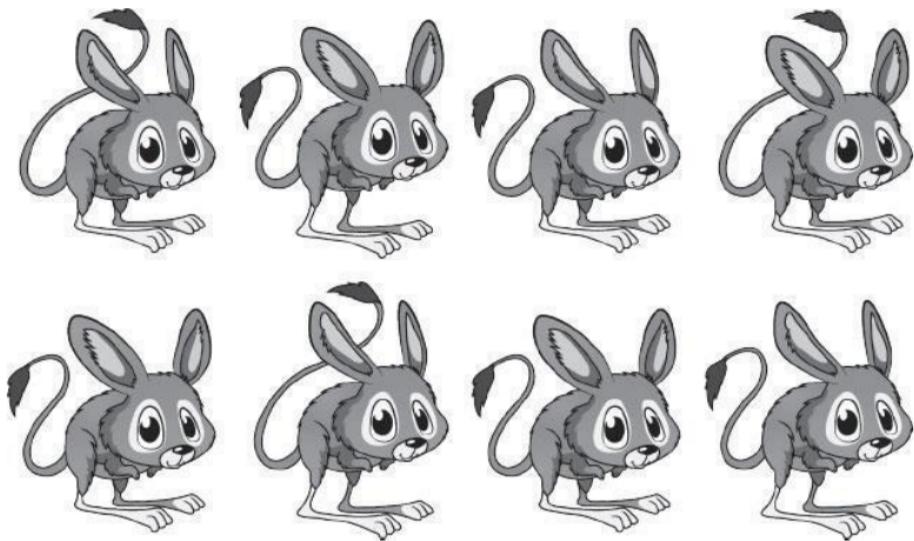
4. Нахождение сходных элементов в изображении.

Инструкция: «Соедини линиями каждый транспорт и

его тень».

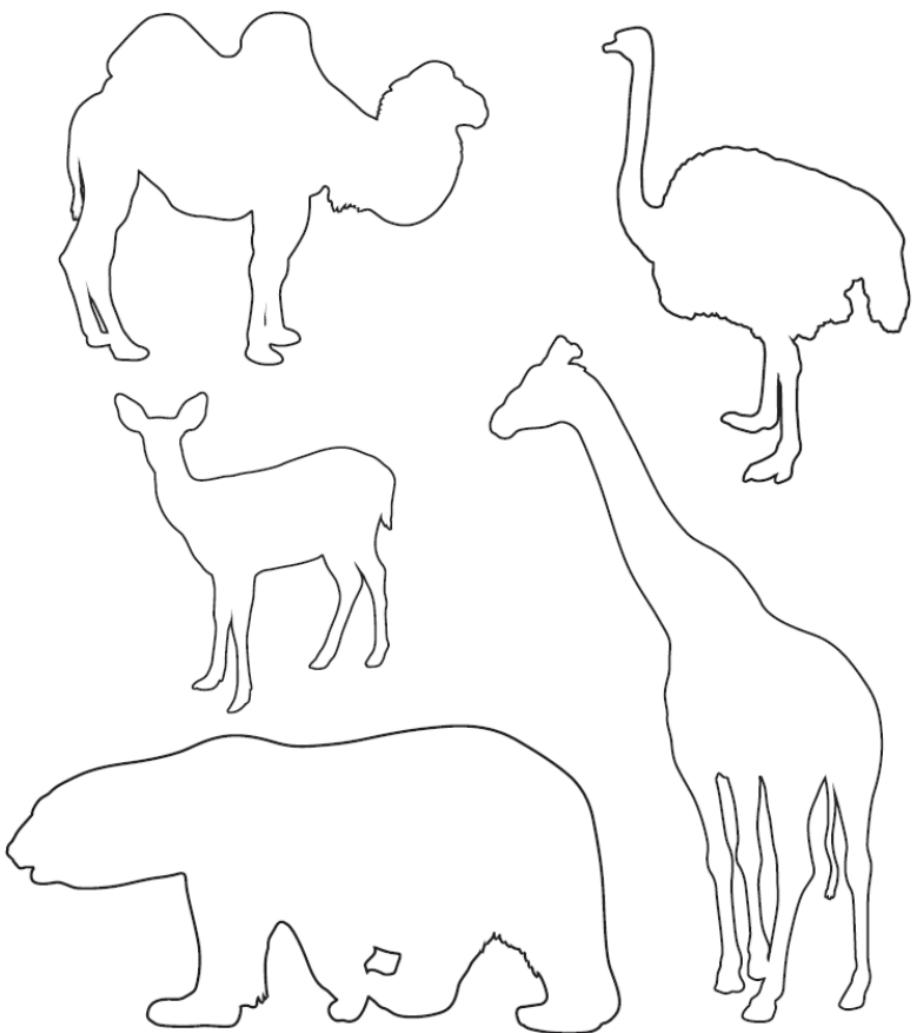


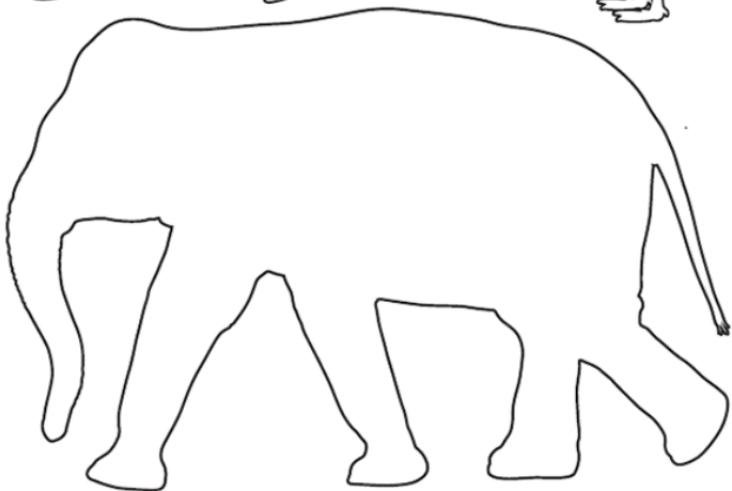
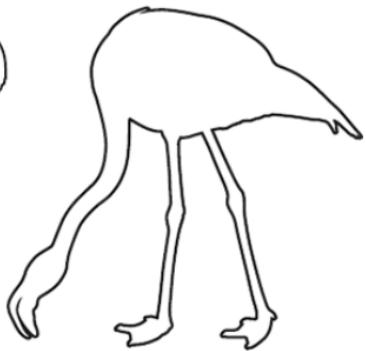
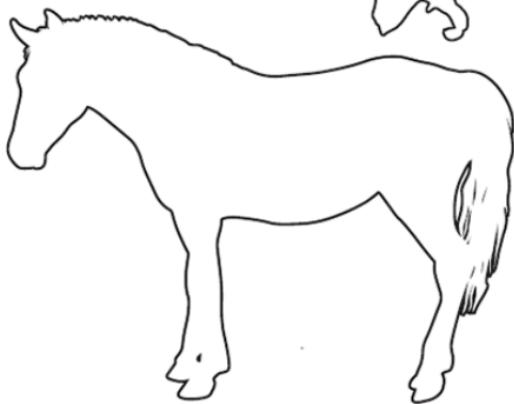
Инструкция: «Найди двух одинаковых тушканчиков».



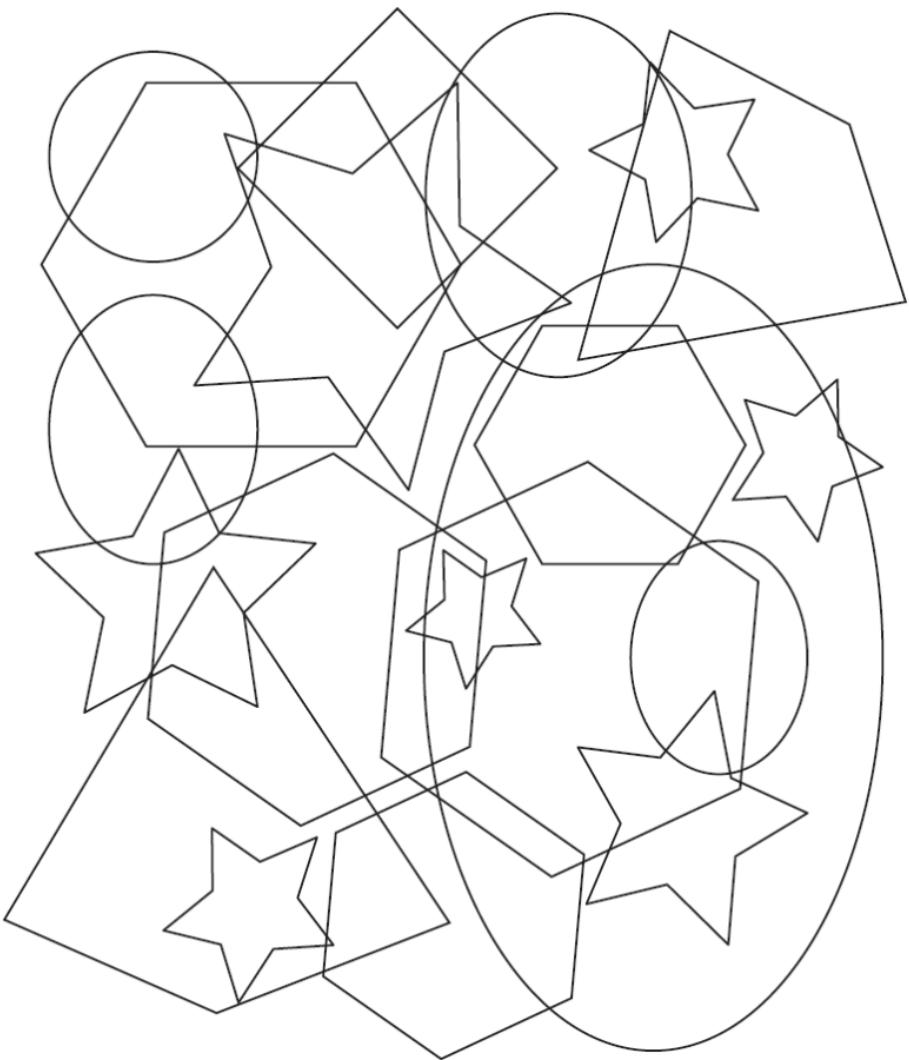
5. Узнавание предметов по контурному изображению и деталям рисунка.

Инструкция: «Назови всех изображённых животных».

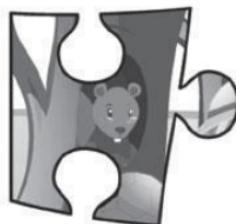
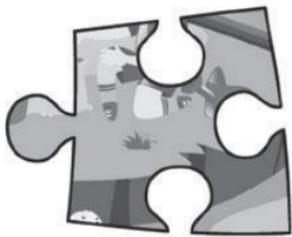
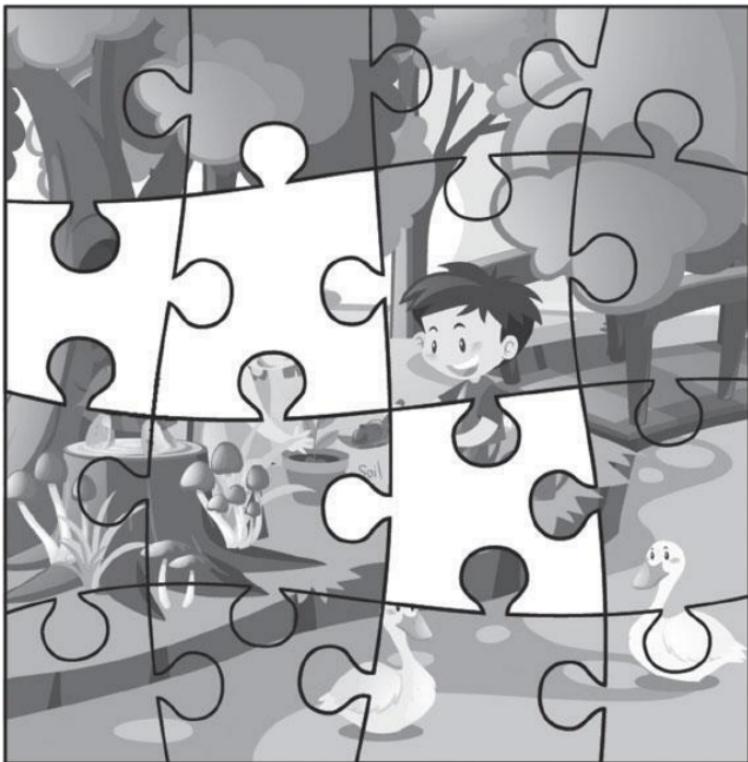




Инструкция: «Найди на картинке все звёзды и раскрась их».

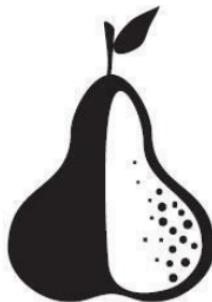
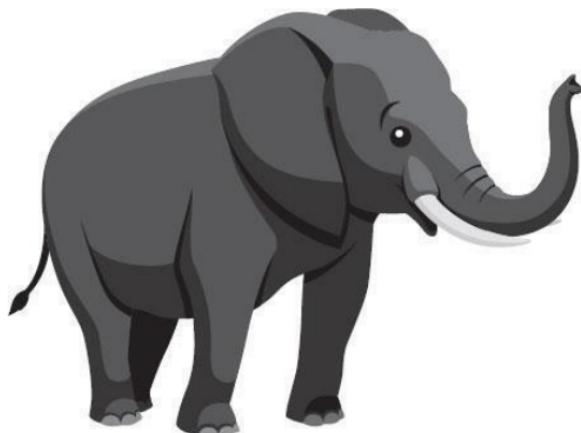


6. Разрезные картинки и пазлы.

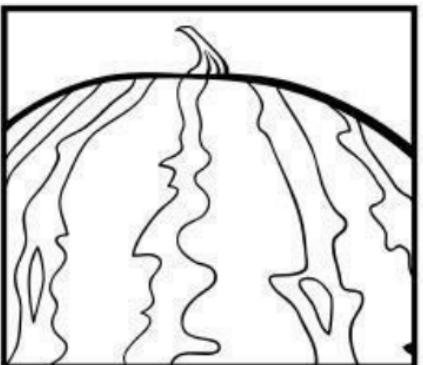
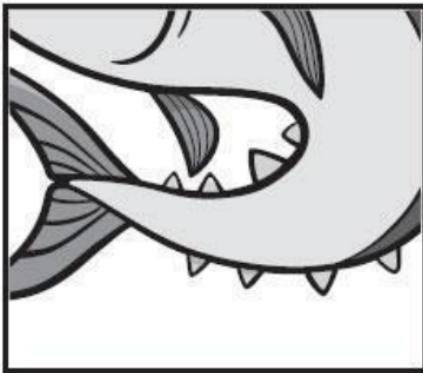
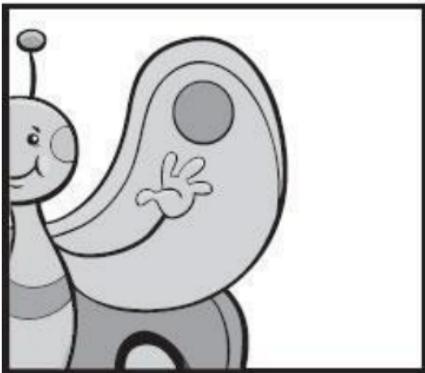
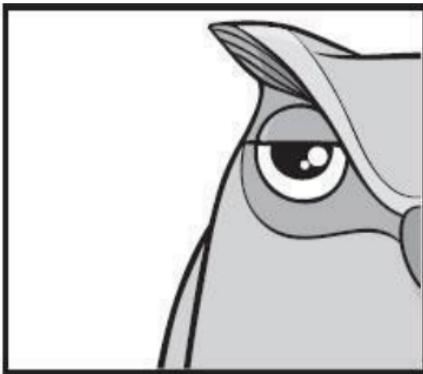


7. Сравнение зрительных образов предметов одного класса с выделением дифференцированных признаков.

Инструкция: «Что общего между слоном и мамонтом (грушей и яблоком, чашкой и стаканом, стулом и креслом и т. п.) и чем они отличаются друг от друга?»

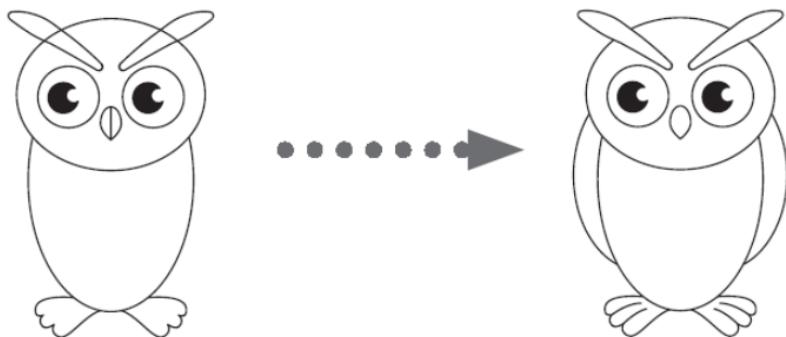
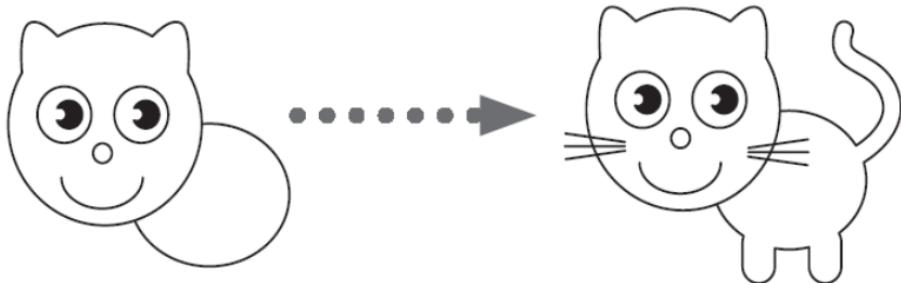
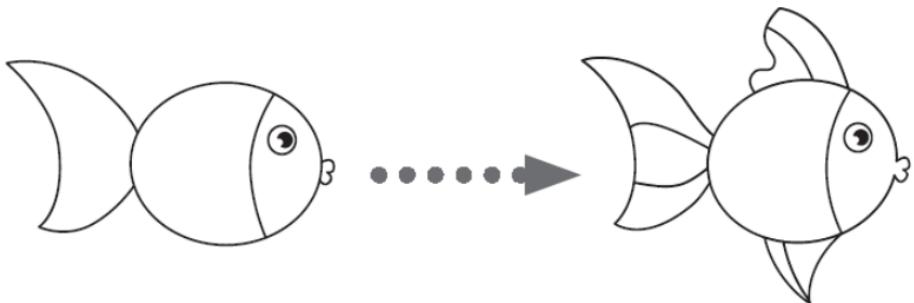


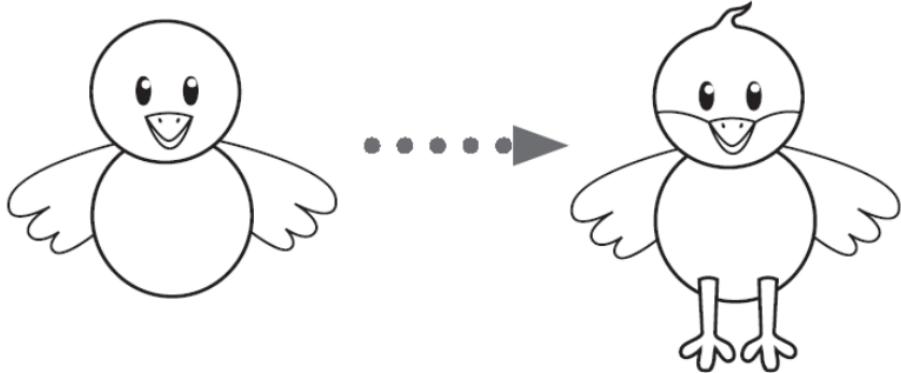
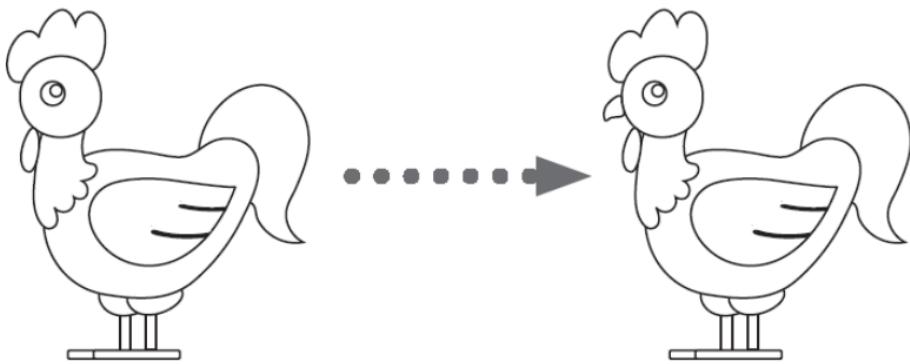
8. Распознавание предмета по фрагменту.



9. Нахождение и выделение нужного элемента из целого изображения.

Инструкция: «Дорисуй недостающие детали изображения».





Упражнение «Кто спрятался?»

Инструкция: «Найди на рисунке зайца».



10. Усвоение пространственных отношений (на, над, под, за, правый—левый).

Ребёнку предлагают рассмотреть изображение, определить пространственное расположение предметов, раскрасить необходимые детали.

Инструкция: «Рассмотри изображения. Покажи и назови, где находится мальчик».



11. Развитие зрительного внимания и памяти

На столе располагают определённым образом геометрические фигуры. По сигналу взрослого ребёнок закрывает гла-

за, взрослый меняет расположение фигур. Ребёнок должен объяснить, что изменилось.

12. Игра «Собери картинку»

Картины с изображением знакомого ребёнку предмета разрезают на несколько частей. Ребёнка просят собрать картинку.

13. Игра «Составь фигуру»

Ребёнку предлагаются отдельные детали какого-либо предмета, которые надо соединить так, чтобы получился заданный предмет.

14. Игра «Разрезной квадрат»

Однаково окрашенный с обеих сторон квадрат 5×5 см из картона или пластика разрезают на части в соответствии со схемой. С помощью полученных частей по предлагаемым образцам ребёнок собирает буквы алфавита.

15. Игра «Цвета»

Ведущий предлагает за 1 минуту назвать пять предметов определённого цвета (синего, красного, жёлтого, коричневого, чёрного, зелёного и т. д.). Повторять предметы не разрешается. Тот, кто за 1 минуту не сможет назвать пять предметов нужного цвета, выходит из игры. Победителю даётся право стать ведущим и предлагать цвет для дальнейшей иг-

ры.



Развиваем слуховое восприятие



Иметь хороший физический слух ещё не значит слышать, понимать услышанное. Мы, например, можем прекрасно слышать незнакомую нам иностранную речь, но при этом лишь догадываться, о чём идёт разговор, в зависимости от ситуации.

Стойкие речевые трудности у детей часто обусловлены нарушением восприятия речи на слух. Родители, особенно папы, чётко формулируют запрос к специалисту: «Вы нам скажите точно: почему ребёнок не говорит, когда он заговорит и сколько надо провести занятий, чтобы он заговорил?»

Но бывает очень непросто разобраться, что является пер-

вопричиной, а что следствием. Плохое понимание обращённой речи задерживает или нарушает формирование собственной речи, памяти, внимания, вызывает трудности коммуникации и, как следствие, нарушение поведения и речевой негативизм (то есть стойкое нежелание говорить). Поэтому вопрос о сохранности слуха стоит на первом месте у детей с тяжёлыми речевыми нарушениями. Для точной оценки слуха у детей обычный визуальный осмотр отоларинголога не даёт объективной информации. Уже при потерях слуха 1-й степени (20–40 дБ), при которой взрослый человек может не испытывать проблем восприятия речи, ребёнок не различает в обычной речи наиболее тихие её компоненты – глухие, шипящие, свистящие согласные, окончания слов, предлоги, приставки. И как следствие, у него долго не формируется правильное звукопроизношение, отмечаются ошибки согласования слов, неправильно строятся предложения.

Родители утверждают, что ребёнок хорошо слышит бытовые шумы и окружающие звуки: звонок в дверь (первым бежит, когда папа приходит с работы); шум льющейся воды или звуки музыки, но при этом он может не понимать обращённую к нему речь. Его надо несколько раз попросить о чём-то, он не может показать, где у кошки усы, а где уши. Значение этих слов меняется всего лишь от одного звука, который является смыслоразличительным. Его называют фонемой. За распознавание близких по звучанию звуков отвечает фоне-

матический слух. Он осуществляется при участии височных областей левого полушария головного мозга. Если эти области дают сбой в работе, то для ребёнка звучат одинаково слова «каша» и «касса», «кот» и «год». Не различая близкие по звучанию звуки, он и сам будет путать их в речи, произноситьискажённо, неточно употреблять слова, делать ошибки в ударениях.

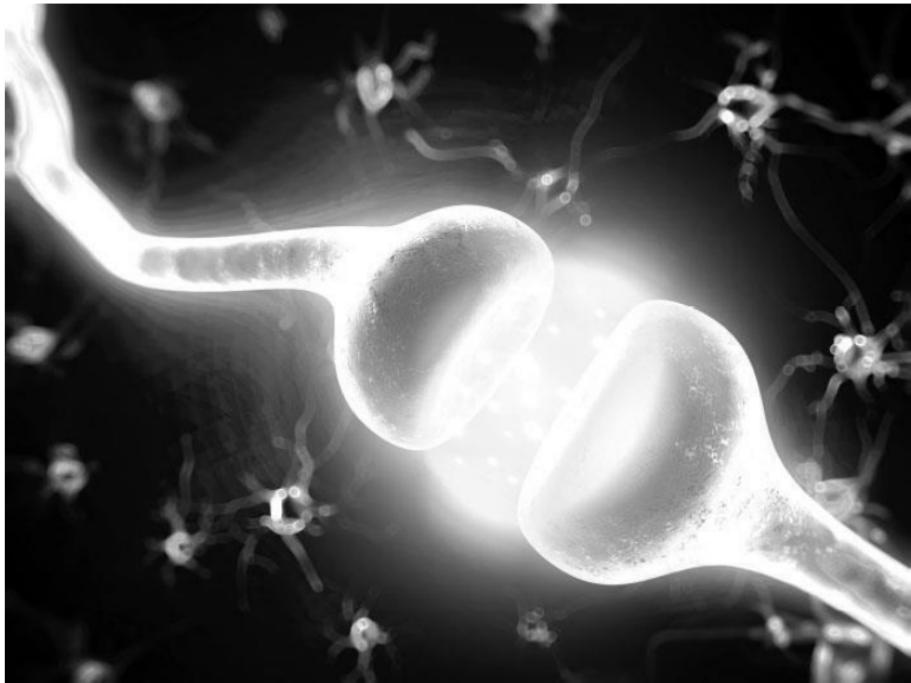
Если эти нарушения не выявлены и не исправлены вовремя, в школе они будут проявляться уже в письменных работах и/или при чтении. На основе нарушений фонематического слуха могут возникнуть нарушения письма и чтения (акустические дисграфия и дислексия). С чем это связано? Почему визуального осмотра отоларинголога бывает недостаточно, чтобы убедиться, что неговорящий малыш хорошо нас слышит? Чтобы ответить на эти вопросы, рассмотрим немного подробнее, как работает наш слух.

Как мы слышим?

Немного из анатомии и физиологии слуха. Речь – это звуковые волны, которые передаются по воздуху. Они улавливаются ухом и преображаются в электрические импульсы. Попадая в наружное ухо, звук проходит через ушной канал к барабанной перепонке. Тонкие косточки в среднем ухе воспринимают её колебания. Из среднего уха звук передаётся во внутреннее ухо, где волосковые клетки (эти клетки име-

ют волоски разной длины, каждый из которых изгибаётся в ответ на определённую частоту звука) преображают звук в электрические импульсы. Волоски соединены с короткими отростками нервных клеток (дendритами), которые мгновенно активизируются и передают электрические сигналы по аксонам (длинным отросткам нервных клеток), идущим в мозг. Достигая мозга, сигнал заставляет аксон выбрасывать особую химическую смесь (нейротрансмиттеры) на ближайший синапс.

Как устроен синапс, место передачи информации в мозге?



Нейрон (нервная клетка) и дендрит (один из её коротких отростков) получают информацию от других нейронов, а аксон (тоже отросток нервной клетки, но длинный) передаёт информацию от одной нервной клетки к другой. Длина аксона может быть от долей миллиметра до метра и более (например, у жирафа или кита). Вблизи своего окончания аксон обычно разделяется на многочисленные мелкие отростки, которые очень близко подходят к телам или дендритам других нервных клеток, но не соприкасаются с ними вплотную. В этих областях, называемых синапсами, информация передаётся от одного нейрона к другому с помощью химических веществ, которые синтезирует сама нервная клетка. Эти вещества называются медиаторами. Одни из них тормозят проведение нервного импульса, другие усиливают. Мозг сам решает, какую информацию блокировать, а какую пропустить в первую очередь. Учёные до сих пор не смогли выяснить, что на это влияет.

Интересный факт: синапсы способны утомляться! Ведь они работают с большой скоростью, проводят 50–100 нервных импульсов в секунду. Резервы мозга истощаемы. Вывод: если ребёнок перегружен, утомлён, не способен усваивать новое, дайте ему отдохнуть. Мозгу необходимо время для восстановления работы. Тренируют синапсы, делают их более выносливыми не мозговые штурмы перед экзаменом, а регулярные умственные нагрузки. Необходимо постепенное и

дозированное обучение новому материалу.

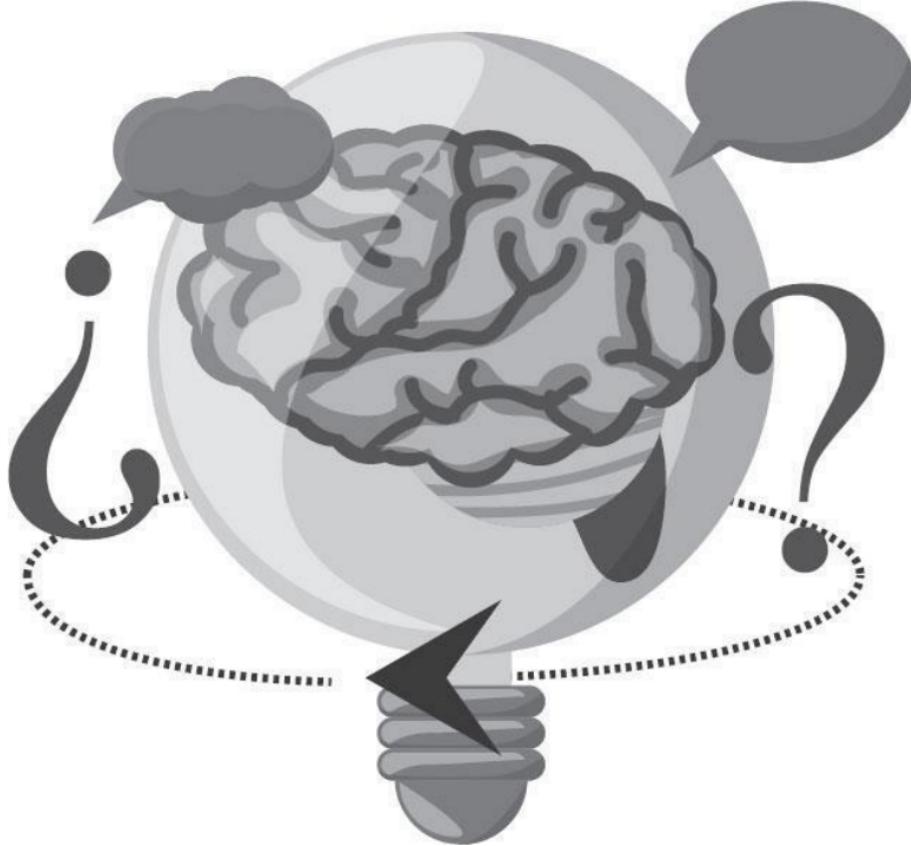
Для того чтобы ребёнок сознательно воспринял звук и мог ориентироваться по нему, сигнал должен дойти до речевого центра слуха, который находится в височной области коры левого полушария. Мозг не ищет простых путей, поэтому сигнал направляется сначала вниз, под поверхность серого вещества (скопление нервных клеток, кора мозга), и проникает в белое вещество мозга. Белое вещество в основном состоит из длинных отростков нервных клеток, аксонных «проводов», передающих информацию от одного центра коры к другому со скоростью до 400 километров в час. Аксонные «проводы» заключены в жировую оболочку, называемую миелином. Это своего рода изоляция, которая значительно улучшает качество связи внутри мозга. Повреждение миелиновой оболочки, нарушение её формирования часто приводят к тяжёлым проблемам в развитии ребёнка. Благодаря миелину сигнал может передаваться на несколько метров почти без искажений (как у жирафа или кита). Мозг часто представляют как компьютер. Серое вещество можно представить как чипы, анализирующие разные виды информации, а белое вещество – проводники, передающие информацию между этими чипами.

Многочисленные повторения приводят к тому, что в мозгу образуются стойкие нейронные связи между отдельными областями, которые соединяют даже отдалённые участки серого вещества, позволяя мозгу автоматически выполнять

сложные действия. Мы называем это автоматизацией. После долгих повторений дети учатся связывать звучание слова «кошка» с образом пушистого четвероногого зверя. Любой элемент этой системы автоматически подключает остальные.

Повторяющийся негативный опыт тоже может устанавливать нейронные связи, поэтому обучение и воспитание ребёнка должны проходить в максимально доброжелательной обстановке, позитивный настрой формирует полезные для мозга связи.

Общая схема прокладки аксонного «кабеля» намечается ещё до рождения, когда аксоны начинают формироваться и пробивают себе путь в лабиринтах нервных клеток. Общие детали этой схемы могут варьировать от одного человека к другому, но принцип устройства этой системы у всех одинаковый. Слуховая информация в виде электрического импульса должна дойти до места считывания и распознавания. Если на этом пути что-то складывается не так, сигнал искается и плохо опознаётся мозгом. При нарушениях в работе электрических сетей лампочка в доме то загорается, то гаснет. Так и ребёнок, то всё слышит, то как будто где-то «зарисует». Один мальчик мне так и сказал: «Я не могу включиться!»



Эти «неполадки» могут быть временными или постоянными. Трудности восприятия речи на слух могут произойти из-за заболевания или неправильного формирования наружного и среднего уха, повреждений слухового нерва или в результате сбоев в работе слуховых центров мозга. Если нарушается работа слуховых центров, то ребёнок слышит, но не понимает обращённую речь. Отоларингологи не находят на-

рушений физического слуха. В этом случае врачи рекомендуют сделать слуховые вызванные потенциалы (ВП), которые могут показать, где именно произошла задержка прохождения слухового импульса на уровне мозга. У детей с речевой патологией и школьными проблемами врачи постоянно находят эти нарушения, причём тяжесть нарушений соответствует величине задержки прохождения слухового сигнала по данным ВП. В этом случае необходима консультация врача и соответствующая помощь.

Фонематический слух начинает формироваться с 6-месячного возраста. К началу третьего года жизни ребёнок способен различать на слух все звуки речи родного языка. На основе фонематического слуха формируется фонематическое восприятие, способность различать фонемы и определять звуковой состав слова. Фонематическое восприятие формируется в процессе занятий и лежит в основе процессов обучения письму и чтению. Из звуковых сигналов мозг извлекает часто встречающиеся признаки, опознаёт их по множеству особенностей и придаёт им смысл. Например, слова «фата» и «вата» акустически звучат сходно, за исключением первых нескольких миллисекунд. Эту сложную работу проделывает слуховой центр коры мозга, или центр Вернике. Там происходит смысловое, фонематическое восприятие и распознавание. Есть убедительные данные, указывающие на то, что в мозговой организации невербального, в том числе и музыкального, слуха ведущую роль играет правая височная об-

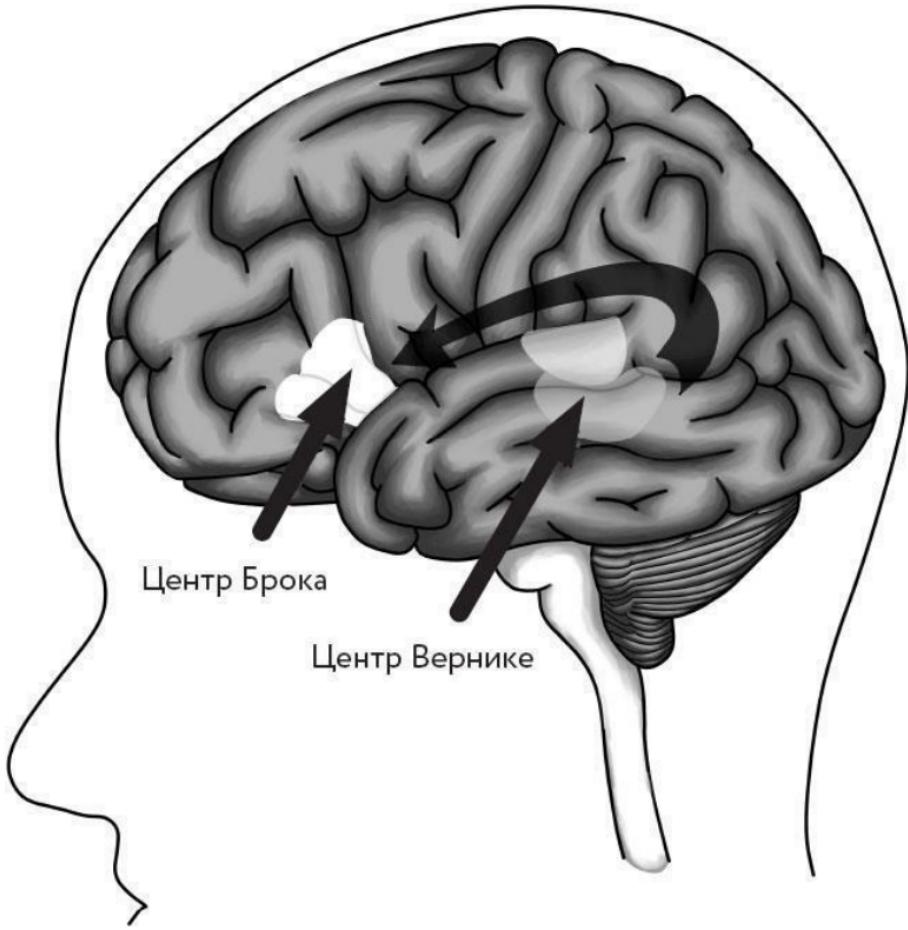
ласть.

Разные области мозга соединяются в единый механизм и работают как одно целое, обеспечивая всю полноту восприятия окружающего мира. Из речевой памяти возникают зрительные образы слов, заставляя нас улыбнуться при звуках морского прибоя, любимой песни или голоса родного человека. При подозрительных звуках в лесу мы не задумываясь пустимся наутёк, стремясь подальше унести ноги. Так срабатывает наш мозг: не дожидаясь анализа ситуации, он обеспечивает нам выживание.

Речевой центр был открыт в 1876 году Карлом Вернике – 26-летним студентом медицины из Германии. Наблюдая за пациентами, он обнаружил, что повреждение задней части височной доли левого полушария головного мозга нарушает понимает речи. Чуть раньше Поль Брока открыл центр, который отвечает за артикуляцию, моторную организацию речи. При повреждениях или незрелости этого центра у детей нарушается артикулирование, целенаправленное движение языка, губ, щёк. В этом случае нарушается речевая моторика. Слова и фразы произносятся с трудом, становятся отрывистыми, с паузами, звуки искажаются.

Речевые центры работают совместно. Звуковые сигналы из центра Вернике попадают в моторную кору (центр Брока), которая управляет губами и языком. Если страдает центр Брока, то отмечаются трудности управления движениями

губ и языка. Маленькие дети имеют незрелые речевые центры, нестойкие связи между ними, поэтому речь до определённого возраста может быть нечёткой, с ошибками и искаражениями. Это период физиологического косноязычия, то есть норма. При нарушениях в работе речевых центров или связей между ними формирование речи задерживается и нарушения проявляются по-разному. Кто-то не может говорить, «мычит», «ыкает», но прекрасно всё понимает, а у другого много слов, но их невозможно разобрать, ребёнка никто не понимает. Специалисты называют это логореей. Подход к исправлению нарушений будет разным. Оценить речевое нарушение и составить программу коррекции может только специалист.



Центр Брока

Центр Вернике

Мозг каждого человека создаёт свою реальность. Нейроны, нервные клетки не просто передают сигналы, поступающие из окружающей среды через наши органы чувств (глаза, уши, нос и др.), и позволяют мозгу повторно воссоздавать всё, что мы видим, слышим, обоняем. Простые стимулы

окружающей среды, попадая в наш уникальный мозг, ещё и окрашиваются, наполняются нашими собственными интерпретациями и эмоциями. В этом и состоит неповторимость и ценность каждой личности.

Но не только повреждение или незрелость слуховых зон коры, снижение физического слуха, нарушение проводящей системы мозга могут приводить к трудностям формирования речи. Окружающая среда оказывает непосредственное влияние на развитие ребёнка и его мозга. Быстрая и нечёткая речь взрослых может нарушать формирование речи малыша. Дети – великие подражатели! На это указывают многие учёные, в том числе американский нейробиолог П. Талле. Поток быстро звучащей и нечёткой речевой информации мозг некоторых детей не может обработать, его собственный «процессор» ещё не набрал нужную скорость. Даже в школьном возрасте многие из них не могут угнаться за потоком быстро звучащей речи. Им надо «чуть помедленнее, пожалуйста». Они обычно жалуются, что учитель быстро говорит и в классе очень шумно. Можно сказать, что они имеют «медленные звуковые процессоры»: их мозгу требуется больше времени между звуковыми событиями, чтобы проследить их и обработать. Когда учитель говорит медленнее, они успевают записать и у них нет трудностей с выполнением заданий. В противном случае ребёнок попадает в разряд неуспевающих, накапливаются психологические проблемы. По данным Института возрастной физиологии РАО, к

школьным факторам риска (20–40 %) относятся в том числе конфликты с педагогами, стрессовая тактика педагогических воздействий, неумение или нежелание педагогов понимать индивидуальные особенности учеников.

Ребёнок рождается с заложенными генетически способностями, 20 % этих способностей развивается на первом году жизни, 50 % – к 4 годам, 80 % – к 8-летнему возрасту, 90 % способностей раскрывается к 13 годам. Развитию способностей способствует сенсорно обогащённая, здоровая окружающая среда. Без сенсорной стимуляции мозг не развивается. Только соответствующее речевое окружение учит мозг воспринимать фонетический код родного языка и формировать собственный речевой опыт.

Дети с нарушениями в работе слуховой сенсорной системы обнаруживают ряд особенностей. Например, ребёнок боится неожиданных или громких звуков. Мамы говорят, что малыш с первых месяцев жизни начинал громко плакать и кричать при резких посторонних шумах и звуках. Ребёнок часто закрывает уши руками, когда находится в шумном помещении или просто устал от компании детей. Многолюдные места его пугают и вызывают сильное напряжение нервной системы, малыш просто отказывается гулять по шумной улице и избегает больших компаний сверстников.

Учёные часто называют человеческий мозг самым сложным из когда-либо существовавших механизмов. Он содержит примерно сто миллиардов нейронов, и окончность

каждого аксона соединяется с тысячами соседей, создавая огромное количество связей обработки информации. Этих связей так много, что нейроны подчиняются знаменитому правилу «шести шагов»: любые два нейрона разделены не более чем шестью связями. При надлежащей тренировке нейроны даже взрослых людей могут изменять своё поведение и способы передачи информации. Мозг ребёнка обладает большей пластичностью и при соответствующем подходе способен справиться даже с самыми сложными проблемами. Будут образовываться новые связи между отдельными областями мозга взамен повреждённых, в работу вступят незадействованные ранее нервные клетки, подключатся резервные возможности. Но это возможно только при достаточно насыщенной речевой среде, при добром и внимательном общении со взрослыми, интерактивном чтении интересных книг с развивающими заданиями.

Экспресс-диагностика

Несколько простых заданий помогут выявить у 6-летнего ребёнка нарушение слухового восприятия. Важно не упустить время, вовремя обратиться к специалистам.

1. Узнавание неречевых звуков.

Инструкция: «Слушай внимательно и скажи (или покажи), что звучит». Детям предлагается определить на слух,

какой из инструментов звучит: бубен, погремушка, колокольчик.

2. Различение слов, близких по звуковому составу.

Инструкция: «Послушай и покажи картинку в том же порядке, что я назову. Где почка, а где бочка?»

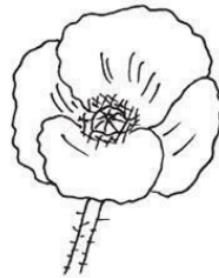
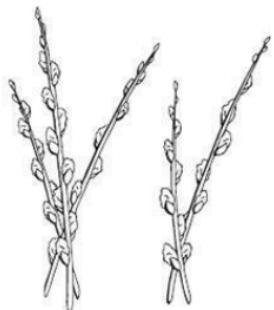
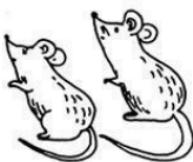
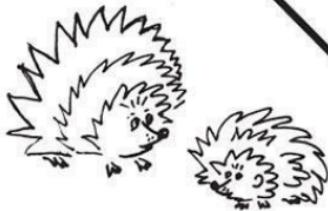
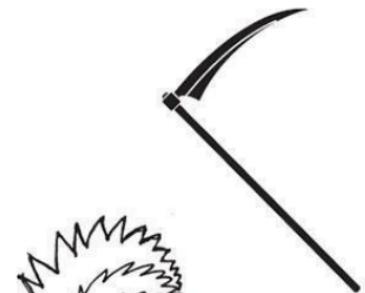
КОСА – КОЗА

ЕЖАТА – МЫШАТА

БОЧКА – ПОЧКА

ДОЧКА – ТОЧКА

РАК – МАК



3. Определение способности дифференцировать звуки

по противопоставлениям: звонкость – глухость, твёрдость – мягкость, свистящие – шипящие.

Инструкция: «Слушай внимательно и повтори за мной слоги как можно точнее».

да-та-да ба-па-ба га-ка-га са-ша-са

ча-тя-ча за-жка-за за-са-за

кот – год – ход

бак – бык – бок

дом – дам – дым

кнопка – кепка – кипа

4. Исследование навыков различения звуков. Игра «Пой-май звук» – выделение заданного звука из ряда звуков, слов, слов, а также сложная форма фонематического анализа – определение количества звуков в слове.

• **Инструкция:** «Хлопни в ладоши, если услышишь звук [а]». Материал: ряд звуков [у], [о], [и], [а] и т. д. Проводится с 4 лет.

• **Инструкция:** «Хлопни в ладоши, если услышишь слог со звуком [а]». Материал: ряд слов «ма», «му», «мы», «МО» и т. д. Проводится с 4 лет.

• **Инструкция:** «Хлопни в ладоши, если услышишь слово, начинающиеся на звук [а]». Материал: ряд слов «автобус», «утка», «улитка», «игла», «ананас» и др. Проводится

с 4 лет.

- **Инструкция:** «Послушай внимательно и назови первый звук в слове “Аня”» и т. д. Выделение начального ударного гласного звука из слова проводится с 5 лет.
- **Инструкция:** «Послушай и назови первый (последний), звук в слове “дым”». Вычленение первого (последнего) согласного звука в слове проводится с 6 лет. Внимание: не следует давать слова с оглушением на конце: дуб, лоб, год и т. п.
- **Инструкция:** «Сколько звуков ты слышишь в слове “бак”?» и т. д. Определение количества звуков в слове проводится с 6 лет.

Если ребёнок справился со всеми заданиями, то фонематический слух у него развит хорошо. Если возникли трудности более чем с половиной заданий, необходимо обратиться к специалистам (логопеду, нейропсихологу) и провести дополнительное обследование. Попробуйте также позаниматься с ребёнком самостоятельно, используя упражнения, которые приводятся ниже.



Развивающие речевые задания

Формирование понятий «звук», «слог», «слово», «предложение» готовит мозг ребёнка к осознанному усвоению ос-

новных грамматических правил и категорий. Трудности конструирования предложений, неумение выстроить сложную, развёрнутую фразу часто бывают связаны с недостаточным словарным запасом.

1. Игра «Подбери слово»

Инструкция:

- а) назови слово, чтобы первый звук был [а] (астра, ананас, арбуз и т. д.);
- б) подбери слово, чтобы первый звук был [у], а последний [а] (утка, улыбка);
- в) какое слово получится, если к слогу «ба» прибавить один звук или слог? (бак, бар, баня);
- г) найди в комнате предметы, в названии которых первый звук [с] (стол, стул, стакан);
- д) придумай слово, которое начинается (оканчивается) на такой же звук, как в словах «утка», «мак» и т. д.
- е) назови, какой звук первый (последний) в словах «мак», «лето», «кот» и т. д.
- ж) назови все звуки по порядку в словах «дом», «вода» и т. д.
- з) посчитай, сколько звуков в слове «бак»; назови второй, первый, третий звук в слове.

2. Игра «Поймай слово»

Инструкции:

- Как только услышишь слово, которое начинается со звука [у] (и, о, г, д и т. д.), хлопни в ладоши. (Варианты слов: астра, утка, яблоко и т. д.)
- Как только услышишь слово, в котором есть звук [у], хлопни в ладоши один раз, если услышишь в слове звук [о] – хлопни два раза.

3. Игра «Измени слово»

Инструкция: «Я называю слово, а ты попробуй изменить в нём последний звук так, чтобы получилось новое слово. Например: «ком» – «кот». Примеры слов: сон, бак, лак и др.

4. Игра «Придумай слово»

Инструкция: «Я назову первый слог, а ты вспомни все слова, которые начинаются с этого слога». Например: «па», «та», «лу», «да», «му», «сы», «те» и т. д.

5. Игра «Запомни все слова»

Играют несколько человек. Первый называет какой-нибудь предмет одной категории (например, фрукты). Второй повторяет название предмета и добавляет своё слово, третий повторяет первые два слова по порядку и называет следующее и т. д. до тех пор, пока кто-нибудь не събьётся. Игра способствует развитию произвольного внимания, слухоречевой памяти, мышления.

6. Игра «Назови слово на этот звук»

Ведущий определяет тему (например, растения на звук [п]). Первый ребёнок называет слово: петуния. Второй должен повторить это слово и прибавить своё (например: петуния, перец). Следующий игрок добавляет своё слово к предыдущим. Таким образом играют до тех пор, пока кто-нибудь не съётся.

7. Игра «Побери признак слова»

Ребёнку говорят:

- «Я называю слово, а ты ответь на вопрос: что делает этот предмет? Например, метель (что делает?) метёт, а гром – …; ветер – …; снег – …; дождь – …; солнце – …». При каждом ответе ребёнка спрашивают: «А что ещё делает этот предмет?» Ребёнок должен подобрать как можно больше слов, обозначающих действие.

- «Назови другой предмет, такой же белый, как снег» (такой же узкий, как лента; такой же быстрый, как речка; такой же круглый, как мяч; такой же жёлтый, как дыня, и т. д.).

- «Скажи наоборот: лимон кислый, а у мёда какой вкус? Яблоко круглое, а кубик какой формы? Дорога широкая, а тропинка?»

8. Игра «Слова-приятели»

Ребёнка просят подобрать синонимы к предлагаемым сло-

вам:

- Как можно по-другому сказать о сладком яблоке? (Вкусное.)
- Каким словом можно заменить слово «конь»? (Лошадь.)

9. Игра «Четвёртый лишний»

Ребёнка просят определить, какое слово лишнее, не подходящее к другим словам, и объяснить почему. Если ребёнку непонятно значение какого-либо слова, его следует ему объяснить.

- 1) белый, красный, красивый, зелёный;
- 2) яблоко, груша, помидор, огурец.

10. Игра «Скажи наоборот»

Ребёнка просят подобрать антонимы к называемым словам: «Скажи наоборот: холодный, чистый, твёрдый, толстый, тупой...»

11. Игра «Нарисуй и запомни»

Ребёнка просят быстро зарисовать называемые предметы, а потом вспомнить их названия. Примерный перечень слов: дом, кот, окно, река, стул, горе, дождь, лиса, облака.

12. Игра «Скажи ласково»

Ребёнка спрашивают: «Как можно назвать ласково

дом?» (например: «Дом, а ласково домик; мяч, а ласково – ... и т. д.»).

13. Игра «Чей малыш?»

Взрослый называет детёныша животного, а ребёнок должен назвать взрослое животное. Игра проводится в быстром темпе.

14. Игра «Живое и неживое»

Ребёнку говорят, что есть слова, обозначающие живое (люди, звери, птицы, рыбы...), а есть слова, обозначающие неживые предметы. Его просят назвать «живые» слова, затем – «неживые», то есть обозначающие живое и неживое.



Проблемы с питанием



Детский возраст является периодом интенсивного развития мозга, и всё, что происходит в организме, оказывает на него влияние. Процесс принятия пищи, качество и разнообразие продуктов являются важными составляющими развития мозга ребёнка. Я всегда на приёме спрашиваю родителей, как ребёнок ест, есть ли у него вкусовые предпочтения, хорошо ли он пережёвывает пищу. Прошу высунуть язык и проделать им несколько движений, чтобы убедиться, что подвижность языка не нарушена. И тогда приходится выслушивать от родителей истории о том, что ребёнок плохо ест, не жёт мясо, а просто проглатывает и давится. Кто-то совсем не ест в детском саду обычную еду, а только хлеб. Один

мальчик сказал, что его в саду хорошо кормят: дают гречку с котлетой, а кто всё съест, тому – батон!

Привычная картина в столовой клиники, в гостиной дома, в ресторане: перед ребёнком планшет, он открывает рот от увиденного, а ему туда подпихивают еду. Малыш не чувствует вкуса еды, не пережёвывает пищу, давится. Родителям важно впихнуть побольше, пока ребёнок не разберётся, в чём дело, и не закроет рот «на замок». В психологии процесс принятия пищи связан с принятием внешнего мира. Отторжение пищи связывается с неприятием всего нового, с чувством отвращения к познанию и обучению вообще. В моей практике я часто сталкивалась с тем, что прогресс в развитии речи совпадал со временем, когда у ребёнка возникала потребность есть всё и самому.

Исторически процессу принятия пищи всегда уделялось большое внимание, ведь переваривание еды начинается с того момента, когда перед глазами оказывается что-то вкусное, желанное, красиво поданное, а главное, когда есть чувство голода! Вы смотрите на аппетитную отбивную, чувствуете запах приготовленного блюда, а мозг уже запустил механизм превращения блюда в строительный материал для клеток организма. Он посыпает сигналы пищеварительным железам по своим секретным каналам, чтобы те готовили «встречу» и выделяли ферменты для переваривания.

Учёные доказали, что у детей, с ранних лет приученных тщательно пережёвывать пищу, крепкие и здоровые зубы.

Каждый кусок необходимо жевать 30 раз, и при этом обеими сторонами рта. Ещё русский физиолог И. П. Павлов говорил о том, что пищу следует съедать с вниманием и удовольствием, что на пороге столовой необходимо оставить все заботы и тревоги дня. Если нет достаточного времени для еды, то лучше совсем не есть, пропустить один приём пищи. Известный натуropат Г. Шелтон считал, что особенно продуманным должно быть питание для детей. Частое воспаление миндалин он считал результатом постоянного брожения в пищеварительном тракте детей вследствие регулярного кормления их мясом с хлебом, кашей с молоком и сахаром, пирогами и т. д.

Пример из практики



Серёжа К. (4 года). У ребёнка аутизм.
Медикаментозная терапия не помогала справиться

с поведением ребёнка, агрессией, стереотипными движениями. Родители попробовали исключить из рациона глютен и казеин (безглютеновая диета). Через некоторое время у мальчика значительно улучшилось поведение, ребёнок стал лучше усваивать материал, стало меньше агрессии, ушли стереотипии. Со слов мамы, если приходилось по каким-то обстоятельствам нарушать диету, поведение заметно ухудшалось.

Пища, пройдя отделы пищеварительного тракта, попадает в кишечник. Здесь её встречают постоянные или временные жители – бактерии. При чём здесь мозг? Дело в том, что кишечник не зря называют «вторым мозгом». Бактерии, населяющие наш организм, коммуницируют с головным мозгом посредством химических реакций и электрических сигналов. Такая коммуникация связывает кишечник и голову. На мозг прямо или косвенно влияют вещества, выделяемые бактериями кишечника в процессе жизнедеятельности. В нормальных обстоятельствах постоянная связь между бактериями и мозгом не вредит человеческому здоровью и развитию, поэтому мы живём, не интересуясь своей бактериальной флорой, забот нам и так хватает. Однако, как только наступает дисбаланс в бактериальной среде, дети начинают себя плохо чувствовать, появляется вялость, апатия, снижение жизненной энергии, отказ от занятий. Родители бьют тревогу и пытаются разобраться, что происходит с ребёнком. Одной из причин может быть нарушение процесса питания и дисбаланс в бактериальной среде кишечника.

Основные причины нарушения бактериальной флоры кишечника:

- неправильное питание;
- желудочная инфекция;
- лечение антибиотиками.

Исследования последних лет убедительно доказали, что дисбаланс в микробиоме³ может влиять на нормальные процессы в мозге и приводить к различным психологическим и неврологическим проблемам. Например, мыши без микробиома имеют недоразвитый гематоэнцефалический барьер, другую структуру мозга и в связи с этим демонстрируют другое поведение, сильнее реагируя на стрессовые раздражители по сравнению с мышами с нормальным содержанием бактерий. Многие связывают микробиотический дисбаланс с недоразвитостью различных функций мозга, даже с рядом заболеваний, например аутизмом.

Есть данные, что пищевые добавки с лактобактериями, которые часто есть в йогуртах, могут способствовать снижению тревоги и смягчить симптомы депрессии, влияя на сигналы, посылаемые в мозг через нервную систему. Другие типы бактерий,

³ Микробиом – микробная экосистема, характеризующаяся генетической регуляцией, сложными взаимодействиями с внутренней средой организма человека и внешними факторами. В мире не найдётся двух людей с идентичным микробиомом.

например бифидобактерии, увеличивают количество гормона серотонина в крови и уменьшают последствия стресса, сглаживая активность иммунной системы, которая влияет на мозг через кровь.

Много говорится о разрушительной силе стресса для детского организма. Особенно недопустимо выяснять отношения, делать постоянные замечания, притираться к детям во время еды. К принятию пищи надо воспитывать благоговейное отношение, учить детей испытывать благодарность к «хлебу насущному». Нарушение этой заповеди способно разрушить пользу от самых нужных продуктов и даже нанести вред. Принятие пищи в семейном кругу формирует чувство уверенности и защищённости, способствует усвоению необходимых растущему организму веществ, устанавливает прочные связи между мозгом и питающей его системой, кишечником. Откажитесь от суety во время обеда, пусть ребёнок съест немного, но с аппетитом! Нет аппетита? Нагуляйте! Умеренная физическая нагрузка на прогулке, отсутствие вредных перекусов между приёмами пищи, и тарелка с супом во время обеда гарантированно будет пустой. Хороший аппетит у ребёнка – это здоровый мозг и энергетическое обеспечение всего организма.



Зависимость от гаджетов



Современная статистика пугает: по последним данным, в социальных сетях дети находятся около 40 % активного времени, после 14 лет дети отсутствуют в реальности 60–70 % времени. В чём же опасность «зависания» в гаджетах? Учёные выяснили, что, когда ребёнок находится в онлайн-пространстве и мозг ничем не занят, он просто отключается. Это состояние умственной спячки, зависания,остоя. Если сравнивать мозг с компьютером, то основное программное обеспечение грузится в него первые 25 лет. Это потенциал на всю оставшуюся жизнь.

Пример из практики



На приеме ребёнок, ученик 4 класса. У ребёнка заикание, тики (подёргивания головой, движения пальцами рук, горловое цоканье) и трудности обучения. Ребёнок рос очень развитым. Быстро всё схватывал. Мама занималась ранним развитием, мальчик в год знал все буквы, в 1,5 года выучил названия всех динозавров. В настоящее время ребёнок не справляется со школьной программой, делает много ошибок, неусидчивый, ранимый. Дома много читает, быстро учит стихи, но его трудно слушать даже учителям. В беседе с мамой выясняется, что мальчик много времени проводит за уроками, не гуляет. Спрашиваю у ребёнка: «В телевизоре или планшете много времени проводишь?» «Да», – отвечает он искренне. Ребёнок ежедневно проводит перед экраном больше трёх часов, пока

родители на работе. Нервная система эмоционального мальчика не справляется с нагрузками.

Нейропсихолог М. Демюрже советует совсем не давать доступа к смартфонам и планшетам детям до шести лет. Учёный определил, что если произнести маленькому ребёнку название цвета, например «зелёный», три раза подряд и показать образец, то он выучит это слово. Но знакомство с новым словом-понятием с планшета или компьютера потребует от двадцати до шестидесяти повторений-демонстраций. Наш мозг устроен так, что он учится в процессе общения, непосредственного взаимодействия человека с человеком. Особенno это важно для маленьких детей!

Ещё одно важное условие нормального развития мозга – это покой. Постоянный шум и мелькание компьютерных игр приводит к развитию гиперактивности, к проблемам со сном и с концентрацией внимания. Нельзя часами развлекаться, это вызывает зависимость, неутолимую жажду получения удовольствия без особых мысленных усилий.

Школьникам начальных классов разрешено пользоваться гаджетами до получаса в день, а старшим детям – не более часа в день.

Учёные доказали: длительное времяпровождение перед экранами гаджетов вызывает отставание в развитии речи у малышей, проблемы с моторикой, нарушение памяти, снижение концентрации, нарушение сна и различные эмоциональные расстройства (депрессия, агрессивность, суици-

дальние проявления). Чем больше времени ребёнок проводил перед экраном, тем сильнее проявлялись вышеупомянутые негативные последствия.

И ещё одна серьёзная проблема, к которой приводит гаджетомания, – это потеря зрения. Многие врачи констатируют, что за последние два года число детей с близорукостью увеличилось в несколько раз. Детские окулисты говорят о том, что раньше приходилось лечить мальчишек от травм глаз, а сейчас таких обращений практически нет, в основном зрение теряется из-за неограниченного контакта с гаджетами.

Пример из практики



На приёме мама с 6-летней девочкой, которая не хочет заниматься, агрессивна по отношению к младшей сестре, демонстративно уходит из дома и стоит в

подъезде. Из разговора выясняется, что девочка не посещает детский сад. Дома маленький ребёнок, и у мамы не остаётся времени на организацию занятий. Ребёнок несколько часов в день проводит в телефоне (родители принципиально не ограничивают время). На мои замечания девочка гордо парирует, что лучше смотреть лайфхаки в телефоне, чем ужастики, которые мама с папой смотрят вечерами, и ей от них ночью становится страшно.

Прогресс остановить нельзя. Появляются отдельные мнения, что растёт поколение, которое развивается по новым законам. Поколение Z (зумеры), дети, родившиеся в век Интернета. Но нужна золотая середина, ведь процессы развития мозга остаются прежними. Многие это понимают, только вот применить не у всех получается. Тем не менее ради психического и физического здоровья детей соблюдение элементарной «цифровой гигиены» просто необходимо. Это поможет им развиваться в ногу со временем, но не в ущерб собственному благополучию.

Правила цифровой гигиены

1. Не забывайте время от времени побывать в тишине, наедине со своими мыслями, а лучше без них. Медитация, состояние осознанного присутствия возвращают мозг в состояние покоя. Детям тоже нужна тишина!

2. Ограничение времени пользования гаджетами. Начните с себя!

3. Больше социального общения, совместного времяпрепровождения с детьми, занятий спортом.



Долгожданное чудо. Как развивать младенца?



Обращаясь за помощью к специалистам, родители прежде всего задают вопросы о перспективах развития ребёнка. Они хотят знать:

- у ребёнка норма или отставание, по возрасту ли формируется речь;
- почему плохо запоминаются стихи, как преодолеть негативное отношение к занятиям;
- сможет ли малыш обучаться в обычной школе при определённых проблемах;
- обращаться к специалистам или заниматься самим; ка-

кие задания помогут;

- что нужно проверять в первую очередь и к какому специалисту обращаться и др.

Важно понимать, что одним из основных показателей развития ребёнка является речь. С помощью речи маленький человек начинает познавать мир. Уже внутриутробно закладываются первые речевые навыки, малыш учится распознавать звуки речи. Весь последующий путь становления его интеллекта, памяти, внимания, а в дальнейшем и успех обучения будут во многом зависеть от точки запуска речи и в целом от условий развития в раннем возрасте.

Учёные установили, что ребёнок реагирует на громкие звуки с 32-й недели беременности, а с 37-й недели выделяет голос матери среди других. Во время эксперимента в последний триместр беременности матери читали вслух одну и ту же книгу рассказов. Затем в первый день после рождения младенцу давали слушать запись этого рассказа в исполнении матери и другой женщины. Он выделял голос матери. Более того, новорождённые различают новые и старые фразы, которые они регулярно слышали до рождения, предпочитая старые фразы новым. Это говорит о том, что надо быть осторожными в высказываниях, так как младенцы могут воспринимать и хранить речевую информацию ещё до своего рождения! Ребёнок рождается с внутриутробно развитым обонянием, наделён тактильной, болевой, вестибу-

лярной чувствительностью. Он реагирует на звуки музыки. Музыкотерапия – это лекарство, которое слушают. Музыка оказывает положительное воздействие как на будущую маму, так и на малыша.

Специально подобранная музыка с частотой ритма не более 60 ударов в минуту помогает сосредоточиться на создаваемых образах, почувствовать мышечное расслабление, синхронизировать дыхание, так как музыкальный ритм влияет на длину волн, генерируемых человеческим мозгом, изменяет гемодинамику, обмен веществ, гуморальные реакции. Расслабившись, можно выстроить приятные образы, «оживить» любимые воспоминания, которые помогут справиться с любым напряжением, улучшить настроение.

Мозг ребёнка готов к естественному (физиологическому) обучению уже с рождения. На 8–9-м месяце беременности начинается бурный рост количества синапсов, особых проводников, обеспечивающих взаимодействие различных областей мозга, его интегративную деятельность. Так эволюция подготовила мозг к предстоящей встрече с миром звуков, красок, ощущений.

Появляясь на свет, младенец сообщает о своём прибытии громким криком. Но это не просто крик, это уже первые обучающие мозг сигналы.

Нейролингвисты выяснили: новорождённые дети кричат по-разному в зависимости от языка, который они слышали до рождения. Крик французского

младенца отличается от крика немецкого малыша, грузинского – от крика русского младенца. Надрывный, тихий или резкий крик может сигнализировать о неврологическом неблагополучии. Это хорошо известно врачам-неонатологам, чьи руки первыми встречают малыша. Некоторые учёные считают, что у новорождённых даже есть чувство юмора и им нравится передразнивать своих родителей.

Самые первые игрушки должны способствовать развитию зрительного и слухового сосредоточения. Лучше, чтобы они были крупные, но размером не более 12–15 см, одноцветные, предпочтительно красные и различные по форме. Погремушки могут быть на кольцах, с ручками и различными по звучанию: грохотушка – с деревянным перестуком, со звуком колокольчика или из эластичного поливинилхлорида с шумом мягко перекатывающихся внутри гранул. Первые игрушки подвешиваются над грудью ребёнка не ниже 50 см, иначе можно вызвать косоглазие (у детей до 2,5 месяцев). Игрушки время от времени меняют. Для того чтобы дети учились ощупывать и захватывать игрушку, её нужно подвесить так, чтобы, выпрямляя руки, дети могли дотянуться, а затем захватить её. Нужны также погремушки в виде подвесок из шариков, разноцветных колокольчиков.



Развивающие занятия до 3 месяцев

Предложите младенцу простые упражнения. Поводите из стороны в сторону яркой игрушкой перед глазами ребёнка, постарайтесь зацепить его взгляд. Малыш попытается проследить за ней, сначала не очень успешно, но со временем он научится делать это хорошо. Тогда можно попробовать удалять предмет и приближать (но не очень близко). Это упражнение способствует развитию конвергенции (фиксации объекта обоими глазами).

Меняйте время от времени игрушки, но при этом не забывайте, что самый интересный объект для рассматривания – это ваше лицо, его не заменят никакие игрушки.

На 2–4-месяце жизни младенца активно устанавливаются связи между глубинными отделами мозга (подкоркой) и корой. Дети различают цвет, форму и структуру перемещаю-

щихся в поле зрения объектов. Поэтому недостаточно просто обвешивать кроватку яркими игрушками, необходимо играть, взаимодействовать, перемещать яркие предметы перед взором малыша. В этот период ребёнок отзывается на взаимодействие со стороны взрослых «комплексом оживления» – улыбкой, вокализациями, движениями.

Речевое развитие начинается с гукалья в 1 месяц, гуления с 2 месяцев (в виде звуков «а-аагу-гу»), в 2–3 месяца звуковой репертуар расширяется и ребёнок произносит звуковые комплексы: «г-у, ш-и, бу-у, эы».

Т. Бауэр, проведя наблюдения за 86 младенцами, смог выделить 4 типа улыбок. Он сделал неожиданное открытие: мальчики и девочки улыбаются по-разному. Мальчик улыбается, сначала вертикально открывая рот, затем расширяя глаза, которые так и остаются широко открытыми, пока он тянется рукой к своему лицу. У девочки же рот сначала медленно изгибается в уголках, она открывает глаза, хлопая ресницами, затем отворачивается, показывая своё лицо в профиль.

Понаблюдайте, прослеживает ли ребёнок взглядом перемещаемые предметы, устанавливает ли он зрительный контакт. Активно ли ребёнок взаимодействует со взрослыми? Отсутствие «комплекса оживления» должно насторожить родителей. Во время активности ребёнка необходимо уделять особое внимание эмоциональному взаимодействию с малышом.





Развивающие занятия в 3–5 месяцев

В 3 месяца ребёнок берёт в руки кольцо от погремушки. Младенцы очень любят играть в прятки. Закройте лицо пелёнкой или ладонями, скажите «ку-ку», откройте лицо и засмейтесь, приговаривая: «А вот где я!» – малыш радостно засмеётся. В первый раз он может и не включиться в эту игру, повторите свои действия ещё раз, спрячьтесь за спинку кровати и окликните его оттуда. Ребёнок завертит головкой, отыскивая вас, вы появляйтесь – он радуется вместе с вами. Игры «Коза», «Баран-баран» – любимые игры малышей после 3–4 месяцев. В процессе этих игр не только развивается коммуникативная активность ребёнка, но и интенсивно происходит подготовка к речи. Малыш следит за артикуляцией взрослого, прислушивается к интонациям и отдельным звукам, учится подражать интонации. Когда взрослый повторяет за младенцем его же собственные звуки, он

стремится вновь воспроизвести их. Если вы, заслышав вокализации малыша, подошли к нему, он начинает понимать, что таким образом легче всего привлечь ваше внимание.

Примерно с 3 месяцев рекомендуется выкладывать младенца в манеж или на тахту (под присмотром взрослого). Лёжа на животе, он сможет рассматривать всё вокруг. А если рядом положить неваляшку, то он сможет толкать её ножками и ручками, лёжа на спине. Когда ребёнок уже сможет брать игрушку из рук взрослого или находить её в манеже, то рекомендуются различные погремушки, резиновые пластмассовые игрушки, которые ребёнок может легко взять, лёжа на животе, перекладывать из руки в руку, постукивать ими друг о друга.

Задолго до того, как малыш сам сможет говорить, он должен научиться понимать речь и иметь желание вступать в контакт с окружающими его людьми. Иначе мозг не будет развиваться или этот процесс будет протекать неправильно,искажённо. Речевое развитие идёт параллельно с физическим, эмоциональным, интеллектуальным. На разных возрастных этапах их пути то пересекаются, то идут параллельно, создавая единый, индивидуальный маршрут. Каждый ребёнок имеет свою, только ему присущую генетическую программу овладения знаниями и коммуникативными навыками, которая досталась ему не только от родителей, но и от всего рода. В генетическом коде зашифрован план развития,

а как он будет осуществляться, зависит от окружающей среды.

Эти программы у всех детей разные, но последовательность двигательного, речевого, умственного развития для всех единая. Становление речи идёт от первого крика младенца, гуления, лепета к первым словам, нечёткой фразе, умению составить рассказ о прошедшем дне и, наконец, написать развёрнутое эссе.

В 4 месяца гуление становится более разнообразным, и в нём можно услышать приближение к гласным звукам родного языка. Одновременно у ребёнка возрастает двигательная активность. Он уже может захватить игрушку в кулачок. Стремясь достать игрушку, ребёнок в 4 месяца из положения лёжа на спине поворачивается на бок, к 5 месяцам переворачивается со спины на живот, а к 6 месяцам с живота на спину.

Отправьтесь с ребёнком в путешествие по квартире. Привлекайте его внимание к некоторым предметам (часы, картина, статуэтка). Они могут оказаться особенно интересны для него. Если ребёнок рассматривает какой-либо предмет, называйте его, через некоторое время младенец при звуке знакомого слова будет смотреть именно на этот предмет. Через такое взаимодействие закладываются основы понимания речи, усиливается интерес малыша к предметному окружению.

В 6–7 месяцев жизни дети с большим вниманием наблюдают за неподвижными объектами. В этом возрасте у них по-

является интерес к мелким деталям, например, к крошкам хлеба, которые они любят собирать и, конечно, пробовать.

При нормальном ходе развития после 6 месяцев у ребёнка в издаваемых звуках начинают отчётливо выделяться повторяющиеся слогоподобные структуры «согласный – гласный» (дадада или бабаба) – это лепет. Повторяя слоги, ребёнок «экспериментирует», поэтому в его лепете можно услышать звуки разных языков мира. Однако чаще всего он слышит звуки родного языка. Именно эти звуки появятся в его первых словах: ма-ма, па-па, ба-ба.

Развитие руки позволяет ребёнку сочетать первые звуковые цепочки со зрительным восприятием и движением. Вначале он только ощупывает предметы (распашонку, собственные руки и т. п.), неожиданно схватывая их, зажимая в кулак, стремясь дотянуть до рта. Потом учится направлять руки в сторону интересующего его предмета, схватывать и удерживать его с некоторой долей осознанности. При этом он не только раскрывает ладонь, чтобы схватить игрушку, но и ощупывает мелкие детали. Хватая разные по величине игрушки, большие и маленькие, округлые и с углами, твёрдые и мягкие, он определённым образом раскрывает ладонь и готовит пальцы к захвату – в соответствии с величиной и конфигурацией желанных предметов.

К 7 месяцам развития центральная нервная система, и прежде всего мозг, делает феноменальный рывок. Масса мозга удваивается, а к полутора годам

утраивается. Ничего подобного в дальнейшем уже не повторится!

Следующий важный этап в развитии наступает, когда ребёнок начинает самостоятельно садиться (в среднем с 6 до 9 месяцев). Этот мир представляется ему в новой системе координат. Теперь ему намного удобнее рассматривать всё, что его окружает. Расширяется сфера его интересов. Он обнаруживает многогранность предметов: пирамидка, матрёшка выглядят иначе, если на них смотреть сверху, а не сбоку. Возникает новый виток в развитии и активизации познавательной деятельности.

Если на этом этапе развития взрослые будут осуществлять только уход за ребёнком, ограничиваться лишь кормлением и пеленанием, то поведение ребёнка будет нарушено, малыш будет выглядеть вялым, апатичным, проводить время бодрствования, безучастно глядя в пространство перед собой, ничем не интересуясь. Доказано, что психическое развитие ребёнка, испытывающего дефицит общения, задерживается и отклоняется от нормы. С одной стороны, общаясь со взрослыми, малыш получает все необходимые условия для развития познавательных действий – зрительных, слуховых, манипулятивных, а с другой стороны – у него повышается общий эмоциональный тонус, что способствует активизации всех психических процессов. Таким образом, только через эмоциональное общение младенца со взрослым развивается его психика и деятельность, поэтому в первом полугодии

жизни оно является самым важным и определяющим дальнейшее развитие.

В 6 месяцев ребёнок уже поочерёдно рассматривает то однушку, то другую игрушку, поглаживает её и помахивает. Манипулируя игрушкой (перекладывая из руки в руку), сжимает, трясет её, облизывает и покусывает.

На выражение упрёка, сердитое лицо младенцы реагируют так же радостно, как и на улыбки и похвалы взрослого, выделяя из отрицательных обращений только компонент внимания. В то же время безразличие взрослого воспринимается детьми отрицательно, вызывая тревогу, недовольство.

Возраст 9 месяцев называют периодом активного социального и познавательного развития. Считается, что с этого возраста дети могут запоминать увиденное и в дальнейшем воспроизводить. И всё это происходит с помощью зеркальных нейронов головного мозга.

Зеркальные нейроны были открыты в начале 1990-х годов профессором Пармского университета Джакомо Риццолатти. Было обнаружено, что нейроны нижней премоторной коры у обезьян активируются при выполнении определённых действий с предметами. И что интересно, эти нейроны активизируются не только когда происходит само действие, но и когда предметы только находятся в поле нашего зрения (мысль творит действительность!). Учёные доказали, что доязыковая форма понимания формируется на ос-

нове действий с предметами. Мозг обучается и развивается только на основе моторных способностей, то есть действий, поэтому так важно обеспечить ребёнку полноценное двигательное развитие!

Важным является тот факт, что за способность понимать эмоции других отвечает группа мозговых зон, наделённых также зеркальными свойствами. Мы делимся эмоциями с окружающими нас людьми столь же непосредственно, как действиями. Восприятие боли, горя или отвращения, переживаемого другим человеком, ведёт к активации тех же самых участков коры головного мозга, которые включаются, когда мы сами переживаем эти эмоции. Ребёнок должен испытывать на себе эмоции любви, восторга, радости или раздражения, горя, обиды, чтобы потом транслировать их вам и другим людям. Наполняйте ваших детей радостью познания, душевной теплотой, безграничной любовью, и именно эти чувства они понесут в мир!

Хотите развивать ребёнка? Играйте с ним, эмоционально и ярко общайтесь! Основой эволюции языка является способность к коммуникации, появление жестовой речи, а уже потом устной. Одной из важных предпосылок речевого развития является возникновение указательного жеста до года.

Основой дальнейшего развития является появление в этом возрасте совместного внимания (ребёнок – взрослый

— вещь). Через него младенец усваивает названия предметов, соотносит их со звучащим словом. Способность ребёнка устанавливать совместное внимание, активно включаться во взаимодействие со взрослым является прогнозом гармоничного интеллектуального и речевого развития. Совместное внимание, умение взаимодействовать, понимание намерений других людей должны быть полностью сформированы к периоду активного освоения речи, то есть к году.

В возрасте 8–10 месяцев ребёнок «настраивает» связь между звучанием родного языка и движениями губ, языка. Внимательно всматриваясь в артикуляцию взрослых, ребёнок пытается произносить первые слова.



Развивающие занятия в 9–10 месяцев

Поиграйте с детьми 9–10 месяцев в мяч, шарики для катания, дайте мисочки для вынимания и вкладывания. Дети с удовольствием играют с кольцами (диаметр 10–12 см) для надевания на руку, резиновыми звучащими

игрушками, сжимая и разжимая их. Детям 10–12 месяцев дополнительно рекомендуется добавить деревянные коробки с крышками для открывания и закрывания, пирамидки, вкладные чашечки, куклы, кубики, примитивные пластмассовые автомобильчики, повозки и др. Для развития речевых реакций рекомендуется не только давать детям игрушки, но и располагать их в разных местах. Игрушки должны быть размещены таким образом, чтобы вызывать в ребёнке желание играть. Нельзя давать игрушки во время кормления, укладывания спать, при высаживании на горшок, не следует использовать для игры столы для кормления, иначе у ребёнка будет сбиваться выработка привычек и навыков, соответствующих режимным моментам. При проведении игр- занятий пользуйтесь игрушками, которыми дети ещё никогда не играли или которые видят редко, – это повышает интерес малышей. Для развития самостоятельных действий с предметами следует размещать игрушки в различных вариантах, добавляя к знакомым игрушкам новые.

Для развития звукоподражания общайтесь с ребёнком на таком расстоянии, чтобы он видел вашу артикуляцию и мимику. В 9–10 месяцев теряется чувствительность к звучанию неродных языков. Если этого не происходит, то в дальнейшем речевое развитие ребёнка может запаздывать.

При активном взаимодействии со взрослым дети получают эмоциональную поддержку. Они становятся смелее, активно обследуют пугающее помещение или предмет, идут

на контакт с незнакомцами. Так благодаря правильному, эмоционально насыщенному, доброжелательному общению у ребёнка складывается собственная эмоциональная система и правила поведения при взаимодействии с внешним миром. Дети, не имеющие эмоциональной поддержки в пугающей ситуации, прибегают только к оборонительному поведению, прячутся, замыкаются, не хотят общаться. Стress, негативные эмоции (в первую очередь страх), которые может передавать мать, блокируют функции коры головного мозга, что зачастую приводит к нарушению развития и адаптации. Существует мнение, что скованные, холодные матери часто воспитывают и в детях замкнутость, необщительность.

Пример из практики



Эдик К. 5,5 лет. Мальчик не говорит. В активном словаре не более 5 слов. Ребёнок имеет диагноз:

РАС (расстройство аутистического спектра). Мама настроена негативно. Считает, что ребёнку не хотят помочь. Мальчик внешне неопрятный. Длинные волосы закрывают глаза. После первого занятия ребёнок стал активно включаться во взаимодействие, появились первые эмоциональные слова. В глазах светится живой интерес. Ребёнок откликается на прикосновения, тянется к руке специалиста. Мама держится отстранённо, говорит, что не нуждается в общении, что она самодостаточная («Ваш базар мне неинтересен»). С ребёнком никогда не играла, чтобы «не нарушать его права на свободу выбора». На рекомендацию, что ребёнку необходим тактильный контакт, поглаживания, мягкие объятия, мама отстранённо дотронулась до малыша: «Так?»

Совершенно точно доказано, что так называемые развивающие мультики не помогают детям раннего возраста, а, наоборот, оказывают негативное влияние на их мозг. Только в совместной деятельности со взрослым у ребёнка формируются речевые и умственные способности. На основе совместного переживания эмоций формируется способность чувствовать и отвечать на чувства, развивается эмоциональный интеллект.

В возрасте около 10 месяцев ребёнок начинает произносить похожие на слова звуки: «па-па», когда нарочно роняет предмет: «бам». Такое называние в одних и тех же ситуациях сменяется настоящим называнием между 12 и 13 ме-

сяцами жизни. Первые слова могут быть нестабильны, уходить и приходить, пока ребёнок не освоит устойчиво около 10 слов, соотнося их с определённым предметом или ситуацией. С этого момента словарь постепенно нарастает (до 50–75 слов). Затем следует «словарный взрыв».

Пример из практики



Маша К., 5 лет. Девочка начала говорить в 3 года, словарный запас пополнялся медленно. Ребёнок не может сформулировать свою мысль, речь «смазанная», слоговая структура нарушена (кошка – «киа», машина – «маиня»). Ребёнка понимают только родители, поэтому девочке трудно наладить контакт со сверстниками, она их сторонится, любит играть одна. На вопрос, занимались ли развитием речи на первом году жизни, мама ответила: «Да, занимались, я ставила ей развивающие мультики».

Первый год жизни ребёнка – это время эмоционального взаимодействия, энергетического обмена между матерью и ребёнком. Это обмен идёт на уровне глубинных отделов: подкорки и ствола мозга. Эти отделы мозга практически сформированы к моменту рождения и в дальнейшем выполняют активирующую и энергетическую роль, осуществляют «запуск» мозговых механизмов сложной психической деятельности. В дальнейшем от их работы будет зависеть тонус познавательной деятельности, общая активность, способность справляться с нагрузками и восстанавливать силы после утомления. Без подачи качественного «топлива» из подкорки не смогут в полной мере осуществляться сложные формы психической деятельности: речь, память, внимание, эмоции.

Всем известно, что развитие детей сопровождается возрастными кризисами. В чём причина и так ли это неизбежно? За всеми негативными проявлениями стоит возросшая самостоятельность малыша. Если родители не уважают права ребёнка на свободу выбора действий и желаний, не учитывают, что перед ними личность, малыш протестует, у него нарушается поведение. Так он отстаивает свою самостоятельность. Если же родители требуют от ребёнка слишком много, совсем не выстраивая границы дозволенного, он также будет протестовать. И в том, и в другом случае ребёнок побуждает родителей скорректировать отношение к себе. При адекватном отношении взрослых возрастной кризис проте-

кает без негативной симптоматики, проявляясь в новых умениях, особенностях поведения и общения с окружающими.

Многие родители и воспитатели, стремясь как можно раньше развить способности ребёнка, пытаются перенести ситуацию обучения в более младший возраст, а получив иногда определённый эффект, который бывает очень нестойким, считают, что таким образом можно всему научить малыша. Однако их ждёт разочарование: в какой-то момент малыш не примет задачи. Родители подумают, что он упрямится, вредничает. Если вчера с удовольствием называл картинки, то и сегодня должен это делать! Их раздражение отразится на отношении ребёнка к обучению, могут появиться негативные реакции. Вот почему родителям необходимо знать о возрастных особенностях психического развития, соотносить нагрузки с возрастом ребёнка, иначе можно лишь навредить, руководствуясь самыми лучшими побуждениями.

Важно, что к году значительно увеличивается двигательный и игровой арсенал ребёнка. Ребёнок начинает выполнять действия разными способами. К 11 месяцам он может накладывать один предмет на другой, снимать со стержня кольцо пирамидки, открывать и закрывать дверцы шкафчика, выдвигать и задвигать ящик. Причём выполняет он эти движения иногда разными способами. Например, закрывая коробку крышкой, он несколько раз стучит ею по коробке, пока не выполнит задуманного. В другой раз он двигает крышку из стороны в сторону и достигает цели. Если ма-

льшую трудно надеть колёсико на стержень от пирамидки, то он прикладывает его к стержню и надавливает, сердясь, что ничего не получается. Кроме того, ребёнок уже пробует при помоши одного предмета достать другой: погремушкой толкает мячик и, получив удовольствие от того, что мяч покатился, толкает другую игрушку. Он становится экспериментатором. Для детей с отклонениями в развитии бывает проблематично сложить пирамидку даже в 3 года.

Родители с помощью опросника МакАртур определили, что их дети владеют в среднем 10 словами к 12 месяцам, 64 словами в 16 месяцев, 312 словами к 24 месяцам и 534 словами к 30 месяцам.

После года речевое развитие идёт быстрыми темпами:

- в 18 месяцев у ребёнка отмечается словарный взрыв, увеличение доли глаголов и прилагательных в словаре;
- между 20 и 24 месяцами появляются словосочетания, комбинация жестов в символической игре, в двигательных играх, сдвиг в категоризации, изменения в способах построек из кубиков;
- около 28 месяцев: развитие грамматики (первые согласования слов, появляются предлоги), происходит активное выстраивание последовательностей в игре (что сначала, что потом).

улыбается маме
«комплекс оживления»)

держит голову



1
месяц



3

переворачивается

4

сидит
без поддержки

6



5



поднимается на руках

8



ползает

9



пытается
встать на ноги

11



стоит без поддержки,
первые шаги

12



ходит

Первые шаги и не только. Что важно делать от 1 года до 3 лет?



Возраст от года до трёх лет я бы определила фразой: «Давай поиграем!» При благополучной беременности, успешных родах, адекватной окружающей среде ребёнок к концу первого года жизни переходит на новый уровень развития. У малыша появляется собственная речь. Именно речь во многом будет определять его успешность в детском коллективе, его профессиональный и социальный статус во взрослой жизни.

Периоды развития ребёнка довольно условны. Нет никаких чётких границ перехода с одного уровня развития на другой. Процесс этот индивидуальный и зависит от многих

факторов: генетических, средовых, медицинских. Но должна выдерживаться общая линия развития (онтогенез), последовательность появления новых видов двигательной активности, предметной деятельности, более высоких по иерархии психических функций.

Психическое развитие ребёнка связано с созреванием мозговых структур. Доречевое развитие определяется в основном подкорковыми структурами, глубиной мозга и постепенным активным «включением» правого полушария. Как это происходит? С 1–1,5 лет правое полушарие насыщается неречевыми звуками: природными – шум ветра, шуршание листьев, звуки дождя, раскаты грома, а также «голоса» животных; предметные шумы, издаваемые различными предметами – орудиями труда, музыкальными инструментами и прочие. Из них в дальнейшем вычленяются речевые звуки, или фонемы, – кирпичики для слов. Следовательно, ребёнку должен быть предоставлен разнообразный исследовательский материал: он должен иметь возможность слышать шипение, свист, звонь, скрипы, удары, причём как в природе, так и в мире вещей, слышать «голоса» животных. Задача взрослых включиться в эту работу и не забывать переводить их на человеческий язык: «Ку-ку; бум-бум; дзынь-дзынь; ту-ту». Такой перевод важен для развития будущей речи, приближает звучание мира к человеческой речи.

Когда в работу вступят структуры левого полушария, начнут появляться первые слова: «мама», «папа», «дай». Обыч-

но это происходит к году. Правое полушарие передаёт ему свой накопленный неречевой опыт и уступает ведущее место в речевом развитии. Но это произойдёт не сразу и не у всех гладко. Правое полушарие может оказаться активным или левое недостаточно «амбициозным», и тогда они будут договариваться, конфликтовать, каждое будет диктовать свои условия. Пока будет равновесие сторон, амбидекстрия (равнозначность полушарий), речь будет развиваться медленнее. Всем живётся проще, когда ясно, кто в доме хозяин, понятно, чьи команды надо выполнять в первую очередь. Окончательно полушария «договорятся» к 6–7 годам, а у кого-то почти сразу не возникает сомнений, какую руку предпочесть в еде и рисовании, какой рукой бросить мяч.

Речевой период начинается с появлением первых 10 слов. Развитие мозга ребёнка – это сложный динамический процесс. Природой запрограммирована жёсткая последовательность смены одного периода развития другим. Ранние, простые умения и навыки последовательно уступают место новым и более сложным. механизмам взаимодействия с внешней средой.

Если у ребёнка 1,5 лет не сформировано понимание речи, вместо отдельных слов – вялый лепет, нет указательного жеста, он не проявляет эмоциональной активности, заинтересованности, то надо обратиться к специалистам. Потому что следующие этапы развития могут задерживаться или протекать аномально.

Пример из практики



Оля Т. (2,5 года). Мама не может вспомнить, как протекало раннее развитие дочки. Оля была очень тихим ребёнком. Девочку можно было посадить в манеж, где она сидела часами, занимаясь одной игрушкой. Простые имитации слогов у девочки были, но мама не может вспомнить начала лепета, гуления, их активности, не помнит, были ли первые слова к году (просто не обращали внимания!). Девочка несколько позже начала сидеть, пошла в 1 год 3 месяца. Часто падала. Неврологи не отмечали нарушений в двигательном развитии. В настоящее время девочке 2,5 года. Она не называет маму и папу, у неё нет жестовой речи и указательного жеста, отмечается выраженная избирательность в еде, апатия, отсутствует познавательная активность. В

словаре около 10 лепетных слов, нет фразы, нарушено понимание обращённой речи.

На втором году жизни дети изо всех сил тянутся к активному взаимодействию со взрослыми. Не жалейте времени на игру с детьми! Из этого взаимодействия формируется новая двигательная активность. Разные по степени сложности движения обеспечиваются разными участками мозга, поэтому необходимо стимулировать двигательное разнообразие во все периоды развития ребёнка. Дети учатся делать всё двумя руками, доставать вещи с полочки, брать ложку, подавать маме игрушку, приглашая поиграть вместе. В процессе игры важно развивать в этом возрасте умение управляться с разными предметами: бросать мяч одной, двумя руками, подниматься на небольшую горку, проползать через всю комнату, обследовать доступное пространство. Родителям ещё не хочется думать о трудностях обучения, особенно если это первый ребёнок и нет опыта работы с нейропсихологом. А ведь именно в этих простых игровых упражнениях формируется межполушарное и корково-подкорковое взаимодействие. Они значительно облегчат процесс выбора приоритета: правая или левая рука. А это в конечном счёте положительно скажется на развитии речи, формировании двигательных умений, сгладит эмоциональное напряжение при установление латерализации (активности одного из полушарий).

С каждым днём усложняются взаимоотношения малыша

с миром. Он ещё ничего не оценивает, а просто в игре повторяет, что видел. Он учится выполнять последовательные действия с игрушками: сложить все кубики в коробочку, уложить куклу спать. В быту ребёнок становится более самостоятельным. Он всё хочет сделать сам: обуваться, одеваться, раскладывать всё по полочкам по только ему известному порядку, а лучше беспорядку. В полутора года ребёнок учится есть ложкой. Отнеситесь спокойно к тому, что он немного выльет на себя, размажет по столу и стене кашу, покапает варенье на пол, покормит из своей тарелки кошку. Потом он научится есть красиво, а пока получает удовольствие от процесса пачкания. Пожалеете новую скатерть и время, будете кормить до школы из ложки. Всё новое лучше осваивается на основе положительных эмоций. Наберитесь терпения, хвалите малыша, он же так старается! Чтобы стало лучше получаться и крепко-накрепко запомнилось, надо повторить всё снова и снова. Так постепенно формируются мышление и память. Особенно сильно на детей этого возраста действуют непосредственные ощущения. Чтобы лучше понять, малышу надо увидеть, послушать, потрогать, потрапать, понюхать, попробовать. Между разными областями мозга должны быть проложены нейронные пути, связывающие в трёхмерное пространство цвет, форму, время и значение.

Вместе с новыми двигательными умениями появляются новые слова. Они ещё не укладываются ни в какие правила. Они просто должны быть. К концу второго года ребёнок ис-

пользует в речи около 300 слов.

Маленькие дети имеют ситуативное мышление, им недостаточно увидеть и услышать один раз, чтобы запомнить. С ними нужно постоянно разговаривать о явлениях природы, природных материалах, строить простые закономерности.

Игра для малыша – это не просто свободное время. Это, прежде всего, развитие. Вместе с развитием простые формы игры переходят в сложные, в процессе игры формируются речь, мышление, память. Эти процессы имеют свои закономерности и обеспечиваются определёнными мозговыми структурами, с определённой степенью зрелости и готовностью к обучению. С детьми надо играть в игры, которые соответствуют их возрасту и способствуют развитию, иначе возможен регресс.

Пример из практики



Серёжа П. (2 года 2 месяца). У ребёнка низкий словарный запас (около 30 лепетных слов), нет фразовой речи. Мальчик редко ходит в детский сад, часто болеет, не любит играть с детьми, в группе сидит один на стульчике. Безречевому ребёнку трудно приходится в коллективе сверстников. На первом году жизни мама активно занималась с ребёнком по карточкам и выучила с ним весь алфавит и названия динозавров. Потом времени стало меньше, и она прекратила занятия. Ребёнок не набирает словарный запас, у него нет речевой инициативы. Названий динозавров и буквы он, конечно, тоже не помнит (они не были включены в игру, в деятельность). Я спросила маму, зачем они учили буквы и названия динозавров? Она ответила, что времени было много заниматься с

ребёнком. К сожалению, это не пошло на пользу, не обогатило его новыми знаниями через движение, игру, эмоциональное взаимодействие со взрослым.

Для успешного развития речи маленьких детей говорите с ними чуть медленнее, чётко, без «сюсюканья». Стремитесь, чтобы малыш смотрел на ваше лицо и видел, как вы произносите слова и простые фразы. Это будет для него опорой в собственном проговаривании.

Занимаясь с ребёнком, открывая для него окружающий мир, родители получают от этого огромный творческий потенциал, у них выявляются такие способности, о которых они даже не подозревали. Папа Александра Р. (мальчику 3 года) сочиняет такие сказки, что взрослые могут заслушаться! И отец, и сын получают огромное удовольствие. Хотя раньше, со слов папы, склонности к сочинительству у него не отмечалось.

После второго года малыш приобретает определённый жизненный опыт на основе того, что он потрогал, разобрал, разбил, выкинул, надкусил, понюхал, выплюнул. Вместе с опытом приходят свои суждения и строятся взаимоотношения. Ребёнок уже тянутся к сверстникам, ему становятся интересны другие взрослые. Их очень интересуют старшие дети, и они бывают просто счастливы, когда те уделяют им внимание. Дети становятся выносливее, но их утомляет однообразие. Они быстро возбуждаются от других детей и слишком эмоциональных игр.

Ребёнок в этом возрасте большой подражатель, но уже на основе своего опыта и эмоциональной привязанности, которая складывается на базе его личных взаимоотношений.

Такие особенности в игре, как излишняя упорядоченность, желание разложить всё только по цвету и величине, постоянное повторение (стереотипия) одних и тех же действий, отсутствие речевого сопровождения и подражания в игре, должны насторожить родителей. В этом случае требуется консультация специалиста.

Движения детей становятся более разнообразными. Они уже могут двигаться по команде, по сигналу останавливаются, возобновляют движение, ускоряют ходьбу и бегают. Умение детей одновременно топать и хлопать очень важно и говорит о формировании межполушарного взаимодействия.

Дети могут:

- освоить трёхколёсный велосипед;
- отбрасывать мяч от груди двумя руками вперёд;
- забрасывать мяч в сетку;
- бросать и ловить большой мяч на расстоянии;
- подниматься на табурет высотой 25 см и спускаться с него.

Малыши способны самостоятельно одеваться, раздеваться и умываться; учатся владеть карандашом, завязывать

шнурки ботинок на узелок, застёгивать пуговицы, запускать волчок и т. д. Любят гримасничать, подражая другим детям, или изображать животных (мишку, котёнка), рассматривать себя в зеркале, как бы контролируя движения мышц лица.

Развитие мышления происходит во многом под влиянием накопленного опыта. Внимание малышей ещё неустойчивое, они быстро отвлекаются, поэтому занятия должны быть интересными и разнообразными. Проявите терпение и изобретательность! Постепенно, в результате занятий у ребёнка на смену непроизвольному вниманию, подчинённому только сиюминутному интересу, приходит произвольное внимание. Родители часто сетуют на то, что с ребёнком невозможно заниматься, он неусидчивый, не может долго слушать рассказы. А что делают в этом случае взрослые? Вместо того, чтобы увлечь малыша, заинтересовать, они ставят ему «развивающие» мультики, на которых он может «зависать» часами. Вместо мышления, внимания, речи у него после этих сеансов развивается зависимость, появляются протестные реакции и агрессия.

Трёхлетний ребёнок обладает хорошей памятью. Он ещё не всегда может рассказать о том, что ему запомнилось, что произвело впечатление, но яркие, эмоциональные события могут оставлять глубокий след в его памяти. Иногда воспоминания из детства накладывают отпечаток на всю последующую жизнь человека. Причём негативные события запечатлеваются мозгом намного прочнее.

Обычно к трём годам становится понятно, как развивается речь. Сейчас уже никто не ждёт 5 лет, чтобы обратиться к логопеду, если есть речевая задержка. И это правильно! В словаре ребёнка должно быть около 1500 слов. Чуть больше или меньше, дело даже не в количестве слов, но ребёнок должен быть «говорящим». Он должен общаться с помощью речи. Если до 2 лет мы давали время для «разгона» активной речи, говорения, больше обращали внимание на понимание речи окружающих, желание идти на контакт, то в 3 года ребёнок должен общаться не знаками, не мимикой и жестами, а предложениями. В этом возрасте на основе речевого опыта появляются грамматические формы, которые помогают ориентироваться детям в отношении к предметам и пространству (падежи), во времени (временные формы глагола). Появляются длинные, многословные фразы, придаточные предложения, а к концу третьего года – соединительные союзы и местоимения. Большинство звуков дети произносят правильно, за исключением [р], [л], свистящих, шипящих, но произношение звуков ещё не закреплено. Правильное звукопроизношение будет формироваться постепенно, на основе развития речевого, фонематического слуха и артикуляторной моторики (подвижности губ, языка, щёк).

Прислушиваясь к речи взрослого, ребёнок пытается подражать, но часто делает ошибки. Саша Т. (мальчик, 3 года) отдыхал месяц на море с мамой, тётяй и бабушкой. Через две недели по подражанию ребёнок стал говорить о се-

бе в женском роде («Я пошла», «Я ела»). Дети часто делают ошибки в родовых окончаниях имён существительных: «людиха» (женщина), «лошадиха» (лошадь). В этом же возрасте у детей появляются неологизмы – они придумывают слова. Например, Лёша Р. (3 года) говорит: «Мама, закрой скорее шторы, чтобы Дед Мороз не видел, какой я хулигана!» В этом возрасте возникает много вопросов. Коля С. (3 года 2 месяца) спрашивает маму: «Из чего сделана машина? А глаза из чего сделаны? А папа?»

Появление ролевой игры связано с достаточным опытом ребёнка, сложной возможностью перевоплощаться то в кошечку с мягкими повадками, то в грозного тигра. Такие игры недоступны детям с нарушением коммуникации, трудностями социальных контактов. Ребёнок передаёт через игру своё эмоциональное состояние. Взяв мишку, может ласково укладывать спать, а может, повысив голос, сказать: «Я кому сказала, спать!»

В этом возрасте ребёнок ещё не может регулировать свои эмоции, сильнее мотив «хочу», чем «нельзя». Только правильное воспитание, которое строится на примере родителей, формирует у него адекватные стереотипы поведения. Он смотрит на взрослых и копирует, что можно делать, а чего нельзя. Дети охотно взаимодействуют между собой. Однако отношения между детьми могут быть и отрицательными. Рождение брата или сестры, которым уделяется больше внимания, может привести к тому, что трёхлетка начинает

ревновать, сердится или становится замкнутым, одиноким.

Примеры из практики



Коля М. (3 года 5 месяцев). Родители отвезли ребёнка к бабушке на полгода, когда родился младший брат. Разлука вызвала у малыша сильный стресс. Когда ребёнка вернули в семью, у него значительно снизилась речевая активность, он перестал разговаривать фразами, появился энурез (ночное недержание мочи). Возможна ситуация, когда у младших детей культивируется чувство превосходства, эгоизм по отношению к старшим братьям и сёстрам, возникает вседозволенности. Олег В. (8 лет) учится во 2 классе. У мальчика тики и начальная форма заикания. Кроме того, ребёнок плохо учится, не успевает записывать за учителем, отвлекается, очень ранимый, часто болеет. Кроме других причин, выясняется,

что у него постоянные конфликты с младшей сестрой, которая его провоцирует. Со слов мамы, она тиранит старшего брата. Мальчик тяжело переживает конфликтные отношения, постоянно находится в ожидании от неё какой-то выходки. Мама не может справиться с ситуацией, и в этом случае требуется помочь психолога.

Дети трёх лет способны испытывать разные чувства: удовлетворение, радость, огорчение, страх, смущение, чувство привязанности и обиды. Они очень активны и подражательны, любят участвовать в семейных делах. Саша Р. (мальчику 3 года 3 месяца) с удовольствием разбирает пакеты с покупками и расставляет всё по своим полочкам. Любит помогать маме сортировать и складывать одежду для стирки, затем развешивать для просушки. Радуется, когда его хвалят.

Дети замечают всё красивое, любят заниматься творчеством. Умения рисовать, лепить приходят не сами по себе, а развиваются с определённой последовательностью сначала – знакомство с карандашом, бумагой, глиной (водит карандашом по бумаге, нажимает на него, рвёт бумагу, ломает карандаш, мнёт в руках глину), затем – манипуляция (повторные движения карандашом, разрывает глину на мелкие кусочки), повторяет за взрослым («рисует» то, что показали) и, наконец, само творчество (нарисовал «портрет» деда, слепил грибок без подсказки взрослого). В рисунках, поделках возникают простейшие изображения, которым дети дают на-

звания. Мальчик трёх лет нарисовал круг, дорисовал точки – глаза, линию – рот, посмотрел внимательно и сказал: «Деда весёлый!»

Именно в игре у детей развиваются все компоненты речи: расширяется словарный запас, уточняется значение новых слов; формируется фразовая речь в форме простого или распространённого предложения; улучшается произношение слов, дети учатся правильно согласовывать слова.

Учёные утверждают, что строение детского мозга мало отличается от мозга взрослого человека. Детский мозг, имея те же блоки и зоны, что и взрослый, включает их в работу постепенно. При этом необходимо помнить, что, не получив определённых стимулов внешней среды, они могут вообще остаться бездействующими, несмотря на отсутствие каких-либо анатомических повреждений. В этом и состоит главная опасность для развивающейся психики. Большая часть участков мозга способна включиться в функционирование только в детстве. В зрелом возрасте они лишь дозревают, опираясь на приобретённое в детские годы. То, что упущено в детстве, закрывает путь к овладению многим.

Известный детский невролог, доктор наук И. А. Скворцов отмечает, что все этапы развития ребёнка будут пройдены благополучно и даже с максимальным эффектом, если ребёнок находится в благоприятных средовых условиях, которые не только помогают или мешают развитию, но и влияют на запуск синаптической активности, на темпы увеличения

массы мозга.

Развитие трёхлетнего малыша похоже на остросюжетный фильм – активное освоение окружающего пространства с его ловушками, острыми углами, ускользающими из рук чашками, очень горячими предметами. И это постоянно держит родителей в напряжении. Не пропустите этот важный для формирования мозга ребёнка возраст. Не просидите его за гаджетами, отнекиваясь от назойливых вопросов, не впихивайте телефон, когда ребёнок просит: «Давай поиграем?» Будьте чуткими родителями, любящими, умными и терпеливыми!

Что почитать с ребёнком?

- А. Барто «Игрушки», «Смотрит солнышко в окошко», «Самолёт», «Кто как кричит»;
- М. Ивенсен «Мой флагок», «Кто поможет»;
- Т. Волгина «Паровоз»;
- М. Клокова «Мой конь»;
- В. Хорол «Жил-был зайчик»;
- Русские народные сказки «Репка», «Курочка Ряба»;
- Я. Тайц «Праздник»;
- Потешки: «Ладушки», «А бainьки-бainьки», «Сорока-белобока», «Петушок-петушок» и др.

Занимаясь по книжке с картинками, старайтесь, чтобы малыш соотносил изображение на картинке с реальным

предметом. («Это мяч, а где у нас мяч?») Используйте приемы интерактивного чтения: задавайте вопросы по сюжету произведения, рассматривайте вместе иллюстрации, выполняйте задания (см. книгу: Немцова Н., Тимошенко Е. Первое интерактивное чтение с нейропсихологическими заданиями. – М.: АСТ, 2019).

Какие игрушки выбрать?

Детям этого возраста полезны русские народные игрушки-забавы (клюющие курочки, медведь-дровосек, скачущие лошадки). С ними можно играть, озвучивать, наблюдать за их превращениями. Лучше выбирать игрушки, выполненные в народном стиле (матрёшки, каталки, каталки-гремушки), музыкальные игрушки (бубенчики, барабан, дудочки, свистульки). Эти игрушки не только обогащают знаниями об окружающем мире, но и стимулируют сенсорное развитие. Со временем (не раньше 3 лет) ребёнку будут необходимы абстрактные вещи. Обычная палочка в воображении малыша способна превратиться и в меч, и в лошадь и т. п. Но сложные символические игрушки (карточки и кубики с буквами) и настольные игры (математические, логические и др.) следует давать, когда мозг созреет для этого (примерно с 5–6 лет). Иначе произойдёт энергетическое обкрадывание тех областей коры головного мозга, которые наиболее активно развиваются в данный отрезок времени. Это может при-

вести к задержке развития. Особенно чувствительна в этом возрасте речь.

Если ребёнок говорит много, с интонацией, задаёт простые вопросы, понимает обращенную речь, можете не считать количество слов, так как идёт формирование речевой системы. Вместе с последовательными действиями в игре (уложил куклу, покатал машинку, построил башню) формируется определённый порядок слов в речи. Усложнение игры к концу второго года приводит к появлению в речи первых предложений.

После 1,5 лет у ребёнка появляется чувство стихотворного ритма, за который отвечают структуры правого полушария. Дети этого возраста любят слушать стихи, ритм которых схожен с основными музыкальными ритмами (К. И. Чуковский, А. Л. Барто). Овладение стихотворным ритмом служит базой для перехода к усвоению ритма обычной речи, который является более сложным.



Развивающие задания

Научите ребёнка строить башню из крупных кубиков. Эти занятия одновременно развивают и понятие о цвете, форме, величине. В процессе игры начинают формироваться сложные понятия пространства: от простого к сложному, от про-

странства собственного тела к окружающему пространству. Игра в прятки самый лучший способ формирования пространственных представлений.

Упражнения для развития правильной координации (активно развивается мозжечок)

1. Стоя поднять руки с погремушками вперёд, опустить их («Покажи погремушки мне») – 4–5 раз.
2. Учить ребёнка поднимать руки, не сгибая их в локтевых суставах.
3. Сидя выпрямить ноги и поворачивать туловище вправо-прямо, влево-прямо.
4. Упражнения с погремушкой или другим предметом
 - «Положи погремушки, вот так!» Руки с погремушками лежат на полу. Лёжа на спине, подтянуть к груди ноги, согнутые в коленях, затем опустить. Повторить 3–4 раза.
 - «Постучи погремушками по коленкам: тук-тук!» – 3–4 раза. Стоя поднять руки с погремушками вверх («Покружимся с погремушками, вот так!») и опустить их.
 - Предложите ребёнку проползти под скамейкой для того, чтобы достать погремушку.
 - «Положи погремушки на стул». Ребёнок кладёт погремушки и бежит к вам.
 - Заключительная часть: спокойная ходьба с погремушкой.

ми по комнате.

Эти упражнения развивают не только правое полушарие мозга, формируют пространственные представления, но и стимулируют лобные области мозга, которые активно развиваются с 7 лет. Эти области мозга отвечают за построение программы действий, за волю, умение контролировать свои поступки, то есть те качества, которые необходимы школьнику.

Детям в этом возрасте полезно слушать ритмическую музыку и выполнять под неё движения: бежать или маршировать под музыку, которая выполняется в разном темпе – от медленного к быстрому; приседать в такт танцевальной музыки; раскачиваться или делать в такт маятниковые движения рукой. Ритм синхронизирует работу правого полушария и подкорковых структур. Эти области мозга отвечают за ритмическую организацию речи, за её плавность и выразительность.

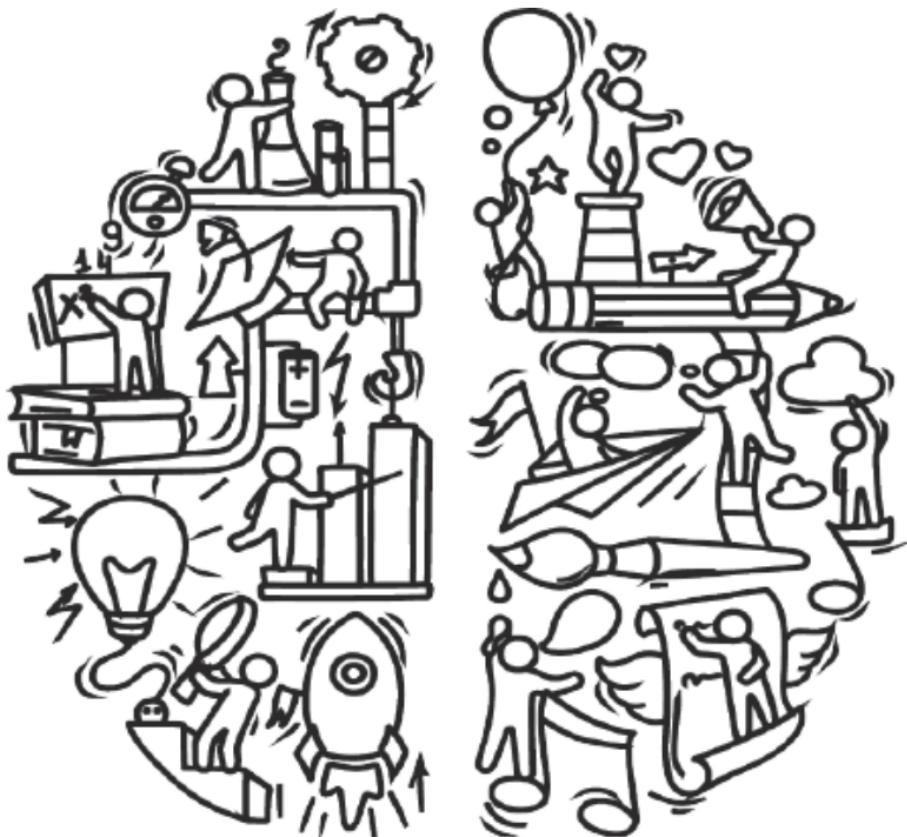
Пример из практики



Юля Ш. (2,5 года). У девочки сильное заикание, ей с трудом удается произнести простые слова. Ребёнок с года занимается китайским языком. В 2 года 3 месяца «подключили» английский, а через 2 месяца развилось заикание. Ребёнок не может выговорить без речевой судороги (заикания) и пары слов. Девочка очень активная, эмоциональная, ей всё интересно. Но мозг ребёнка не способен вместить слишком большой объём информации. Он энергетически истощается и даёт сбои, в данном случае развилось заикание. У кого-то ответом на непосильные нагрузки может стать астма, гастрит, дерматит, энурез (недержание мочи), нарушение поведения. Организм найдёт способ сообщить о проблеме, с которой он не может справиться. На фоне медикаментозного лечения

девочке показаны упражнения: музыкальные, речевые, двигательные.

Занимаясь с детьми, старайтесь делать занятия разнообразными, чтобы задействовать в развитии разные области головного мозга.



Упражнения на развитие правого полушария:

- запишите голоса близких, пусть ребёнок догадается, кто это;
- вместе послушайте эхо;
- учите двигаться под музыку;
- отбивайте, отстукивайте разные ритмы на музыкальных инструментах;
- читайте стихи и делайте двигательные упражнения, проговаривая фразы и предложения. Посмотрите, сможет ли ребёнок предугадать фразу и сделать движение сам.

Упражнения на развитие тактильных ощущений (активизация теменных областей головного мозга)



Ощупывайте материалы с разной текстурой: гладкий пол, шершавая тёрка. Дайте ребёнку поиграть с разными сыпучими продуктами, порисовать на гречке, муке, соли.

Упражнения на развитие обоняния (стимуляция правого полушария и подкорковых структур)



Учите ребёнка распознавать запахи. Приготовьте баночки с разными запахами. Разомните мяту, цветочек, дайте понюхать корицу. Поиграйте в запахи, завяжите ребёнку глаза, дайте ему понюхать, и пусть он отгадает, что в баночке. После летнего дождя вдохните вместе с ним запах свежести, мокрой зелени, лесной тропинки. Побуждайте ребёнка проговорить своё мнение. На кухне обратите внимание ребёнка,

как пахнут продукты, дайте понюхать запахи специй, чеснока, тёплого хлеба. Почуяв запах хлеба в тостере, Саша Р. (3 года) проговорил: «Печёным хлебом пахнет».

Игры должны проходить весело. Не забывайте про игры-развлечения, чтобы вызвать оживление, смех, радость. Для этого покажите заводные игрушки, солнечного «зайчика» на стене, запустите мыльные пузыри, поиграйте в прятки, догонялки, в игры-шутки.

Упражнения для развития математических способностей

В игровой деятельности последовательно дети овладевают основами математических знаний, представлениями о пространстве и времени.

1. Игровое занятие по развитию первых математических представлений, зрительной и речевой памяти, речи.

Вам понадобятся: шарик, кубик, бруск, кольцо, палочка. Попросите малыша посмотреть на игрушки. Показывая их поочерёдно, взрослый предлагает ребёнку назвать предметы разной формы. Те из них, которые малыш не может назвать, взрослый называет сам. После этого уберите все фигурки в коробку. Вынимая из коробки по одной фигурке (шарик, кольцо, бруск и т. д.), попросите ребёнка вновь назвать каждую игрушку. При этом по несколько раз называйте каждую

фигурку, привлекая зрительное и слуховое внимание ребёнка к форме предметов.

2. Игра «Разложим по тарелочкам». Возьмите 5 шариков, кубиков, брусков одного цвета, 3 пластмассовые тарелочки. Поставьте на стол коробочку с фигурками и 3 пластмассовые тарелочки. В одну из них положите шарик, проговорите («Это шарик»), в другую – брусок («Это кирпичик»), в третью – кубик («Это кубик»). Объясните ребёнку задание: «Надо разложить все шарики, кирпичики, кубики, которые лежат в коробочке, по тарелочкам». Покажите, как раскладываются предметы. «Шарик я положу к шарику», – кладёте шарик в тарелку с шариком. То же проделайте с другими фигурами. Пусть малыш повторит за вами. Спросите: «Что ты сделал?» – «Я положил шарик в тарелку». Спросите: «Посмотри, правильно ты положил?» – «Я положил правильно», – отвечает ребёнок. Следите за правильностью выполнения задания и речью ребёнка. Постепенно фигуры, названия которых ребёнок запомнил, заменяются другими.

3. Игра «Соотнесение». Развивает зрительное восприятие. На следующем этапе предложите разложить знакомые предметы (шарики, кубики, бруски) на их нарисованные изображения: колечко на картинку, где нарисовано колечко, шарик на шарик и т. д. Следите за правильным выполнением задания.

4. Игра «Найди такую же фигуру». Приготовьте плоские фигуры разного размера и разного цвета (по 5 шт.): круги, квадраты, треугольники, прямоугольники, овалы. Дайте ребёнку обвести фигуры рукой, обращая внимание на уголки у квадрата. Убедившись, что малыш различает предметы по форме, выложите на стол вперемешку все круги и квадраты и предложите ему положить круги к кругам, квадраты к квадратам, без учёта цвета. Так он группирует предметы по форме путём зрительного соотнесения.

Измените задание: предложите ребёнку разложить предметы по цвету, без учёта формы. Покажите. Проделайте задание вместе. Как только ребёнок начнёт действовать правильно, взрослый выкладывает из коробки вперемешку фигуры разного цвета и предлагает разложить их самостоятельно.

5. Игра «Большой – маленький предмет». Нацелена на соотнесение величины предметов. Приготовьте картинки, на которых изображено по 2 одинаковых предмета, отличающихся величиной. Научите показывать, где большой, а где маленький предмет. Объясните, как соотносить предметы по величине: маленькой машине – маленький гараж, большой – большой гараж. Постепенно переходите к предметным картинкам, на которых изображено по 3–4 однородных предмета: 2–3 из них одной величины, а один поменьше (побольше). Проговаривайте все действия, стимулируйте ребёнка к

речи, задавая вопросы (не повтори, а ответь!): «Это какой круг? Куда положить большой круг? Так будет правильно?»

Если ребёнок что-то не делает сам, вы проделываете это за него. А затем просите выполнить задание ещё раз самостоятельно.

6. Игра «Собери предметы одного цвета». Игра направлена на умение классифицировать предметы по цвету и по способу действия с ними, развитие фразовой речи.

Приготовьте 8 предметных картинок: красного цвета шарф и платье; зелёного – огурец, машина; синего – кубик, пирамидка; жёлтого – репа, ботинки. Предложите малышу разложить картинки по цвету и способу действия с ними. Ребёнок берёт картинку: «Это красное платье». Рядом с изображением платья он помещает предметную картинку с изображением красного шарфа, говорит: «Я положил красный шарф». На вопрос, что делают с шарфом и платьем, ребёнок отвечает: «Платье и шарф надевают». Затем малыш кладёт рядом картинки с изображением огурца и машины, поясняет: «Это огурчик, он зелёный. И машинка зелёная. Огурчик я кушаю, а машинкой играю». Так же ребёнок группирует по цвету оставшиеся предметы и по просьбе взрослого называет основное действие, выполняемое с каждым предметом.

7. Игра «Что не подходит?» Направлена на развитие математических представлений в раннем возрасте. Предложи-

те ребёнку пересчитать пальчики. Показать один, два, три пальчика. Затем научите различать и называть по картинкам цвет, величину и количество. Приготовьте 3 картинки: на каждой изображено 5–6 предметов, один из которых отличается от прочих цветом, величиной или формой. Попросите малыша назвать самый маленький предмет, предмет определённого цвета, где «один» предмет, а где много.

8. Игра на обучение счёту. Не надо заучивать порядок цифр до ста и дальше, это не имеет отношения к математике. Научите ребёнка различать и называть количество предметов. Приготовьте предметные картинки – на одной нарисована 1 матрёшка, на другой – 2 матрёшки, на третьей – 5 матрёшек; счётный материал – 10 матрёшек (или любых других предметов). Взрослый ставит коробку с матрёшками, кладёт перед ребёнком картинку с изображением одной матрёшки и спрашивает: «Саша, сколько матрёшек здесь нарисовано?» – «Одна матрёшка нарисована», – отвечает ребёнок. «Возьми из коробочки одну матрёшку и поставь на картинку», – взрослый показывает, куда надо поставить матрёшку. Малыш получает картинку с изображением двух матрёшек. «Сколько здесь нарисовано матрёшек?» – спрашивает взрослый. «На картинке нарисованы две матрёшки». – «Возьми из коробки матрёшек и поставь их на картинку». Ребёнок берёт по одной матрёшке и ставит на картинку. Ещё раз спросите у него, сколько на картинке нарисовано матрёшек.

шек. Получив от ребёнка желаемый ответ, попросите назвать количество поставленных матрёшек. Ребёнок называет это количество – две. Затем ему предлагается третья картинка – с пятью матрёшками. Он говорит, что матрёшек на картинке «много». После этого покажите коробку с матрёшками и попросите назвать количество матрёшек в коробке. Ребёнок отвечает: «В коробке много матрёшек». Если ребёнок усвоил понятие два, можно переходить к формированию количественного понятия три и т. д. Делать это необходимо последовательно.

Разрезные картинки

В этом возрасте не показаны большие по объёму картинки из многих частей. Мы развиваем ребёнка, не надо гнаться за количеством складываемых частей, оречевляйте совместные действия, стройте вместе догадки о сюжете. Приготовьте разрезные картинки из двух частей. Линия разреза идёт вдоль или поперёк картинки и делит её пополам. Покажите ребёнку вначале сложенную разрезную картинку и попросите назвать изображённый на ней предмет. Пусть ребёнок произнесёт название предмета. «А теперь я домик сломаю», – говорит взрослый и раздвигает части картинки по одной линии. «Сложи домик», – предлагает он малышу. Ребёнок сближает части разрезной картинки. Постепенно работа с разрезной картинкой усложняется, части картинки разворачивают-

ся относительно друг друга под разными углами, меняются местами. В процессе занятий с ребёнком совершенствуется способ выполнения им задания: от проб и ошибок ребёнок переходит к способу примеривания, зрительному соотнесению. После того как ребёнок научится складывать разрезную картинку из двух частей, можно предложить ему разрезную картинку из трёх частей и более.

Пример из практики



Света В. (3,5 года) не строит предложения, в словаре не более 30 лепетных слов. Папа с восторгом говорит, что ребёнок очень развитый и складывает пазлы из 30 и более деталей, причём может сидеть так очень долго, ни на что не отвлекаясь. На мой вопрос: «А кто-то сидит рядом с девочкой, рассказывает ей о многообразии цветов, предметах, сюжетах на этих картинках?» – папа отвечает отрицательно, ребёнок справляется с заданием

сам. Такое времяпровождение не идёт на пользу, не является развивающим.

Игра «Отгадай, что нарисовано». Эта игра развивает зрительное восприятие, учит узнавать предметы по контуру и частям и называть их. Взрослый кладёт на стол три картинки с цветным изображением предметов, знакомых ребёнку: домик, чашка, мячик. Просит малыша назвать эти картинки. Затем показывает контурное изображение одной из картинок, спрашивает: «Кто это?» («Что это?») Ребёнок называет. Взрослый даёт ему картинку и просит поместить рядом с похожей картинкой, лежащей на столе.

Вариант игры. Перед ребёнком кладётся картинка с изображением контура предмета. Взрослый предлагает ребёнку назвать предмет, контур которого он видит. Так же проводится занятие по узнаванию предмета по его части.

Детям очень полезны развивающие **сюжетно-ролевые игры**. Самая простая игра, в которой можно отработать многие развивающие моменты, – «Магазин». Вам будут нужны различные игрушки, корзинка для ребёнка. Поставьте на детский стол игрушки. Скажите ребёнку, что это магазин игрушек. Спросите: «Что продают в магазине?» Если малыш затрудняется ответить, то дайте образец фразы, которую он повторит. Спросите: «Сколько игрушек в магазине?» Ребёнок ответит: «В магазине много игрушек». Взрослый продолжает: «Я буду продавцом. Продавец продаёт игрушки.

А ты, Саша, – покупатель. Покупатели покупают игрушки». Спросите ребёнка: «Саша, что ты хочешь купить?» – «Я хочу купить машинку, дай мне машинку». Игрушку ребёнок кладёт в корзинку. Получив игрушку, ребёнок благодарит, кладёт предмет в корзинку и садится на стульчик. Пусть он купит несколько игрушек, посчитает их, расскажет, для чего они ему нужны. Ответы могут быть неожиданными, стимулируйте творческое воображение, поддерживайте диалог!



На что обратить внимание в 3–4 года?



После трёх лет ваш маленький весёлый кораблик отправляется в своё первое самостоятельное путешествие из родной гавани, своего дома. Первая бухта его самостоятельного пребывания – детский сад. Он уже готов к этому: у него накоплен багаж определённых знаний, он владеет речью, тягнется к общению с детьми и взрослыми.

По-прежнему ведущую роль в его жизни занимает игра. Основным двигателем развития размышления становится речь. С помощью речи он устанавливает взаимоотношения в группе сверстников, может выразить свои желания и протесты, задать вопросы, установить свои правила. Как же трудно бывает ребёнку с отсутствием речи оказаться в новой

обстановке!

Пример из практики



Семён К. (3 года 4 месяца). Ребёнок имеет низкий словарный запас, общается простой фразой. Дома его понимают с «полуслова и полужеста», а в детском саду мальчик ни с кем не общается. Ребёнок категорически отказывается ходить в детский сад. Каждое утро истерики. У ребёнка нет неврологической патологии, сохранный слух, он тяготится к общению, проявляет заинтересованность в игре. Из разговора с родителями узнаю, что с ребёнком они всегда разговаривали «взрослым» языком, сложными, развёрнутыми фразами, оба родителя имеют быстрый темп речи. Окружающая речевая среда оказывает значительное влияние на развитие ребёнка. Иногда их «речевой компьютер»

не в состоянии угнаться за быстрым темпом сложноорганизованной речи взрослых. Родителям были даны рекомендации говорить с ребёнком медленнее, простыми, эмоционально окрашенными фразами, давая малышу возможность наблюдать за движениями губ и языка говорящего. Родители выслушали рекомендации и применили их на практике. Малыш стал быстро набирать в речевом развитии. Даже не понадобились дополнительные занятия со специалистом.

Дети с любопытством осваивают новые предметы и действия с ними. Только взрослые должны быть рядом. Чтобы ребёнок научился и полюбил рисовать, ему надо вложить карандаш в руку. Вместе с ним провести первые линии. Постепенно дети начинают рисовать простые образы, пользуются цветами. Ребёнок может нарисовать красный дом, синее дерево. Пусть рисует, это его видение мира. С возрастом картины изменяются на реалистичные, а пока правополушарное творчество вызывает к жизни разнообразные, не всегда понятные взрослым образы. Обсуждайте, спрашивайте, восхищайтесь, но не исправляйте! Из кубиков можно построить замок или автостоянку. В строительном материале они хорошо разбираются: воспринимают до пяти и более форм предметов; семь и более цветов; дифференцируют предметы по величине; ориентируются в пространстве.

Состояние здоровья, положительный эмоциональный фон оказывают большое влияние на психическое развитие ребёнка. Многие дети с речевыми проблемами имеют труд-

ности поведения, повышенную нервную возбудимость, гиперактивность. Иногда простая организация режимных моментов приводит к повышению устойчивости детского организма к стрессовым ситуациям, снимает перевозбуждение, улучшает адаптацию к новым условиям. Режим – это определённый ритм жизни, последовательное чередование сна и бодрствования, приёма пищи и прогулок. Организм ребёнка чувствителен к переменам. Цейтнот ему не показан. Он его истощает. Спокойное отхождение ко сну под убаюкивающее чтение любящих родителей, лёгкие массажные движения снимут усталость и напряжение дня, сделают сон малыша крепким. А аромамасла апельсина или грейпфрута подготовят к пробуждению, легко активизируют нервную систему. К сожалению, вместо вечернего чтения многие практикуют просмотр эмоциональных мультфильмов. Часто маленьким детям даётся возможность выбирать самостоятельно. А выберут они не классические советские мультики с хорошим музыкальным сопровождением, а что-то заводящее, напряжённое, с повторяющими сюжетами и действиями. Такие мультики не показаны детскому мозгу. В результате вечером малыша не оторвать от телевизора. В доме начинаются истерики, крики, все на нервах, ребёнок возбуждён и поздно засыпает. Утром тоже просыпается под телевизор, а ведь известно, что последние минуты перед сном и первые после просыпания определяют весь предстоящий день, настраивают психику на взаимодействие с окружающими, глу-

боко сохраняются в памяти.

А вот в обучении маленького ребёнка эмоциональность необходима. Его память носит ситуативный характер: запоминается всё яркое, интересное, необычное. На природе поговорите с ним о смене времён года, в магазине – о продуктах, в зоопарке расскажите о животных и их детёнышах, по дороге в детский сад – о профессиях людей.

Беседуя, читая, рисуя, не забывайте про двигательную активность. Многие дети очень подвижны, но их подвижность хаотична, неуправляема. Они неуклюжи, часто падают, не могут поймать мяч, пройти по перекладине. Таким детям надо в первую очередь выполнять упражнения на координацию.

По своей природе все дети любознательны и старательны. Главное – не ограничивайте их желание всё делать самим. Чтобы они не зашли слишком далеко, мягко направляйте и координируйте их действия. Коля П. (4 года) прекрасно моет посуду, быстро управляетя с губкой и приговаривает: «Иди, мама, полежи, я сам всё помою!» Научите малыша правильно есть ложкой, управляться ножом и вилкой, не крошить хлеб, пользоваться салфеткой, не разговаривать во время еды и не отвлекаться. Это всё про вас? Если нет, то начните с себя. Уберите телефоны на время еды. Пусть принятие пищи будет ритуалом, а не запихиванием, зажёвыванием, поглощением. Мозг контролирует всё. Ему надо разобраться, что за пищу мы принимаем, чтобы дать команду на

выработку нужных ферментов. А если ребёнок в это время увлечён просмотром мультика, то активность мозга направлена в другое русло. В итоге ребёнок не может почувствовать вкуса пищи, он её толком-то и не жуёт, запихивает в себя.

Как же «научить» ребёнка аппетиту? Правила простые, но соблюдать их не всем удаётся:

1. Ничего не давайте на перекусы.
2. Погуляйте перед едой, «нагуляйте» аппетит.
3. Давайте пить чистую воду (не соки, не молоко или морсы).
4. Не поел – еду убрали. Следующий приём пищи по расписанию.
5. Красивая скатерть, яркая детская тарелочка или как у папы, большая.
6. За столом все только едят. Не сидят в телефонах, не смотрят телевизор. Все вместе решили, что приём пищи – это только приём пищи! Мозг и пищеварительная система «проснутся», заработают в унисон, и у малыша появятся пухлые щёчки и хорошее настроение!

Хорошие манеры прививаются с раннего детства. Маленькие леди и джентльмены здороваются, прощаются, благодарят, называют воспитателей по имени-отчеству. Как приятно слышать, когда такой кроха после занятия со специалистом говорит: «Спасибо. До свидания!»

Речь детей этого возраста становится более чёткой. К 4 годам ребёнок внятно произносит в словах гласные и согласные звуки, кроме шипящих («ш-щ-ж-ч») и сонорных («л-ль», «р-рь»). Окружающие должны следить за своей речью. Она должна быть чёткой, спокойной, интонированной. Необходимо учить детей пользоваться распространёнными предложениями, правильно согласовывать слова (например, красный дом, но красная чашка, красное яблоко, красные помидоры).

Высокая познавательная активность детей часто наталкивает родителей на мысль обучить их всему и сразу. Но определённая последовательность созревания мозговых структур и формирование новых навыков у детей имеют свои возрастные особенности. Развитие идёт от простого к сложному. Любая функция для своего развития должна иметь соответствующее мозговое обеспечение. Сложные виды деятельности не показаны маленьким детям. Они истощают, обкрадывают энергетическую систему мозга. Эти знания не развивают ребёнка, а быстро распадаются при неблагоприятных условиях (болезни, переутомления, стрессы). Несмотря на то, что ребёнок вы зубрил азбуку, он не может научиться чи-

тать, ему трудно запомнить фрукты, овощи, животных, он путает цвета и фигуры, не держит карандаш.

Родителям стоит обратить внимание на развитие речи ребёнка, если он общается с окружающими на «своём» языке; его словарный запас снижен; долго не появляются новые слова; не строит из накопленных слов предложений; не может повторить фразу из 3–4 слов. Это может привести к тому, что малыш будет замыкаться, отказываться от общения с другими детьми, так как они его не понимают, не принимают в игру. Важно проконсультировать у нейропсихолога, если он неловок, не может подняться по лесенке на детской площадке, не строит пирамидку из кубиков, у него нет счёта до трёх, не запоминает цвета; трудности с заучиванием стихов.



Развивающие задания

1. Интерактивное чтение хорошо развивает мозг ребёнка. Желательно читать в среднем по 10–15 минут обязательно с обсуждением прочитанного. Не надо принуждать к чтению насильно, постарайтесь сделать этот процесс интересным или просто эмоционально читайте. Незаметно ребёнок подойдёт сам и проявит интерес.

Детям этого возраста будут интересны песенки, потешки, заклички: «Пальчик-мальчик», «Заинька, попляши», «Ночь пришла», «Сорока, сорока», «Еду-еду к бабе, к деду», «Тили-бом! Тили-бом!», «Как у нашего кота», «Сидит белка на тележке», «Радуга-дуга».

Сказки: «Колобок» (в обработке В. Даля), «У страха гла-за велики» (в обработке М. Серовой), «Теремок» (в обра-ботке Е. Чарушина).

Стихи: К. Бальмонт «Осень»; А. Блок «Зайчик»; А. Кольцов «Дуют ветры...» (из стихотворения «Русская пес-ня»); А. Майков «Колыбельная песня», «Ласточка примча-лась...» (из новогреческих песен); А. С. Пушкин «Ветер, ветер! Ты могуч!..», «Свет наш, солнышко!», «Месяц, ме-сяц...» (из «Сказки о мёртвой царевне и о семи богатырях»); С. Маршак «Детки в клетке» и др.

2. Упражнения для рук:

- поднимать и опускать прямые руки вперёд, вверх, в сто-роны (одновременно, поочерёдно);
- перекладывать предметы из одной руки в другую перед собой, за спиной, над головой;
- хлопать в ладоши перед собой и отводить руки за спину;
- вытягивать руки вперёд, в стороны, поворачивать их ла-донями вверх, поднимать и опускать кисти, шевелить паль-цами.

3. Упражнения для развития мышц спины и гибкости позвоночника:

- передавать мяч друг другу над головой вперёд-назад, с поворотом в стороны (вправо-влево);
- из исходного положения сидя: поворачиваясь, положить предмет позади себя, повернуться и взять его, наклониться, подтянуть ноги к себе, обхватив колени руками;
- из исходного положения лёжа на спине: одновременно поднимать и опускать ноги, двигать ногами, как при езде на велосипеде;
- из исходного положения лёжа на животе: сгибать и разгибать ноги (поочерёдно и вместе), поворачиваться со спины на живот и обратно; прогибаться, приподнимая плечи, разводя руки в стороны.

4. Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног:

- подниматься на носки; поочерёдно ставить ногу на носок вперёд, назад, в сторону;
- приседать, держась за опору и без неё; приседать, вынося руки вперёд; приседать, обхватывая колени руками и наклоняя голову;
- поочерёдно поднимать и опускать ноги, согнутые в ко-

ленях;

- сидя захватывать пальцами ног мешочки с песком.

5. Катание на трёхколесном велосипеде по прямой, по кругу, с поворотами направо, налево.

6. Детям очень полезны упражнения на воде, их надо учить плавать.



Главное – движение. Развитие ребёнка в 4–5 лет



К 5-летнему возрасту постепенно меняются игровые взаимодействия. Дети в игре примеряют на себя разные роли и легко их меняют. В рисунке проявляется левополушарная детализация, прорисовываются туловище, глаза, рот, нос, волосы, иногда одежда и её детали. Дети могут самостоятельно занимать себя: вырезать ножницами, последовательно наклеивать элементы сюжета. Усложняется конструирование. Постройки могут включать 5–6 деталей. Формируются навыки конструирования по собственному замыслу и, что очень важно, планирование последовательности действий. Постепенно в работу включается премоторная кора, отвечающая

за развитие таких важных для обучения функций, как планирование, контроль выполнения действий. Мозг готовится к переходу на новый виток развития, от игровой деятельности к обучению.

Малыш справится с новыми задачами, если двигательная активность и обучение идут рука об руку. Обратите внимание: хорошо ли он удерживает равновесие, перешагивает через небольшие препятствия, ловко ли справляется с мячом? Если нет, уделите этому внимание!

В игровых упражнениях происходит развитие важных для дальнейшего обучения отделов мозга. Накапливается опыт по различению предметов по сенсорному признаку – величине, цвету, высоте, длине и ширине. В играх («Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушёл?», «Прятки») совершенствуется ориентация в пространстве, развиваются теменные области мозга. Они начинают использовать простые схематизированные изображения для решения несложных задач, интересуются лабиринтами. У детей с хорошей пространственной ориентацией обычно не бывает проблем с математикой. Постепенно у детей возрастает объём памяти. Они запоминают до 7–8 названий предметов в определённом порядке, хорошо учат стихи, запоминают поручения. Ребёнок этого возраста способен принять задачу на запоминание, запомнить и выполнить поручения взрослых, выучить большое стихотворение. Меняется сама структура мышления, оно становится наглядно-образным. Ребёнок может в ум-

ственном плане, отвлечённо от ситуации, решить какую-то практическую задачу. Может спрогнозировать, что произойдёт с предметами, находящимися на расстоянии друг от друга. В дальнейшем это поможет ему встать на позицию другого человека, с его стороны посмотреть на происходящее событие.

К пяти годам заканчивается сензитивный (наиболее активный) период по развитию речи. Что не сформировалось в речи к этому возрасту, в дальнейшем будет появляться намного сложнее и дольше. Нужно двигаться дальше с тем, что уже есть, что накоплено прежним опытом. Энергетические ресурсы должны перераспределяться. Приходит время решать другие задачи. А если ребёнок не говорит или говорит плохо? Мозг не даёт кредиты, чтобы вы отдали, когда сможете. Мозг энергетическая структура. У него нет ничего лишнего. Его ресурсы истощаются при болезнях, стрессах, зависимиях в гаджетах, непосильных образовательных задачах. Значит, в школе придётся обходиться тем, что есть, навёрстывая упущенное в авральном режиме, не успевая хорошо закреплять наработанное. Времени на закрепление, автоматизацию не останется. К повторению надо будет возвращаться вновь и вновь, затрачивая дополнительные часы, энергию и эмоции. Задача взрослых – внимательно относиться к возрастным особенностям ребёнка, развивать его вдумчиво, активно и в соответствии с возрастом.

К 5 годам происходит развитие всех компонентов устной

речи, практическое овладение нормами родного языка. Словарный запас детей зависит от речевого окружения, умения и желания взрослых развить познавательный интерес ребёнка и наполнить его мир новыми знаниями. Дети легко способны запомнить информацию о предметах, явлениях, событиях, не имевших места в их собственном опыте. Им уже не обязательно всё потрогать, понюхать, перевернуть, чтобы познать свойства предметов. Этот этап должен быть пройден. Уровень развития мышления ребёнка позволяет ему познавать окружающий мир не только через непосредственное соприкосновение. Он достаточно хорошо представляет себе, о чём идёт речь, рисуя зрительные образы и предполагаемые действия в своих мыслях. Хорошо ориентируясь в окружающем пространстве, ребёнок может назвать, где предмет находится (слева, справа, рядом, около, между). Он знает времена суток; употребляет слова-антонимы (чистый – грязный, светло – темно); существительные с обобщающим значением (мебель, овощи, животные и т. п.). Для успешного обучения грамоте важно развивать фонематический слух: умение слышать и различать звуки речи, называть слова, начинающиеся на определённый звук ([a], [у], [м] и др.). За это отвечают височные области мозга.

В предложениях дети усваивают грамматические категории, необходимые для дальнейшего овладения основами грамотности:

- правильно согласовывают слова в предложениях;
- используют сложные предлоги;
- образовывают форму множественного числа детёнышей животных (по аналогии); употребляют эти существительные в именительном и винительном падежах (лисята – лисята, медвежата – медвежат и т. д.).

Уровень развития речи и мышления позволяет малышу составить рассказ и описать предмет, картину; пересказать интересный отрывок из книги. Творческие натуры придумывают сказки, короткие рассказы. Совместное чтение поможет дополнить опыт ребёнка, разовьёт его внимание и память.

Что почитать?

Песенки и потешки: «Кот на печку пошёл...», «Сегодня день целый...», «Барашеньки...», «Идёт лисичка по мосту...», «Солнышко-вёдрышко...», «Иди, весна, иди, красна...».

Сказки: «Про Иванушку-дурачка» (в обработке М. Горького), «Война грибов с ягодами» (в обработке В. Даля), «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка» (в обработке Л. Н. Толстого), «Жихарка» (в обработке И. Карнауховой), «Лисичка-сестричка и волк» (в обработке М. Булатова), «Зимовье» (в обработке И. Соколова-Микитова); Ш. Перро

«Красная Шапочка», братья Гримм «Бременские музыканты».

Стихи: Я. Аким «Первый снег», А. Барто «Уехали», С. Маршак «Багаж», «Про всё на свете», «Вот какой рассеянный», «Мяч», С. Михалков «Дядя Стёпа», Е. Баратынский. «Весна, весна» (в сокр.), Ю. Мориц «Песенка про сказку», «Дом гнома, гном – дома!», Э. Успенский «Разгром», Д. Хармс «Очень страшная история».



Развивающие задания

1. Важно приучать детей к выполнению действий по сигналу (например, игра «Горячие стулья», нужно занять стул, когда прерывается музыка).
2. Упражнять в построениях, соблюдении дистанции во время передвижения.
3. Закреплять умение ползать, пролезать, подлезать, перелезать через предметы.
4. Формировать умение прыгать через короткую скакалку.
5. Закреплять умение принимать правильное исходное

положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

6. Учить ползать на четвереньках, опираясь на стопы и ладони; подлезать под верёвку, дугу (высота 50 см) правым и левым боком вперёд.

7. Обучить пролезанию в обруч, перелезанию через бревно, гимнастическую скамейку.

8. Уметь выполнять прыжки на месте на двух ногах (20 прыжков 2–3 раза в чередовании с ходьбой), продвигаясь вперёд (расстояние 2–3 м), с поворотом кругом. Прыжки через 2–3 предмета (поочерёдно через каждый) высотой 5–10 см. Прыжки с высоты 20–25 см, в длину с места (не менее 70 см).

9. Бросать мяч друг другу снизу, из-за головы и ловить его (на расстоянии 1,5 м); перебрасывать мяч двумя руками: из-за головы и одной рукой через препятствия (с расстояния 2 м). Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками (3–4 раза подряд); отбивать мяч о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд).

10. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления

мышц плечевого пояса:

- поднимать руки вперёд, в стороны, вверх (одновременно, поочерёдно отводить руки за спину из положений руки вниз, руки на поясе, руки перед грудью);
- размахивать руками вперёд-назад;
- выполнять круговые движения руками, согнутыми в локтях.

11. Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника:

- поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, разводя их в стороны;
- наклоняться вперёд, касаясь пальцами рук носков ног;
- наклоняться, выполняя задание: класть и брать предметы из разных исходных положений (ноги вместе, ноги врозь);
- наклоняться в стороны, держа руки на поясе;
- поворачиваться со спины на живот, держа в вытянутых руках предмет.

12. Ходьба на лыжах. Передвигаться на лыжах по лыжне скользящим шагом.

13. Плавание. Пытаться плавать произвольным способом. Игры на воде.

Развивайте у детей математические представления. Но помните, что счёт должен формироваться на основе наглядности. Поиграйте:

- назови числа по порядку;
- соотнеси каждое число только с одним предметом группы;
- соотнеси последнее числительное ко всем пересчитанным предметам, например: «Один, два, три – всего три кружка»;
- отсчитай предметы из большего количества;
- научите выкладывать, приносить определённое количество предметов в соответствии с образцом или заданным числом в пределах 5 (отсчитай 4 яблока, возьми 2 грибка).

На основе пространственных представлений формируется ориентировка во времени: представления детей о частях суток, их характерных особенностях, последовательности (утро – день – вечер – ночь).



На горизонте школа. Развитие ребёнка в 5–6 лет



Дошкольники учатся контролировать ситуацию и регулировать своё поведение. В игре они могут заранее распределять роли и менять своё поведение в зависимости от развития игры. Их речь звучит нескончаемым потоком, красиво оттеняясь интонациями, смешными выражениями, новыми словами. Саша Р. (мальчику 5 лет) показывает на небо перед закатом: «Тут небо светло, а там вечерно!»

Дети вступают в новые взаимоотношения, что создаёт первые конфликты на социальной почве. Группа лидеров делит между собой главные роли. Остальные создают «элек-

торат». А кому-то комфортно в одиночку собирать пазлы. Развитая речь во многом определяет успех среди сверстников. Ведь есть возможность аргументированно договориться и предложить свои правила. Формируются первые социальные роли с прицелом на будущее.

Свободная деятельность детей расширяется. Через рисунок они передают своё видение мира. На листе бумаги отражается гендерная принадлежность, настроение и даже движения героев. Развитие зрительного восприятия и формирование моторного навыка помогают нарисовать человека более детализированным и пропорциональным. Появляются пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежда может быть украшена различными деталями. Рисунок человека часто используется в диагностических тестах и говорит о психологической зрелости и умственном развитии. Например, отсутствие схематичности и толщины конечностей в рисунке человека может говорить о проблемах в развитии. Упрощённая схема изображения даже у школьников часто является признаком преобладания словесно-логического мышления над образными и эмоциональными процессами.

Развитие творческих способностей детей вовлекает в работу правополушарные механизмы развития психики. Интеллект – это не только показатель IQ, он напрямую связан с возможностью творчески мыслить, фантазировать, устанавливать дружеские отношения и даже считывать невербальную информацию. Дети с особенностями развития и пове-

дения в своих рисунках отражают своё видение мира. Часто это хаотичные геометрические фигуры, закрученные спирали, линии без начала и конца, уходящие за пределы листа, своеобразная цветовая гамма.

Пример из практики



Коля В. (4 года 3 месяца). Мальчик с особенностями поведения. Ребёнок не привлекается к занятиям, раскидывает, ломает, бросает игрушки. Речь состоит из отдельных звукоподражаний, лепетных слов. Мальчик не стремится к коммуникации. Не подходит к детям, ни с кем не играет. На групповых занятиях по рисованию его рисунки отличаются от рисунков других детей. Ёлки у него ярко-красные, птицы сине-чёрно-жёлтые, море – оранжевое. И он совершенно не интересуется, как рисуют другие, не подстраивает свои рисунки под образец, и мнение других его

не волнует. Бабушка очень переживает. Пытается объяснить, что рисовать надо «правильно». Но дети должны рисовать как хочется, как видится. Внутренние перемены хорошо отражаются в рисунках детей. Мы встретились с мальчиком через восемь месяцев. У него прослеживался значительный прогресс в развитии речи и в поведении. Нет протестных реакций, выполняет просьбы, активно общается. И рисунки стали другими: деревья зелёными, дом коричневый, море синее. Однако не следует переоценивать диагностические возможности рисунков. Иногда особое видение мира остаётся с человеком навсегда, и мы наблюдаем это в картинах художников.

Мозг ребёнка постепенно готовится к новой роли. Обучение должно прийти на смену игровой деятельности. Понятие «школьной зрелости» включает в себя особую зрелость внимания. Важно уметь запоминать не только яркие и значимые образы, но и то, что не вызывает особого интереса, но необходимо. Произвольное внимание становится ведущим.

Основой для овладения школьными навыками является развитая речь. К 5-летнему возрасту происходит практическое овладение всеми нормами родного языка. Зоной ближайшего развития является овладение грамотностью. Базой, фундаментом, на котором выстроится изящное здание словесности, является способность языковыми средствами выстраивать коммуникацию.

Очень важным является процесс усвоения последователь-

ностей. Дети должны знать, что завтра скоро наступит, а вчера уже было. Они уже способны точно контролировать время исполнения желаний. Их уже не проведёшь, они точно знают, что до похода в цирк осталось четыре дня. И с постоянством часовой кукушки будут отсчитывать оставшиеся дни. Ребёнок из познавательного мультика может запомнить последовательность дней недели, названия времён года, но активность мышления, логика формируются из общения со взрослыми на основе реального опыта ребёнка.

Эти знания носят абстрактный характер, и поэтому дети с проблемами развития усваивают их с большим трудом. Невозможно понять смысл пространственных отношений (вверху – внизу, впереди (спереди) – сзади (за), слева – справа, между, рядом с, около), не проделав этот путь собственным телом, ногами, руками. После умения двигаться в разных направлениях формируются понятия: «Я стою между Катей и Тоней, перед Мишой, позади (сзади) Маши, перед Наташей, около Славы»; «Слева от мишкы сидит лиса, а справа от кубика стоит лошадка». Из умения располагать в пространстве предметы формируется умение ориентироваться на листе бумаги (справа – слева, вверху – внизу, в середине, в углу), а в дальнейшем речевые предложно-падежные конструкции (птица вылетела из гнезда, влетела в гнездо и т. д.).

Пример из практики



Никита П. (8 лет, ученик 2 класса). Ребёнок делает много ошибок в классных работах: пишет вместе предлоги и слова, отделяет приставки от корня слова, не видит границ предложения. У мальчика не сформированы понятия о сторонах собственного тела. Для него сложно выполнить инструкции на пространственную ориентацию, расположить правильно предметы относительно друг друга. Когда у ребёнка были сформированы основные понятия (справа – слева, вверху – внизу и т. д.), он научился правильно располагать предметы, без ошибок выполнять графические диктанты, то и ошибок, связанных с написанием предлогов и приставок, в письменных работах стало намного меньше.

К 5-летнему возрасту звукопроизношение детей почти

сформировано, в речи присутствуют все звуки. Дети имеют развитый фонематический (речевой) слух. Они без труда различают даже близкие по звучанию согласные звуки: с – з, с – ц, ш – ж, ч – ц, с – ш, ж – з, л – р; определяют место звука в слове (начало, середина, конец). Если ещё возникают ошибки в ударениях, то лучше давать исправить их самостоятельно: послушай и скажи правильно!

Дети усваивают основные правила грамматики: согласования существительных с числительными (пять яблок, трое котят) и прилагательных с существительными. Школьная грамотность будет складываться из умения образовывать новые слова: для хранения сахара нужна сахарница, хлеба – хлебница, масла – маслёнка (но не масленица), соли – солонка (но не сольница); воспитывает – воспитатель; учит – учитель; строит – строитель и т. д. Значительные нагрузки на речевую систему могут истощать детей.

Сложные пересказы, ответы на вопросы, грамматические упражнения лучше сочетать с короткими физкультминутками. Двигательные упражнения длительностью 1–3 минуты восстановят энергетический потенциал мозга, улучшат переключаемость с задания на задание. Для медлительных детей это даст дополнительный источник энергии, гипервозбудимым поможет сбалансировать процессы возбуждения и торможения. Выберите из списка несколько упражнений и проделайте их с ребёнком.



Развивающие задания

1. Выполните с детьми упражнения:

- ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево;
- ходьба с приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками.

2. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена (бедра), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое.

3. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом;

- переползание через препятствия;
- ползание на четвереньках (расстояние 3–4 м), толкая головой мяч;
- ползание по гимнастической скамейке, опираясь на

предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками.

4. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами.

5. Прыжки на двух ногах на месте, чередование с ходьбой, разными способами. Прыжки через короткую скакалку.

6. Бросание:

- мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд);
- одной рукой (правой, левой не менее 4–6 раз);
- бросание мяча вверх и ловля его с хлопками;
- перебрасывание мяча из одной руки в другую, друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком от земли);
- отбивание мяча о землю на месте с продвижением шагом вперёд.

7. Ритмическая гимнастика. Красивое, грациозное выполнение знакомых физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

8. Упражнения для рук:

- разводить руки в стороны из положения руки перед грудью;
- поднимать руки вверх и разводить в стороны ладонями вверх из положения руки за голову;
- поднимать руки со сцепленными в замок пальцами (кисти повёрнуты тыльной стороной внутрь) вперёд-вверх;
- поднимать руки вверх-назад попеременно, одновременно.

9. Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место.

Что почитать?

Сказки: «Лиса и кувшин», «Заяц-хвастун» (в обработке О. Капицы); «Крылатый, мохнатый да масляный» (в обработке И. Карнауховой); «Хаврошечка» (в обработке А. Н. Толстого); «Царевна-лягушка» (в обработке М. Булатова); «Рифмы», авторизованный пересказ Б. Шергина; «Сивка-Бурка» (в обработке М. Булатова); «Финист – Ясный со-кол» (в обработке А. Платонова); Т. Александрова «Домовёнок Кузька» (главы);

Стихи: И. Бунин «Первый снег»; А. С. Пушкин «Уж небо осеню дышало...» (из романа «Евгений Онегин»), «Зимний

вечер» (в сокр.); А. К. Толстой. «Осень, обсыпается весь наш бедный сад...»; М. Цветаева «У кроватки»; С. Маршак «Пудель»; С. Есенин «Берёза», «Черёмуха»; И. Никитин «Встреча зимы»; А. Фет «Кот поёт, глаза прищуря...».

Повести и рассказы: Б. Алмазов «Горбушка»; А. Гайдар «Чук и Гек» (главы); С. Георгиев «Я спас Деда Мороза»; В. Драгунский «Друг детства», «Сверху вниз, наискосок» (из цикла «Денискины рассказы»); К. Паустовский «Кот-ворюга»; В. Бианки «Сова»; Борис Заходер «Серая Звёздочка».

Чтение занимает значительное место в развитии дошкольника. Самый лучший вечер – это вечер за чтением любимой книжки! Приключения героев учат мужеству, доброте, отзывчивости. Поговорите с ребёнком о тайном смысле сказки. Он открывается только внимательному и думающему слушателю. Предложите придумать другой конец сказки или рассказа, дать герою своё имя или сочинить новое название.

По мотивам сказки можно создать аппликацию. Работа с разной по текстуре бумагой развивает тактильные ощущения, обогащает сенсорный опыт ребёнка. Бумага «всё стерпит»: её можно рвать на кусочки и клеить; мять и рассматривать комочки; резать и смотреть, что получается. Это завораживает детей, останавливает непосед, взбадривает тихонь. Кроме сенсорного опыта дети тренируют пальцы рук для будущего письма, развиваются словарный запас, учатся последовательному выполнению действий с прицелом на результат.

Что послушать?

«Марш», муз. Д. Шостаковича; «Колыбельная», «Парень с гармошкой», муз. Г. Свиридова; «Листопад», муз. Т. Попатенко, сл. Е. Авдиенко; «Марш» из оперы «Любовь к трём апельсинам», муз. С. Прокофьев; «Зима», муз. П. Чайковского, сл. А. Плещеева; «Осенняя песня» (из цикла «Времена года» П. Чайковского); «Полька», муз. Д. Львова-Компанийца, сл. З. Петровой; «Мамин праздник», муз. Е. Тиличевой, сл. Л. Румарчук; «Моя Россия», муз. Г. Струве, сл. Н. Соловьёвой; «Кто придумал песенку?», муз. Д. Львова-Компанийца, сл. Л. Дымовой; «Детская полька», муз. М. Глинки; «Дед Мороз», муз. Н. Елисеева, сл. З. Александровой; «Утренняя молитва», «В церкви» (из «Детского альбома» П. Чайковского); «Тяв-тяв», муз. В. Герчик, сл. Ю. Разумовского; «Птичий дом», муз. Ю. Слонова, сл. О. Высотской; «Горошина», муз. В. Карасевой, сл. Н. Френкель; «Гуси», муз. А. Филиппенко, сл. Т. Волгиной.

Действие музыки на мозг трудно переоценить. Музыка всегда сопровождала человека. Во всех жизненных обстоятельствах. В радости, горести, печали, любви, молитве. С. В. Шушарджан (доктор медицинских наук, оперный певец, создатель музыкотерапии) отмечает в своих работах, что создаваемые мозгом волны можно изменять с помощью музыки. Музыка регулирует эмоции, повышает активность, об-

легчает усвоение новых положительных установок и форм поведения.

Согласно исследованию учёных (английский журнал *Journal of Advanced Nursing*), прослушивание музыки может уменьшить хроническую боль на 21 % и депрессию на 25 %. Для улучшения психофизических характеристик слушать музыку необходимо не менее часа ежедневно, кроме того, 45 минут спокойной музыки перед сном улучшает качество сна.

Но не любая музыка полезна мозгу. Положительно влияет на мозг классическая, духовная музыка, колыбельные песни. Кроме того, через музыку дети познают ритм, учатся передавать через движения характер музыки, её эмоционально-образное содержание; умение свободно ориентироваться в пространстве.

Как избежать школьной дезадаптации?



К 7-летнему возрасту организм здорового ребёнка обычно готов к школьным нагрузкам. Если все этапы развития пройдены благополучно, то и бояться школьного обучения не стоит. Но, к сожалению, детей с трудностями обучения становится больше год от года. На приём к логопеду родители приводят и первоклассников, и даже учеников старших классов, неспособных справиться со школьной программой. Учёные утверждают, что это связано с целым букетом причин, таких как биологическая незрелость определённых мозговых систем и, как следствие, их функциональная недо-

статочность. По мнению специалистов, почти 70 % трудностей, возникающих у младших школьников при овладении письмом, чтением, счётом, вызваны именно проблемами с работой мозга. У большинства таких детей отсутствуют выраженные нарушения интеллекта, у них сохранный слух, нет серьёзных отклонений в состоянии зрения, двигательной сферы. Но они не могут принять правила и нормы поведения, рассеянные и медлительные или, напротив, гиперактивные, плохо запоминают учебный материал, рассеянные, и у них абсолютно отсутствует желание учиться, они настроены только на игровую деятельность.

Это принято называть школьной незрелостью. При медицинском обследовании неврологи могут выявить у таких детей лёгкое поражение центральной нервной системы или минимальную мозговую дисфункцию (ММД). Эти нарушения не вызывают гибели клеток мозга, изменяется лишь их активность, что приводит к функциональной слабости определённых областей мозга. Медицинское вмешательство в этом случае бывает необходимо для того, чтобы помочь ребёнку. Это помогает справиться с непосильными для него нагрузками.

Готовность ребёнка к школе начинает формироваться задолго до поступления его в первый класс. И это не столько умение читать и считать, сколько общий уровень психолого-психической зрелости, сформированность познавательных процессов, речевое развитие, учебная мотивация, способность

к саморегуляции. При этом важно помнить, что, развивая, обучая ребёнка, мы не должны наносить вреда его физическому и психическому здоровью. Развитие должно быть гармоничным и последовательным, с учётом возможностей его мозга и возрастного периода развития. Иначе можно не только вызвать умственную перегрузку, но и нанести серьёзный вред здоровью.

Пример из практики



На приёме папа с дочкой (6,5 лет). Папа жалуется, что ребёнок плохо говорит, пропускает и путает звуки, не может чётко выразить свои мысли, не запоминает новый материал. Его интересует, сколько нужно провести занятий, чтобы подготовить девочку к школе.

Невозможно просто взять и вложить одномоментно в го-

лову ребёнка определённый массив информации. Детский мозг усваивает всё постепенно. На основе одних знаний формируются другие, более сложные. Это последовательный процесс, и побеспокоиться об этом нужно не за три месяца до первого сентября и даже не за полгода, а минимум за два года до школы!

Что же делать, если время упущено и скоро в школу? Как помочь детям подружиться со школой? Ведь от базы, заложенной на первых этапах обучения, во многом зависит будущий успех. Специальным образом подобранные упражнения помогут значительно активизировать работу мозга, будут способствовать развитию речи, мышления, внимания.

Эти упражнения подбираются в зависимости от трудностей ребёнка. Некоторые из них направлены на развитие фонематического слуха, который обеспечивается работой левой височной области, другие – на развитие зрительного восприятия, нарушения которого связаны с затылочными областями мозга, или на поддержание определённого уровня избирательной активации мозга. Комплекс нейропсихологических упражнений для экспресс-помощи на дому представлен в конце книги.

Некоторые родители, упустив важные моменты в развитии малыша, перед школой стремятся быстро наверстать упущенное время, загоняя себя и ребёнка в бесконечных развивающих занятиях. Надеются на чудо, покупая препараты, активно стимулирующие мозг ребёнка. Но желание роди-

телей получить лекарство, которое запустит у неговорящего ребёнка речь, научит быстро читать и писать без ошибок, к сожалению, не исполнимо. Медицинские препараты часто просто необходимы, но назначить их может только врач. Однако это лишь часть помощи. Знание основных закономерностей развития малыша с учётом его индивидуальных особенностей, при необходимости консультирование у специалистов (логопедов и нейропсихологов) поможет не только избежать дальнейших трудностей обучения, но и сделает это обучение успешным, активным, плодотворным, что будет залогом успешной реализации заложенной в каждом ребёнке одарённости!

Экспресс-диагностика психологической готовности к школе

Следующие тесты помогут определить уровень развития произвольной регуляции и коммуникативных способностей ребёнка ещё до поступления его в школу. Эти компетенции сложнее всего даются современным детям и зачастую приводят к нарушению школьной адаптации.

1. Тест «Узор по правилам»

Позволяет выявить уровень произвольной регуляции де-

ятельности.

Предложите ребёнку нарисовать ряд из знакомых геометрических фигур, знаков или букв в тетрадь под диктовку, а затем продолжить его по образцу. Уточните, что фигуры по размеру вписываются в 1 клеточку, расстояние между элементами в ряду 1 клетка. Дайте возможность потренироваться. Расскажите, что в ряды фигур будут включены крестики («х») и палочки («|»).

Инструкция: «Сейчас мы будем рисовать в ряд узор из букв, крестиков и палочек. Я буду говорить, что нужно рисовать, а ты внимательно слушай и рисуй их по порядку на одной строчке. Внимание! Начали рисовать... (диктуется первый узор). Теперь будь внимательным, продолжи ряд в том же порядке до конца строчки».

Образцы заданий:

1. **Δ x O П x O П x**

2. **Д || Δ || Д || Δ ||**

3. **x x O П x x O П**

Таким образом каждая последовательность, выполненная ребёнком, состоит из двух частей: 1) с пошаговой инструкции взрослого; 2) выполненная самостоятельно. Каждая часть узора оценивается отдельно. Результаты выполнения трёх заданий по первой части и по второй части складываются.

Оценка результатов:

- последовательность полностью соответствует заданной: 3 балла;
- узор похож на заданный, но есть ошибки и пропуски элементов: 2 балла;
- задание не выполнено: 1 балл.

Выполнение задания по инструкции взрослого. Результат 8–9 баллов свидетельствует о том, что у ребёнка достаточно сформирован навык работы по инструкции взрослого, он способен внимательно выполнять задания. Результат 5–6 баллов говорит о том, что данное важное для учёбы качество сформировано недостаточно хорошо. Необходимо выяснить, почему ребёнок допустил ошибки: не принял задачу взрослого; не понял, что надо делать; не настроился на работу или не хотел выполнять задание. В этом случае ребёнку будут показаны коррекционно-развивающие упражнения

и игры. Результат 0–3 балла – низкий. Чаще всего такой результат показывают дети, не имевшие опыта взаимодействия со взрослым в ситуации обучения, не имеющие навыка работы по инструкции.

Самостоятельное продолжение узора. Тест позволяет определить уровень развития действий самоконтроля и самооценки (на том элементарном уровне, который необходим для начала школьного обучения), а также способности понимать задачу, поставленную педагогом, и руководствоваться ею при самостоятельном выполнении задания. Дети 6–7 лет вторую часть задания чаще всего выполняют хуже, чем первую. Это закономерное проявление возрастных особенностей старших дошкольников. Результат 8–9 баллов считается хорошим, 5–6 баллов – средним, 0 баллов – низким.

2. Тест «Социальные контакты»

Позволяет выявить уровень коммуникативных навыков.

Внимательно прочитайте вопросы и постарайтесь ответить объективно. Если вы отвечаете «да», то оцениваете данный пункт в 1 балл, если нет – 0 баллов.

1. Держится подальше от играющих детей, шумных компаний сверстников.
2. Не приходит на помощь к другим, даже если его об этом

просят.

3. Не вступает в дружеские отношения с другими детьми, не проявляет дружелюбия.
4. Жадничает, не делится игрушками и сладостями.
5. Не любит быть лидером, соглашается на второстепенные роли.
6. У него нет друзей.
7. Постоянно жалуется, что его все обижают.
8. Сторонится других детей, избегает общения.
9. В игре всегда стремится получить главную роль; если не получает – скандалит, отказывается играть.
10. Не любит играть с другими детьми, предпочитает быть один.

Оценка результатов:

7–10 баллов – негативное отношение к другим детям вызывает серьёзные трудности в общении, что может значительно затруднить установление контактов с одноклассника-

ми, усложнить процесс школьной адаптации;

4–6 баллов – трудности обусловлены неумением устанавливать контакты со сверстниками, чаще всего из-за недостаточного опыта общения или неуверенности в себе;

1–3 балла – трудности в общении ситуативны и не являются препятствием для социальных контактов.



Игры, полезные для мозга



Современная статистика говорит о том, что каждый третий ученик в классе имеет те или иные трудности обучения, проблемы с поведением или просто не может высидеть в классе 45 минут не отвлекаясь. Многих родителей мучают сомнения. Может быть, проблемы надуманные и это просто дополнительное выкачивание денег из родителей? Сомневающийся папа неговорящего ребёнка 4 лет так мне и сказал: «Я пришёл по настоянию жены, сам я в этом проблемы не вижу. Я тоже заговорил поздно и довольно успешен в жизни!» Я могу только порадоваться за него. На мой вопрос, какие воспоминания из детства у него остались, он ответил, что это

игры с ребятами во дворе, «прятки», «вышибалы», в школе игра «Зарница». Всё свободное время проходило на улице в подвижных играх, «войнушках», «разведчиках» и тому подобных мальчишеских забавах небольших городков и деревень. А его сын даже на приёме у специалиста сидел, уткнувшись в планшет, пока я беседовала с папой. Он не обращал внимания на яркие пособия, не попросил кубики, всё, что интересовало его, – это поскорее вернуться к постоянно повторяющемуся сюжету с машинками в папином телефоне.

У детей даже с небольшой незрелостью мозга не остаётся шансов справиться с трудностями самостоятельно. Мозг развивается в движении, постепенно осваивая новые пространственные ниши. Но родители нацелены на быстрый результат. Отстающего ребёнка записывают во всевозможные кружки по развитию: ментальная математика, английский с носителем, раннее обучение чтению и т. д. А проблем не становится меньше. У ребёнка нарастают протестные реакции, усталость, а взрослые списывают это на лень ребёнка.

Пример из практики



Саша К. (ученик 6 класса). Мама с кипой исписанных тетрадок и отчаянием на лице говорит, что она в тупике и не знает, что делать. Саша ещё до школы занимался с логопедом – ставили звуки, развивали речь. Но мальчик упорно не хотел читать и писать. Уже с первого класса мама буквально «зависала» над ним по несколько часов, выполняя с ним домашние задания. Через год обычную школу сделали лицеем и ввели изучение двух языков. Трудности стали нарастать снежным комом у половины учеников класса. Всё время ребёнок проводит за выполнением уроков, свободного времени нет, а если оно появляется, то ребёнок делает выбор в пользу компьютерных игр.

Учёные выяснили, что для развития мозгу нужны движение и «обогащённая среда». Двигательная активность вы-

зывает к жизни новые нейроны, а чтобы они «встроились» в структурные связи мозга, им отпущено 28 дней. Если за это время они остаются невостребованными, они уничтожаются. При этом по отношению к ним применима теория Хебба об активности в процессе обучения: если мы не задействуем новые нейроны, то теряем их.

У учеников Нейпервиллского округа США в программу коррекции дисграфии (специфические проблемы при письме) входит первый урок по физкультуре. Если день начинается с обычной пробежки, то уровень активности мозга и способности усваивать новый материал значительно повышается. Физическая активность приводит к выработке нейромедиаторов и других важных для мозга нейрохимических веществ, ответственных за обучение и запоминание.

Учёный из Иллинойского университета, психолог Чарльз Хиллман измерил уровень внимания, рабочей памяти и скорости выполнения заданий у 40 учеников. С помощью энцефалограммы он измерил активность нейронов. Исследования показали, что результаты были значительно лучше у физически развитых детей. У них определялась более концентрированная работа мозга. Другими словами, лучшая спортивная подготовка ребёнка определяет наличие у него более высокого уровня внимания и отличные результаты в тестах. Кроме того, физически развитые дети легче успокаиваются после неудач, не впадают в депрессии.

Но проблема в том, что насиливо навязываемая двигатель-

ная активность не приносит таких позитивных результатов, как добровольная. Значит, надо сделать так, чтобы ребёнку стало интересно заниматься спортом. В этом случае лучший пример для него – родители.

В чём же польза физических упражнений и как они влияют на обучение? Учёные доказали, что они улучшают настрой мозга, повышая его восприимчивость, внимание и целеустремлённость. Они готовят и побуждают нервные клетки к активизации взаимных связей, что на клеточном уровне создаёт основу для восприятия новой информации. А ещё они способствуют развитию новых нервных клеток из стволовых, имеющихся в гиппокампе (структура мозга, отвечающая за память).

А какие упражнения выбрать? Унифицированных упражнений для мозга пока не разработано, учёные ещё только подходят к этой задаче. Но специалисты выяснили, что лучшее время для решения сложных интеллектуальных задач – почти сразу после физической нагрузки, когда происходит перераспределение кровотока. Нейрофизиологи провели эксперимент: половина испытуемых смотрели фильм, другие занимались на тренажёрах. Результаты фиксировали непосредственно перед экспериментом, сразу же после него и ещё раз спустя 20 минут. У тех, кто смотрел фильм, никаких изменений не обнаружилось. А вот те, кто занимался на тренажёрах, принимали решения быстрее и правильнее. В серии исследований возможностей человека, проведённых в

2007 году, немецкие учёные установили, что скорость запоминания иностранных слов после физических упражнений повышается на 20 %. Не мучайте ребёнка зубрёжкой и переписыванием, а лучше отправляйтесь с ним на пробежку или велопрогулку!

Японские учёные также провели исследование, которое показало, что получасовой джоггинг (бег трусцой) всего два-три раза в неделю за три месяца существенно улучшает мыслительные функции. Чем сложнее движения, тем более непростыми становятся синаптические связи мозга. Новые двигательные нейронные цепочки создаются благодаря движениям, но они могут быть задействованы и в мыслительных процессах. Именно поэтому обучение игре на пианино облегчает понимание математики.

Нейропсихологи рекомендуют постоянную физическую нагрузку детям, состоящую в ритмизированном поочерёдном использовании конечностей (ходьба, бег, плавание, велосипед, ритмические танцы и т. п. – до ощутимой усталости, но не до изнеможения).

В последнее время учёные большое внимание уделяют такой структуре мозга, как мозжечок. Он участвует не только в координации движений, как считалось раньше, но и в генерировании мыслей, внимания, эмоций и даже навыков социального общения. Выполняя физические упражнения, особенно связанные со сложными движениями, мы заставляем его автоматизировать знания, делать их более прочными, по-

вышаем уровень общей активности мозга.



Развивающие задания и игры

Примерный перечень основных движений, подвижных игр и упражнений для дошкольников 6–7 лет:

1. Ходьба по узкой рейке, гимнастической скамейке, по верёвке (диаметр 1,5–3 см) прямо и боком. Кружение с закрытыми глазами (с остановкой и выполнением различных фигур).
2. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колено, сильно сгибая ноги назад, выбрасывая прямые ноги вперёд, мелким и широким шагом.
3. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу, гимнастическую скамейку несколькими способами подряд.
4. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3–4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотами.

том кругом, продвигаясь вперёд на 5–6 м, с зажатым между ног мешочком с песком. Прыжки через 6–8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, верёвку вперёд и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением.

5. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3–4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочерёдно на месте и в движении.

6. Разводить и сводить пальцы; поочерёдно соединять все пальцы с большим.

7. Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза, балансируя на большом набивном мяче (вес 3 кг).

8. Ездить на двухколёсном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате. Игры на велосипеде. «Достань предмет», «Правила дорожного движения» и др.

9. Плавание. Выполнять вдох, затем выдох в воду (3–10

раз подряд). Погружаться в воду с головой, открывать глаза в воде. Скользить на грузи и спине, двигать ногами (вверх-вниз).

10. Бадминтон. Учить правильно держать ракетку. Перебрасывать волан ракеткой на сторону партнёра без сетки, через сетку.

Перечислим также **любимые игры наших родителей, дедушек и бабушек**. Вспомните свои игры и увлеките ими своих детей. Эти игры решают многие нейропсихологические проблемы.

1. «Двенадцать палочек»

Это усложнённый вариант игры в прятки. Нужна дощечка и 12 палочек (не похожих на другие валяющиеся на природе щепки, сучки и веточки). Дощечку кладут на камень, чтобы один конец был приподнят (как качели) – на него выкладывают 12 палочек. По другому концу один из игроков топает ногой, и палочки разлетаются. Пока водящий собирает палочки, все игроки прячутся. Собрав палочки, вбда начинает искать. Если нашёл кого-то из игроков, то оба (и вода, и найденный) со всех ног бегут к дощечке с палочками. И тут уж кто прибежит первым. Если первым прибегает игрок, которого нашли, то вода продолжает искать других игроков. А если первым прибежит вода, то другой игрок сам становится

водой, и игра начинается заново.

2. «Казаки-разбойники»

Игроки делятся на две команды. Разбойникам – убегать, казакам – их догонять. Пространство игры нужно обсудить заранее, например, от школы до гаражей или в пределах одного двора.

Разбойники убегают прятаться, а казаки ждут какое-то оговорённое время (например, 5–10 минут) и отправляются на поиски. Убегая и прячась, разбойники должны мелкими ставить стрелки-подсказки – направление, в котором они бегут. В финале может быть несколько вариантов: казакам нужно просто найти всех разбойников. Или казакам нужно выведать у разбойников секретное слово… Тут уж всё зависит от фантазии.

3. «Море волнуется раз…»

Водящий закрывает глаза и произносит медленно: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура на месте замри!» Пока он говорит, все игроки двигаются, плавно изображая морские волны. А на слове «замри» замирают, изображая любого морского жителя или растение. Водящий открывает глаза и подходит к каждому по очереди. Тот, к кому вода подходит и до кого дотрагивается, «оживает» и изображает свою морскую фигуру. Водящий должен угадать все фигуры. Тот, чью фигуру не угада-

ли, сам становится водящим.

Есть вариант – изображать не морские фигуры, а придумывать каждый раз новую тему: цветы, предметы кухни, профессии и т. д.

4. «Резиночки»

Идеальное количество играющих – 3 или 4 человека. Для игры нужна длинная резинка, которая связывается и натягивается, чтобы через неё можно было прыгать. Двое держат. Если попрыгуний три, то одна прыгает. Если четверо – то прыгают по двое «парами».

Вариантов – миллион. Уровней 6–7: 1 – резинка натянута по щиколотку; 2 – по колено; 3 – по бедро; 4 – назывался «жэпэ», понятно, где находилась резинка; 5 – пояс; 6 – подмышки. И для самых прыгучих и длинноногих 7-й уровень – шея.

Сначала нужно было перепрыгнуть по очереди обе резинки двумя прыжками. Если это не удавалось, то снова начинались прыжки с первого уровня, но уже фигурные – по три, задом, крест-накрест. Если девочка не допрыгивала или защевала вторую резинку (в зависимости от правил), она менялась местами с кем-то из державших резинку.

5. «Классики»

Мелом на асфальте рисуются большие клетки с цифрами от 1 до 10. Биточкой (банка, камешек) нужно попасть в кле-

точку, а потом прыгнуть туда же (на двух или на одной ноге, в зависимости от уровня сложности). Так нужно пропрыгать по всем клеткам от 1 до 10.

6. «Тише едешь – дальше будешь»

Прочерчиваются линии старта и финиша. Все участники стоят на старте, а водящий – спиной к ним на линии финиша. Водящий начинает говорить: «Тише едешь, дальше будешь, стоп!» Говорит он в любом темпе. За время, пока он говорит, участники стараются добежать до него. Но после слова «стоп» все замирают и не шевелятся. Если шевельнулся – выбываешь. Задача участников – добежать до водящего и дотронуться до него, пока он не сказал «стоп».

7. «Чай-чай-выручай»

Это усложнённые «догонялки» или «салки». Тот, кого во время игры осалил вода, должен замереть на месте, расставить руки в стороны и с криками «чай-чай-выручай» ждать, когда его «выручит» (дотронувшись) кто-то из убегающих.

8. «Вышибалы»

Двое перекидывают мяч друг другу, а все остальные стоят между ними в центре и стараются увернуться от мяча. Задача бросающих – попасть в тех, кто в центре. Задетый мячом игрок выходит из игры. Так продолжается, пока в центре не останется один игрок. Он должен увернуться от мяча столь-

ко бросков, сколько ему лет. Если увернётся, то все «вышибленные» из центра возвращаются. Если не увернётся, то воды меняются.

9. «Кис-мяу»

Ребята садятся на скамейку. Вода стоит перед ними, а игрок – спиной к водящему (он никого не видит). Водящий показывает на кого-то из ребят и спрашивает игрока «кис?». Если игрок отвечает «брысь», то вода выбирает дальше. «Кис?» Если игрок отвечает «мяу», то пара ему найдена. Он по-прежнему не видит, кто это, и теперь должен выбрать цвет. Цвет означает, какое задание игрок будет выполнять в паре с тем, кого только что выбрал вслепую. Синий – поцелуй в руку. Розовый – в щёку. Красный – поцелуй в губы. Оранжевый – пройтись под ручку. Фиолетовый – сделать гадость (наступить на ногу, дёрнуть за волосы и т. д.). Жёлтый – задать три вопроса наедине. Зелёный – три вопроса, на которые можно ответить только «да». И тут уж компания веселилась. Самым страшным был вопрос «Ты его любишь?», а самым страшным цветом был белый – он означал «пять минут наедине».

10. «Вы поедете на бал?»

Играют двое. Один спрашивает: «Да» и «нет» не говорите, чёрно-белое не берите. Вы поедете на бал?» Второй отвечает, не произнося «да» и «нет», не выбирай чёрный и бе-

лый цвет. А вопросы ему задают любые – про платье, про то, на чём поедет на бал, как и с кем будет танцевать и т. д. Во-просы задаются любые, а отвечающий должен внимательно следить за своей речью.

11. «Колечко-колечко»

Игра на внимание и реакцию. Все игроки садятся в ряд, складывают ладони «лодочкой». Водящий берёт мелкий предмет (монетку, пуговку, серёжку, колечко) и, по очереди подходя к каждому и вкладывая свои ладони в ладони игрока, передаёт незаметно предмет кому-то одному. А потом произносит: «Колечко-колечко, выйди на крылечко!» В этот момент тот, у кого в руках «колечко», должен вскочить и убежать, а задача остальных игроков – задержать его.



Распространённые проблемы и первая помощь в их решении



До сих пор даже в медицинской среде существует мнение, что коррекционная, логопедическая помощь ребёнку необходима только после 3 лет. До этого возраста общее наблюдение и коррекцию в развитии ребёнка осуществляют в основном врачи, массажисты, специалисты по лечебной физкультуре. Однако уже в первые месяцы жизни ребёнка могут возникнуть проблемы, которые без коррекционной педагогической помощи приводят к серьёзным речевым и даже интеллектуальным нарушениям.

Чтобы правильно оценить, как развивается ребёнок, как формируется его речь, необходимо знать этапы становления

новых умений и навыков (см. таблицу 1). Хотя такая градация и является условной, но она даёт тот ориентир, на который должны обращать внимание родители, педагоги, врачи, чтобы не упустить важные возрастные изменения в развитии малыша, восполнить которые в дальнейшем будет сложно, а иногда и невозможно.



Таблица 1

| Возраст | Речевые и двигательные навыки |
|--------------------------------------|--|
| 1-й год жизни (предречевое развитие) | |
| 1 месяц | Крик, кряхтение. Первые предпосылки общения: реагирует на голос, звучащую игрушку. Движения хаотичны, даже во сне период неподвижности длится не более 5 минут |
| 1–3 месяца | Формирование гуления, появление «комплекса оживления», примитивных эмоциональных реакций, «экспериментирование» с гласными звуками. Ребёнок может приподнимать головку, когда лежит на спине, подносит руки ко рту, схватывает предметы, которые прикасаются к рукам, осматривает движения своих рук |
| 3–6 месяцев | Активное гуление, этап перехода от гуления к лепету. Появляется способность трогать руками колени, лёжа на спине, перекатываться со спины на бок. Так начинается освоение схемы тела, которая впоследствии приведёт к появлению своего «Я». Ребёнок начинает сидеть |



Обратить внимание!

Ребёнок не откликается на звуки; не поворачивает голову в сторону говорящего; отсутствует модуляция голоса; отсутствует смех. Малыш часто срыгивает, затяжное кормление (до 40 минут).

Возраст**Речевые и двигательные навыки**

1-й год жизни (предречевое развитие)

6–9 месяцев

Активный лепет, ребёнок выражает своё эмоциональное состояние голосом. Он понимает слова, узнаёт названия предметов, которые ему показывают. Самостоятельно садится, встаёт, появляется ползание. Перекладывает игрушки из руки в руку, трясёт и стучит ими, тянет в рот

9–12 месяцев

Появляется способность понимать и выполнять простые инструкции: «Дай», «На». Перекладывает предметы из руки в руку. Ребёнок сам сидит без поддержки и занимается игрушкой: вращает кистью, в которой находится игрушка, поднимает предмет двумя руками, хлопает в ладоши, осваивает бросание. Он бросает предметы в игре и иногда кидает всё подряд, радуясь тому, что взрослые обращают на это внимание. Делает первые шаги, упирается ножками и пытается пружинить (формируется «вертикаль»)

**Обратить
внимание!**

Отсутствует лепет, не выполняет простые словесные команды, не стремится к игре со взрослым; не реагирует на своё имя; отсутствует указательный жест. Ребёнок двигательно расторможен или вял, апатичен.

| Возраст | Речевые и двигательные навыки |
|-----------------|---|
| | 2-й год жизни |
| 1 год | Появление однословных предложений. |
| 1 год 3 месяца | Увеличение запаса слов до 30. Ребёнок встаёт с пола самостоятельно, сам ходит, причём руки у него свободны и расслаблены. Появляются попытки рисовать, водя карандашом «как попало» (каракули). Становится доступной элементарная конструктивная деятельность: ребёнок ставит на кубик ещё 1–2 кубика. Разворачивает завёрнутый предмет. Узнаёт себя на фотографии |
| 1 год 6 месяцев | Увеличение запаса слов до 40–50, легко повторяет часто слышимые слова. В процессе общения просит, указывает, наказывает, требует и сообщает |
| 1,5–2 года | Появление вопросов: «Что это?», «Куда?», «Где?». Появление фраз, двухсловных предложений, а к концу 2-го года предложения из 5–6 слов. В речи появляются первые предлоги, правильное согласование слов. Ребёнок осваивает не только ровный, но и неровный рельеф: приставным шагом ребёнок поднимается по ступенькам, держась за перила и за руку взрослого. Мелкая моторика рук: ребёнок опускает предмет в маленькое отверстие, собирает пирамидки. Влезает на диван, кидает мяч в цель |



Обратить внимание!

Ребёнок не понимает обращённую речь, не может ответить на простые вопросы. Не может назвать членов своей семьи, отказывается от взаимодействия с другими детьми и взрослыми. В речи возможны лепетные слова («ма», «па», «дя»). Не понимает интонацию. Во время речи кончик языка высовывается между зубами. Звуки имеют «хлюпающее» звучание, носовой оттенок. Моторная неловкость, снижение двигательной активности.

3-й год жизни

2 года 2 месяца Увеличение запаса слов до 200–300. Начинает пользоваться прилагательными, местоимениями и предлогами

2 года 4 месяца Появление трёхсловных предложений. Повторяет за взрослыми сложные слова, свободно связывает слова в предложения

2 года 6 месяцев – 3 года Активная речь с использованием сложных предложений, при этом могут сохраняться трудности звукопроизношения (свистящие, шипящие). Возраст первых двигательных «трюков». Ребёнок встает со стульчика без опоры, ходит задом наперёд, перешагивает через препятствия. Сам спускается по лестнице приставным шагом. Пытается поймать мяч, который катится к нему. Строит башенку из 4 кубиков. Переливает жидкость из одного сосуда в другой. Ребёнок стоит на одной ноге 2–3 секунды.

Встаёт на цыпочки. Ударяет по мячу ногой с размаху. Пытается подпрыгнуть, но не отрывается от пола. Крутит педали трёхколесного велосипеда. Раскатывает пластилин, делая неровную «колбаску». Пытается резать бумагу ножницами. Ребёнок оценивает свою половую принадлежность



Обратить внимание!

Ребёнок общается с окружающими людьми на «своём» языке; долго не появляются новые слова; не строит из накопленных слов предложений. Ребёнок замыкается, отказывается от общения с другими детьми, так как окружающие его не понимают. Во время речи кончик языка высовывается между зубами. Звуки имеют «хлюпающее» звучание, носовой оттенок. Не может подняться по лесенке, не строит пирамидку из кубиков. Не может повторить предложение из 3–4 слов.

| Возраст | Речевые и двигательные навыки |
|------------------|--|
| 4-й год жизни | |
| 3 года | Запас слов до 800–1000. Использует все части речи. Появление вопросов: «Когда?», «Почему?». Словарь становится достаточно объёмным. Этот возраст так называемого речевого взрыва |
| 3 года 6 месяцев | Пользуется сложными предложениями. Речь понятна окружающим. Любит слушать книги и пересказывает услышанное. Некоторые дети способны конструировать даже сложноподчинённые предложения, запоминают большое число стихов |

5-й год жизни

| | |
|----------------------|--|
| 4 года 3 месяца | Использует развёрнутые предложения, включающие все части речи. Сопровождает игру речью. Группирует предметы по классам: одежда, посуда, мебель, животные, транспорт и др. Свободно держит карандаш, с удовольствием рисует |
| 4 года 8 месяцев | Запас слов до 2 тыс. Высказывания приобретают форму короткого рассказа. Звукопроизношение приближается к норме, исчезают возрастные неправильные звукопроизношения. В этот период развивается способность к овладению иностранным языком |
| 4 года 10 месяцев | Умеет составить рассказ по картинке из нескольких предложений с опорой на вопросы. Правильно отвечает на вопросы по сюжету рассказа. Интересуется звучащим словом, составом речи, характерно словотворчество. Заканчивается процесс формирования фонетической (звуковой) системы языка, что готовит к овладению чтением. Выполняет попеременные движения ногами и руками |

Запас слов около 2,5 тыс. Звукопроизношение сформировано. Использует в речи простые и сложные распространённые предложения, во фразах использует все части речи. Составляет рассказ (пересказ) с развитием сюжета, отражает в нём события прошлого, настоящего или будущего. Хорошо манипулирует карандашом, выполняет все виды графических движений



Обратить внимание!

Ограничен словарный запас, не может сгруппировать предметы (действия) по обобщающему признаку, затрудняется подобрать синонимы и антонимы. Ребёнок не проявляет активности при общении; не может рассказать о происходящих событиях, неправильно произносит звуки, искажает слоговую структуру слов. Неправильно держит карандаш.

Дети овладевают звуковым анализом, усваивают грамматические правила построения высказывания. Начинают пользоваться письменной речью и постигают всё богатство родного языка в целом. Заканчивается латерализация функций (закрепление функций за полушариями мозга), что способствует освоению письма. Ребёнку доступны любые графические движения. Зрительное восприятие полностью сформировано

Многолетняя практика работы с детьми, имеющими нарушения развития, привела меня к пониманию того, что ранняя диагностика и своевременное обращение к профильным специалистам являются залогом успешного преодоления трудностей, профилактикой школьной неуспеваемости. Перечислю основные вопросы, которые мне часто задают родители, и приведу краткие рекомендации. Очень важно, чтобы родители осознанно оценивали поведение своего малыша. Ведь именно от их внимательного отношения зависит гармоничное развитие ребёнка.

- «Ребёнок не произносит правильно звуки, окружающие его не понимают» – причиной могут быть сложности с распознаванием речи на слух; затруднения в работе артикуляционных мышц, нарушение их подвижности; нарушение внимания и сосредоточенности ребёнка.

- «Неправильно строит предложения, не может чётко сформулировать мысль» – трудности организации, программирования речевого высказывания, нарушение контроля за речью, снижение словарного запаса.
- «Неправильно употребляет предлоги, путает окончания» – пространственные нарушения, трудности переработки зрительной и слуховой информации, нарушение внимания.
- «Часто переспрашивает, путает близкие по звучанию звуки» – фонематические нарушения, нарушение слуха (необходимо проверить слух).
- «Не может запомнить написание букв и цифр, не овладевает чтением» – нарушение зрительного восприятия, трудности, связанные с вниманием, сосредоточенностью.
- «Не общается со сверстниками, на вопросы отвечает однозначно или, наоборот, очень вычурно, избирателен в еде и предпочтениях» – нарушение эмоциональной сферы, требуется помочь психолога или психиатра.

В таблице 2 приведён перечень основных трудностей, возникающих у детей, и номера блоков упражнений (см. приложение, с. 192), которые следует выполнять при той или иной проблеме. Это типовые упражнения, для занятий с ребёнком пользуйтесь тетрадями-тренажёрами, которых сейчас издано достаточно много. Рекомендую, например, свою книгу «Первое интерактивное чтение» (М.: АСТ, 2020), а также

«Нейропрописи для тренировки мозга» (М.: ACT, 2020). Если задания неэффективны, обязательно проконсультируйтесь со специалистом!

Таблица 2

| Нарушения | Первая помощь | Специалисты |
|---|--|---|
| Нечёткая, «смазанная» речь, отсутствуют или искажаются несколько звуков | <ol style="list-style-type: none">Развитие подвижности органов артикуляции (логомассаж, артикуляционная гимнастика, жевание твёрдой пищи). Блок упражнений 7.Развитие речевого, фонематического слуха. Блок упражнений 5.Проговаривание чистого-ворок. Блок упражнений 6 | Консультация невролога, отоларинголога, логопеда |
| Трудности понимания вопросов, часто переспрашивает | <ol style="list-style-type: none">Нарушение фонематического слуха. Блок упражнений 5.Снижение внимания, неусидчивость. Блок упражнений 4 | Консультация отоларинголога, сурдолога (проверка слуха), логопеда |

| | | |
|--|---|--|
| Трудности подбора нужного слова, не-правильное употребление слов, снижение словарного запаса | 1. Нарушение фонематического слуха. Блок упражнений 5. 2. Нарушение зрительного восприятия. Блок упражнений 1. 3. Снижение познавательной деятельности. Блок упражнений 6 | Консультация оториноларинголога, сурдолога (проверка слуха). Консультация окулиста (снижение зрения). Консультация психолога |
|--|---|--|

| | | |
|--|--|---------------------------------------|
| Не может разложить картинки в нужной последовательности, составить рассказ по картинке | 1. Нарушение памяти, внимания. Блок упражнений 4. 2. Трудности программирования деятельности. Блоки упражнений 2, 6 | Консультация логопеда, нейропсихолога |
|--|--|---------------------------------------|

| | | |
|--|--|---|
| Не распознаёт близкие по звучанию звуки (б-п, с-ш, к-г, в-ф) | Нарушение фонематического слуха. Блок упражнений 5 | Консультация оториноларинголога, сурдолога (проверка слуха), логопеда |
|--|--|---|

| | | |
|---|--|--|
| Снижение речевой активности, речевая замкнутость или, наоборот, вычурность речи, быстрый темп | 1. Особенности речевого окружения. 2. Особенности личности ребёнка. Блоки упражнений 1, 2 | Консультация невролога, психолога, психиатра |
|---|--|--|

| | | |
|--|---|--|
| <p>Запинки в речи, нарушение плавности</p> <p>Имеет трудности понимания предложений с предлогами (на, под, перед и т. д.), нарушено согласование слов в предложениях</p> | <p>Закивание. Блок упражнений 7.</p> <p>Пространственные нарушения, трудности распознавания зрительной, речевой информации. Блоки упражнений 2, 3</p> | <p>Консультация невролога, логопеда.</p> <p>Консультация невролога, отоларинголога, сурдолога (проверка слуха), окулиста (проверка зрения), логопеда, нейропсихолога</p> |
| <p>Не может спокойно высидеть 15 минут, вертится, постоянно отвлекается</p> | <p>Нарушение избирательной активности мозга. Блоки упражнений 4, 7</p> | <p>Консультация врача, нейропсихолога</p> |
| <p>Плохо держит карандаш, не может скопировать фигуру</p> | <p>Нарушение графомоторного навыка. Блок упражнений 1</p> | <p>Консультация нейропсихолога</p> |
| <p>Не может запомнить и повторить несколько слов подряд. Трудности пересказа. Не любит слушать книжки</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Нарушение слухоречевой памяти. Блок упражнений 5. 2. Нарушение внимания, гиперактивность. Блок упражнений 4 | <p>Консультация нейропсихолога, невролога</p> |

Приложения

Комплекс нейропсихологических упражнений



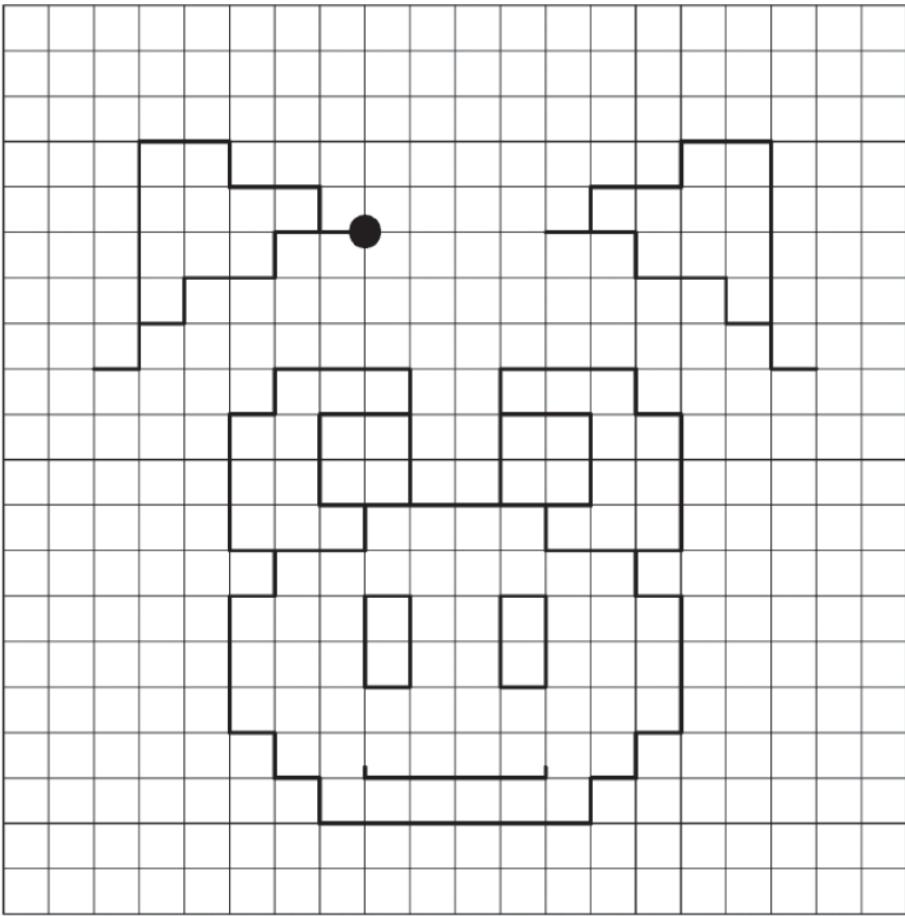
Блок 1. Упражнения на развитие зрительно-моторной координации

А) Графические диктанты, выполнение различных видов штриховок.

Инструкция: «Проведи линии от точки, используя под-

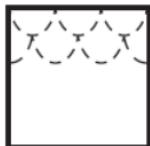
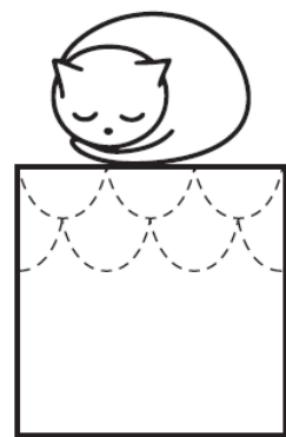
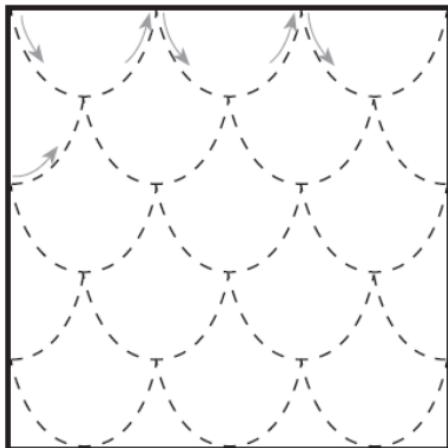
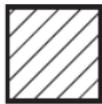
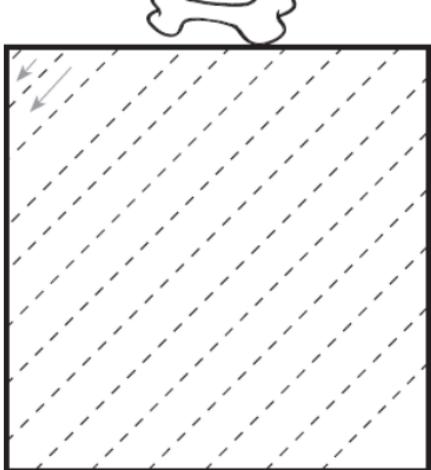
сказку. Кого ты нарисовал(а)? Раскрась».

| | | | | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|----|
| 4→ | 2↑ | 1→ | 1↑ | 2→ | 1↑ | 4→ | 5↓ | 1← | 4↓ |
| 1→ | 5↓ | 1← | 2↓ | 1← | 1↓ | 2← | 1↓ | 10← | 1↑ |
| 2← | 1↑ | 1← | 2↑ | 1← | 5↑ | 1→ | 4↑ | 1← | 5↑ |
| 4→ | 1↓ | 2→ | 1↓ | 1→ | 2↓ | | | | |



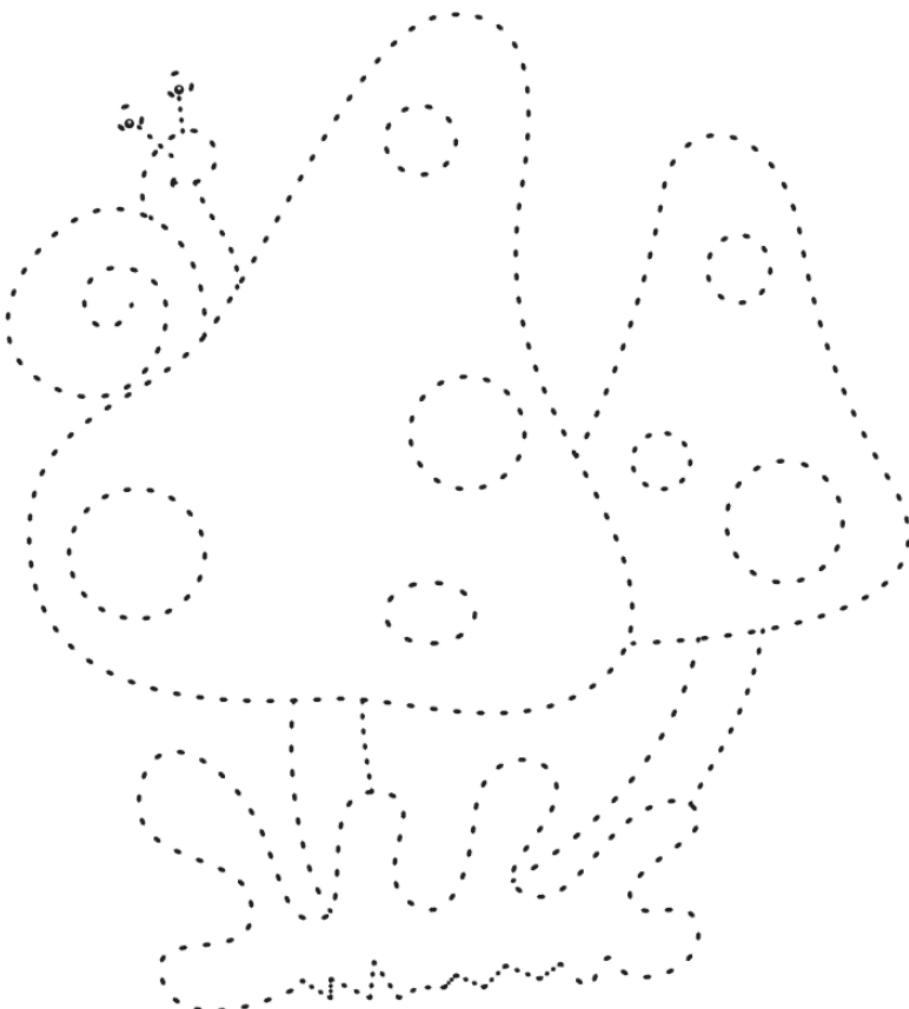


Инструкция: «Заштрихуй квадраты так, как показывают стрелки. Не выходи за границы».



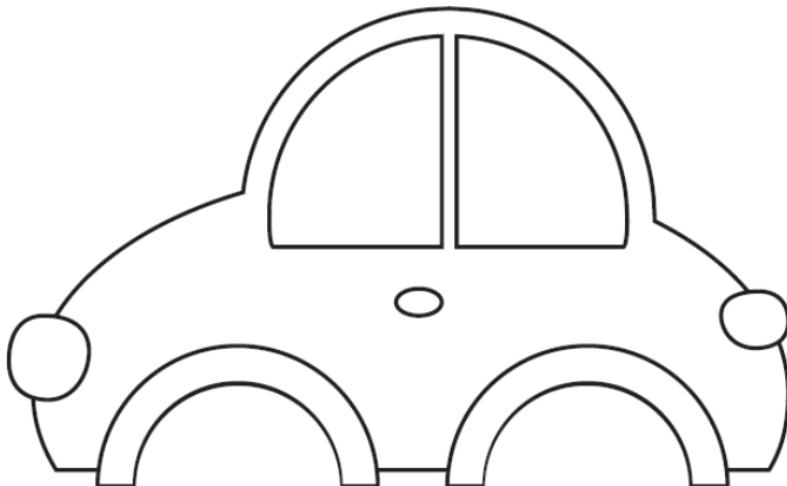
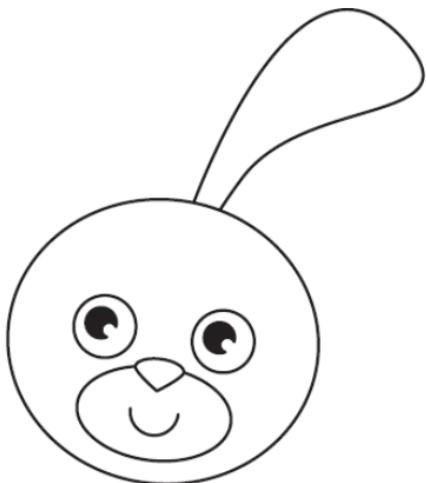
Б) Рисование по образцу.

Инструкция: «Обведи рисунок по контуру и назови, что здесь нарисовано. Раскрась».



В) Дорисовывание предметов.

Инструкция: «Дорисуй недостающие детали».



Блок 2. Упражнения на развитие регуляции и контроля деятельности

A) Нахождение различных элементов в изображении.
Инструкция: «Найди 5 различий в изображениях».



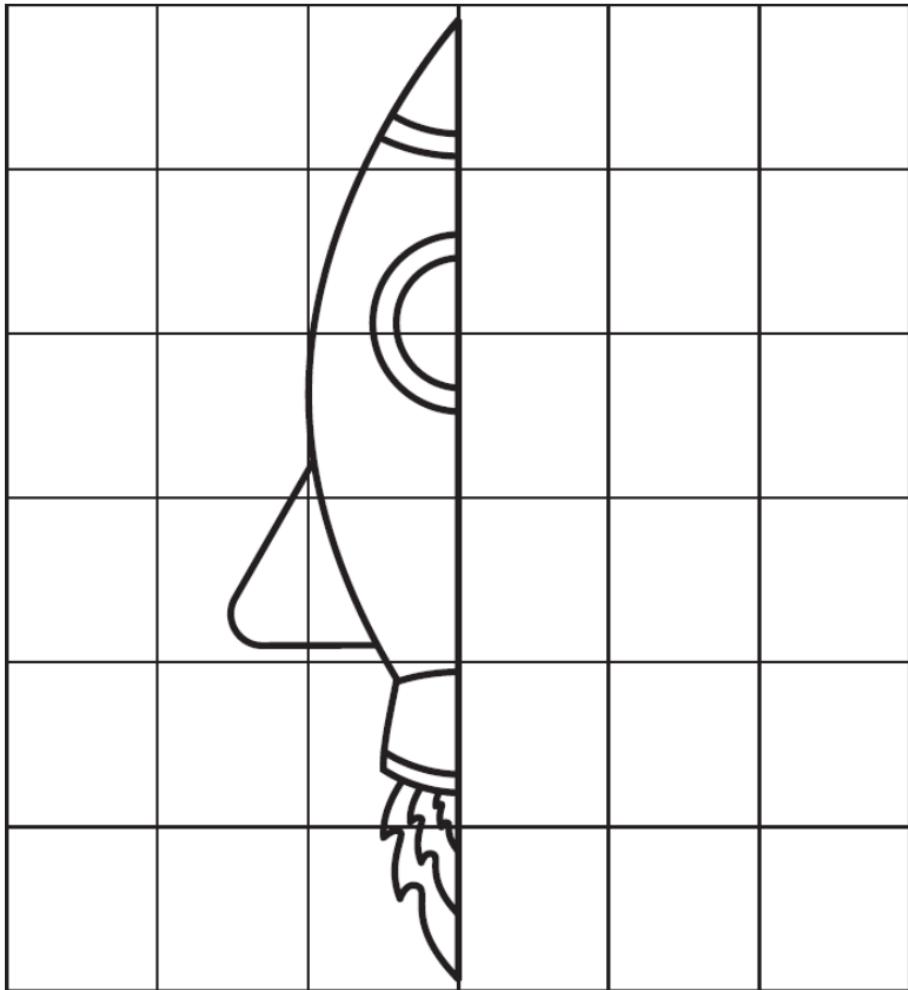
Б) Нахождение сходных элементов в изображении.
Инструкция: «Найди сходство в изображениях».



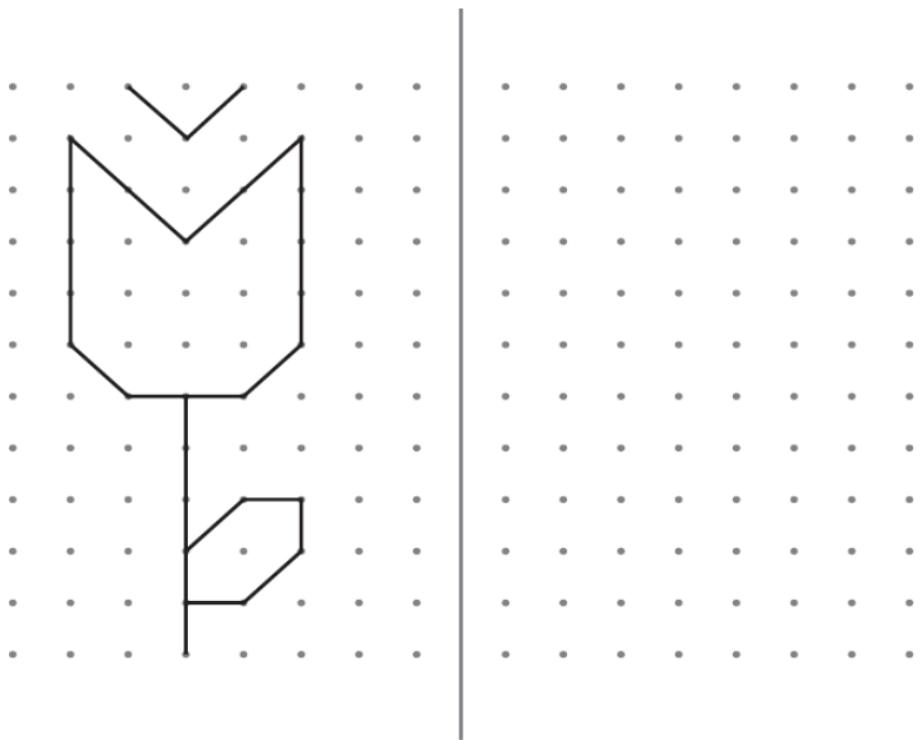
В) Дорисовывание недостающих деталей изображения по образцу.

Инструкция: «Дорисуй недостающую часть изображе-

ния по клеточкам».



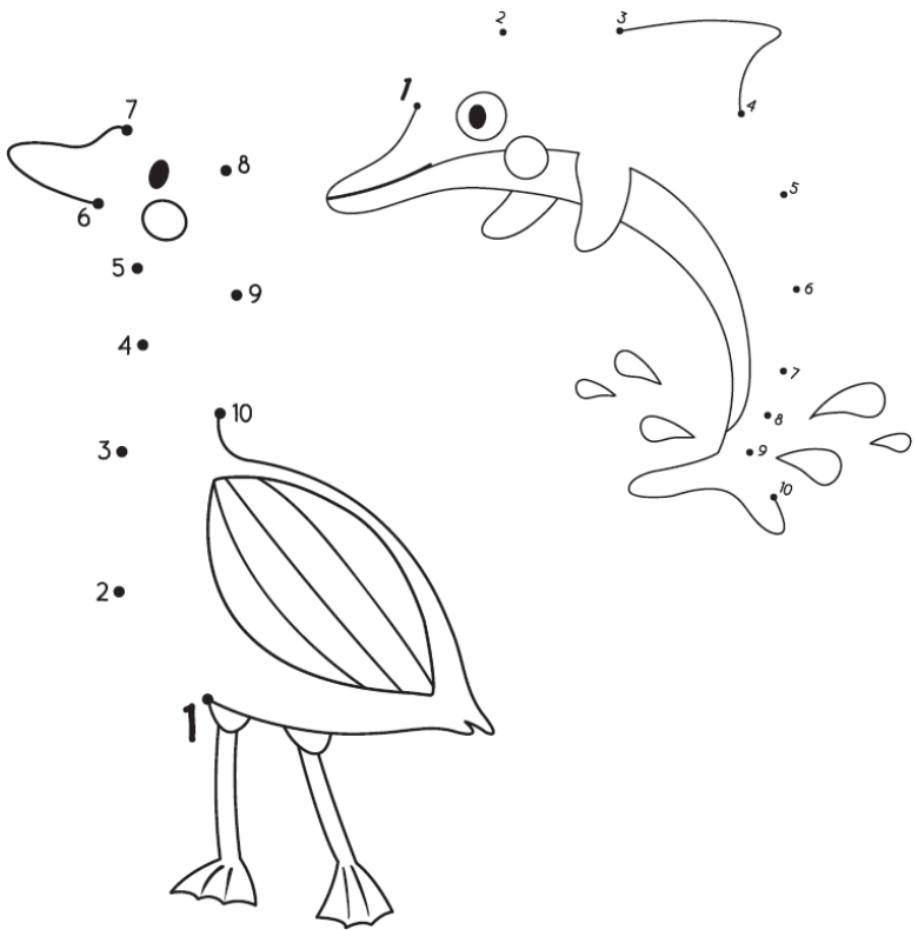
Инструкция: «Возьми карандаш в удобную руку. Нарисуй справа такой же цветок, как слева».





Г) Соединение цифр по порядку.

Инструкция: «Соедини цифры по порядку и узнай, кто это. Раскрась».



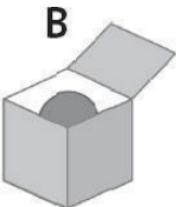
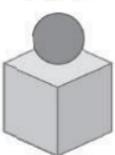
Блок 3. Усвоение пространственных отношений

Ребёнку предлагают рассмотреть изображение, определить пространственное расположение предметов, раскрасить необходимые детали.

Инструкция: «Рассмотри картинки. Покажи и назови, что где находится».



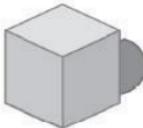
на



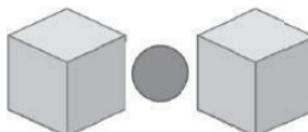
в



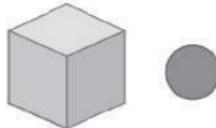
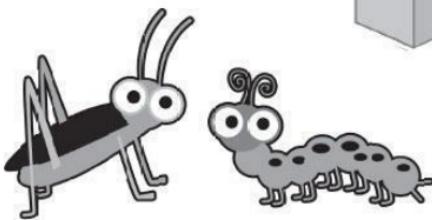
ЗА



МЕЖДУ

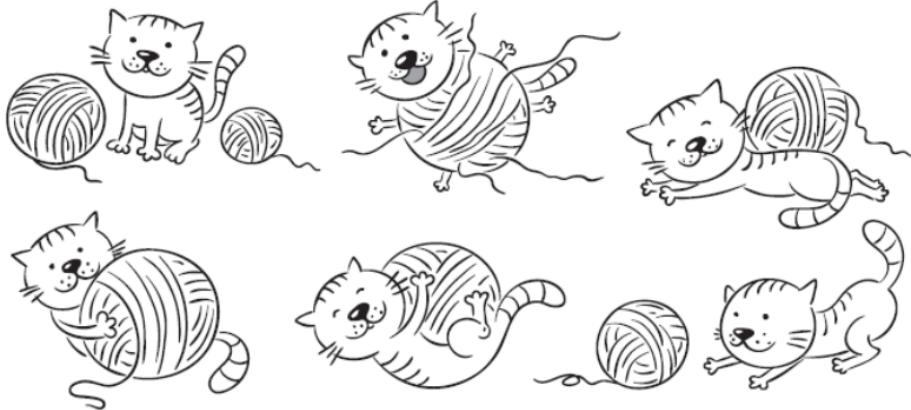


РЯДОМ



Инструкция: «Рассмотри картинки. Покажи и назови,

где находится кот».



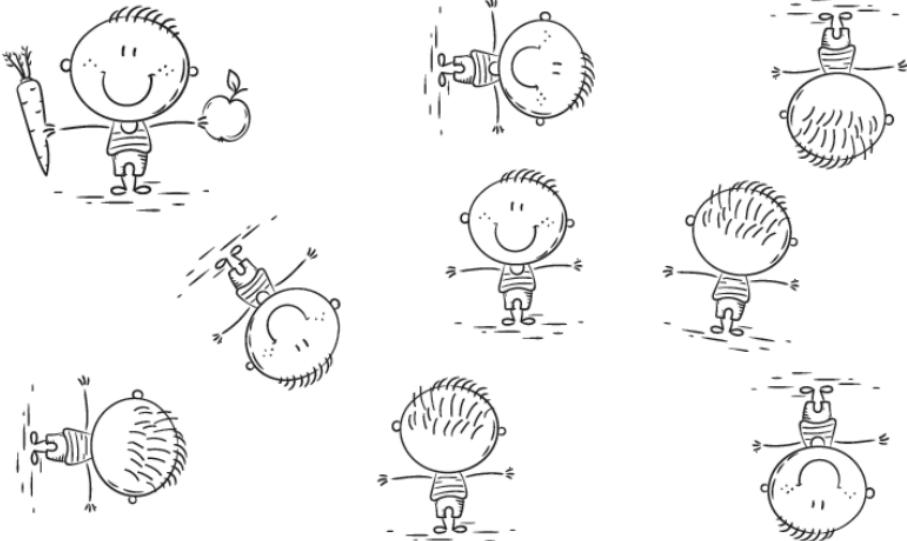
Инструкция: «Покажи – кто сидит напротив девочки? Кто справа от девочки? Кто слева от девочки? С какой стороны слушателей больше? Какая игрушка лежит справа от девочки? Какие слева от неё? Что нарисовано на первой странице обложки? Что на последней? Какие животные сидят в правой части рисунка? Какие – в левой части?»



Инструкция: «Рассмотри картинку и закрась отпечатки правой ноги, затем – отпечатки правой руки».



Инструкция: «В верхнем левом углу лицом к тебе нарисован мальчик. В какой руке он держит яблоко, а в какой морковку? Дорисуй всем мальчикам на странице в правой руке морковку, а в левой яблоко».



Блок 4. Упражнения на развитие внимания и памяти

А) Игра «Что изменилось»

На столе располагают определённым образом геометрические фигуры. По сигналу взрослого ребёнок закрывает глаза, взрослый меняет расположение фигур. Ребёнок должен объяснить, что изменилось.

Б) Игра «Собери картинку»

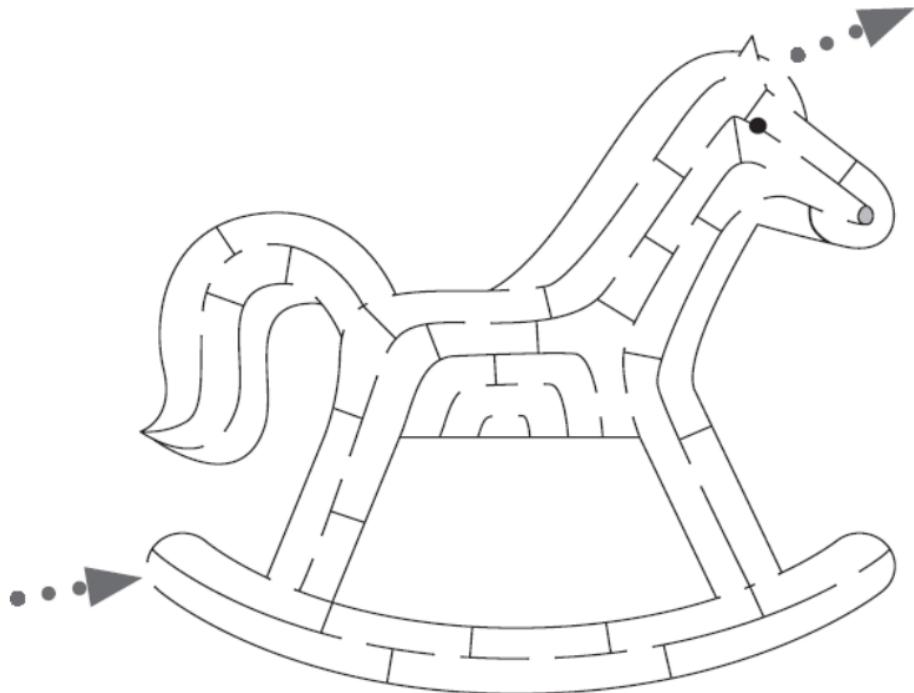
Картины с изображением знакомого ребёнку предмета разрезают на несколько частей. Ребёнка просят собрать картинку.

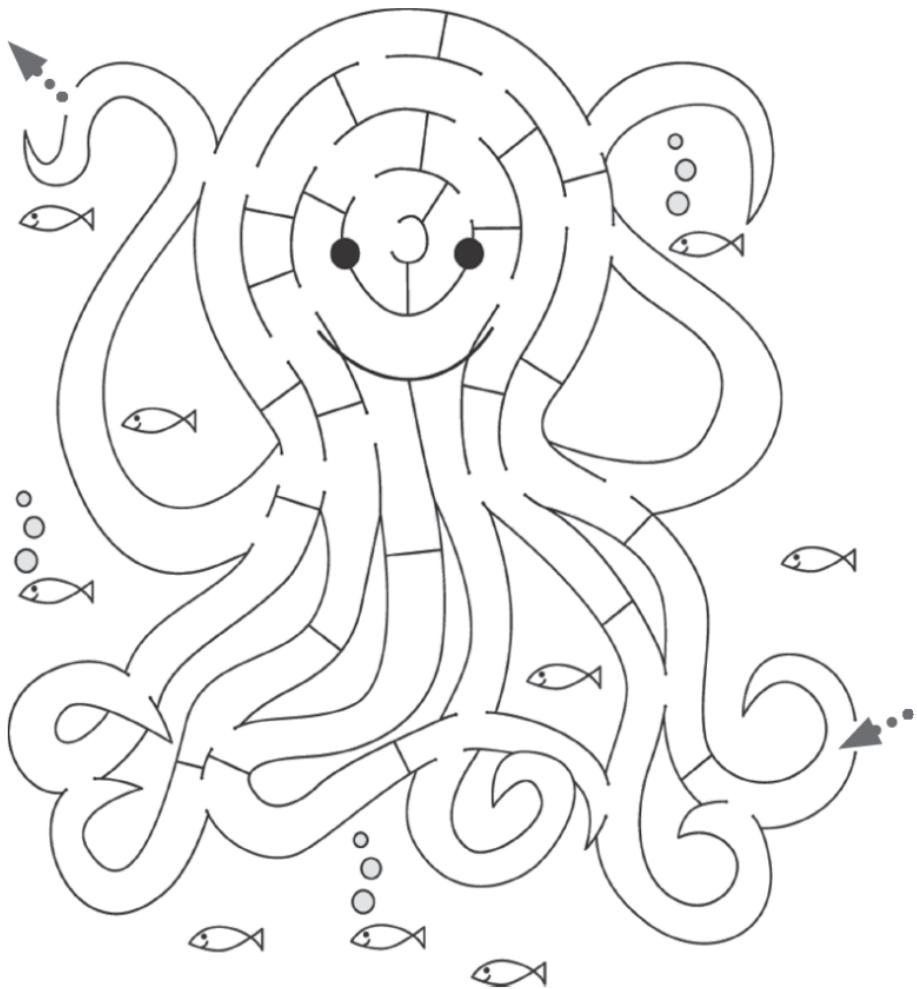
В) Игра «Составь фигуру».

Ребёнку предлагаются отдельные детали какого-либо предмета (домик, человечек, машинка и др.), которые надо соединить так, чтобы получился заданный предмет.

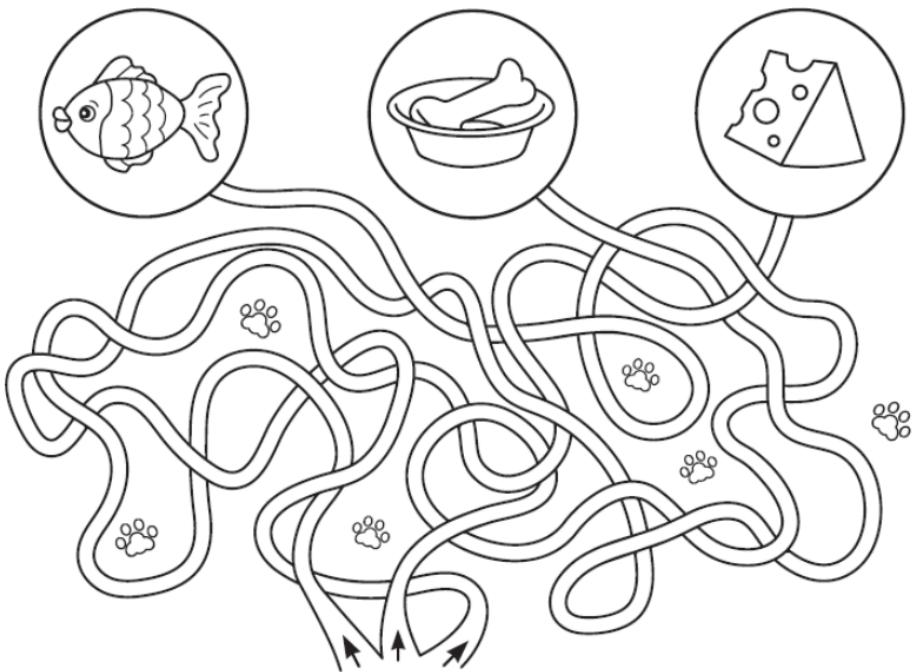
Г) Игра «Пройди лабиринт»

Инструкция: «Пройди лабиринт только глазками, не помогая себе пальчиком».





Д) Игра «Кто что ест?»



Е) Игра «Впиши в предметы соответствующие знаки».



Блок 5. Упражнения на развитие фонематических процессов (речевого слуха) и речевой памяти

А) Игра «Покажи пары слов»

Инструкция: «Прослушай пары слов и покажи обозначаемые ими предметы (реальные или на картинках): «ДОМ – ДЫМ»; «ЛИС – ЛЕС»; «СЫР – СОР» и др.



Б) Игра «Повтори звуки»

Инструкция: «Повтори за мной (проводится с детьми старше 4,5 лет)».

Ребёнку предлагается повторить звуковой ряд из 3–5 глас-

ных звуков: «И», «А», «О»; звуков: «А», «И», «У», «Э», «О».

В) Игра «Повтори слова»

Инструкция: «Повтори за мной слова».

Учитывается способность запоминать не только сами слова, но и их последовательность. Пример: НОС, КОТ, ЛЕС, ПАР, СТОЛ.

Г) Игра «Назови слово»

Инструкция:

- Назови слово, чтобы первый звук был [а] (астра, ананас, арбуз).
- Подбери слово, чтобы первый звук был [у], а последний [а] (утка, улыбка).
- Какое слово получится, если к слогу «БА» прибавить один звук или слог? (Бак, бар, баня.)
- Найди и назови в комнате предметы, в названии которых первый звук [с] (стол, стул, стакан).
- Придумай слово, которое начинается (оканчивается) на такой же звук, как в слове УТКА (улица), МАК (каша) и т. д.

Д) Игра «Место звука в слове»

Инструкция:

- Назови, какой звук первый (последний) в слове МАК, ЛЕТО, КОТ и т. д.
- Назови все звуки по порядку в словах ДОМ, ВОДА и т. д.

- Сколько звуков в слове БАК? Какой звук стоит вторым, первым, третьим?

Блок 6. Интеллектуальные процессы

А) Игра «Что лишнее?»

Инструкция: «Определи, какое слово лишнее, не подходящее к другим словам, и объясни почему».

Пример: помидор, огурец, яблоко, тыква; красный, синий, круглый, белый; добрый, злой, большой, весёлый и т. д.

Б) Игра «Скажи наоборот»

Инструкция: «Скажи наоборот».

Бросайте мяч и произносите слова: большой (маленький), высокий (низкий), грязный (чистый), молодой (старый), тёмный (светлый), внизу (вверху), одетый (раздетый), один (много) и др.

В) Игра «Скажи по-другому»

Инструкция: «Как это сказать по-другому? Зайчик грустный (печальный), домик большой (огромный), отверстие (дыра), смеяться (хохотать), пища (еда) и т. д.».

Г) Игра «Придумай загадку»

Инструкция: «Опиши предмет, не называя его».

Пример. У кого маленький хвостик, длинные уши. Очень

любит есть морковку.

Д) Упражнения на стимуляцию межполушарного взаимодействия.

Упражнение «Барабанщик»

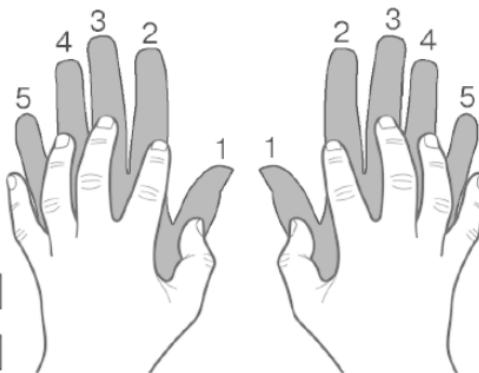
Инструкция: «Повтори движения из любой последовательности двумя руками:

медленно – быстро – очень быстро – медленно».



Упражнение «Паучок делает зарядку»

Инструкция: «Поставь согнутые пальцы на страницу. По очереди выпрямляй каждый палец и тянись как можно дальше».



1 2 3 4 5 5 4 3 2 1

2 3 5 1 3 5 2 3 5 1

5 4 3 2 1 1 2 3 4 5

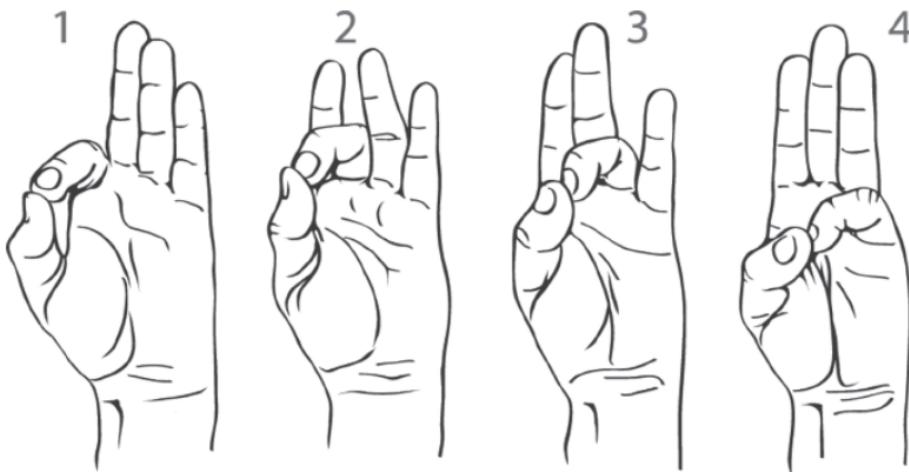
1 2 3 4 5 5 4 3 2 1

2 3 5 1 3 5 2 3 5 1

5 4 3 2 1 1 2 3 4 5

Упражнение «Колечки»

Инструкция: «Соедини кончики пальцев поочерёдно правой, левой руки. Затем сделай это двумя руками одновременно».



Упражнение «Солнышко»

Инструкция: «Сделай два кружка из больших и указательных пальцев каждой руки и переплести их между собой. Соединяй с большими пальцами каждой руки по очереди средние пальцы, безымянные, мизинцы».



Блок 7. Улучшение звукопроизношения. Повышение активности мыслительной деятельности. Артикуляционная гимнастика

А) Формирование диафрагмального дыхания

Упражнения выполняют сначала лёжа, затем сидя и стоя.

Направлены на координацию ротового и носового дыхания, на выработку нижнерёберного типа дыхания при активном участии диафрагмы.

Упражнение 1. Руки положить на область диафрагмы. Выдохнуть остатки воздуха, плавно и неторопливо вдохнуть носом и ртом так, чтобы верхняя передняя стенка живота выпятилась вперёд, поднять плавно руки. Выдох производится через рот плавно и по возможности полнее. При этом живот опускается и в конце выдоха втягивается. Для контроля ротового выдоха рекомендуется произносить звуки [ш] или [ф].

Упражнение 2. На область диафрагмы положить книгу или журнал. Выдохнуть остатки воздуха, плавно и неторопливо вдохнуть так, чтобы верхняя передняя стенка живота выпятилась вперёд, поднимая книгу. Выдох производится через рот плавно и по возможности полнее. При этом живот опускается и в конце выдоха втягивается – книга опускается.

Для контроля ротового выдоха рекомендуется произносить звуки [ш] или [ф].

Б) Артикуляционная гимнастика

Упражнения для губ

- Открывание и закрывание рта, удержание губ в улыбке с закрытым ртом и обнажёнными зубами; вытягивание губ вперёд (влево-вправо) «трубочкой»; чередование положений губ: в улыбке – «трубочкой» – спокойное; разнообразные движения (вперёд-назад, вправо-влево, круговые) нижней челюстью и сложенными в «трубочку» губами.
- Исходное положение – зубы сомкнуты, губы в обычном спокойном состоянии. На счёт «один» – губы вытягиваются вперёд, как бы принимают форму «пятачка»; на счёт «два» – губы растягиваются в стороны. Зубы не обнажать, не растягивать губы особенно сильно в стороны.

Упражнения для тренировки языка

- Высунуть язык, положить на нижнюю губу. Перемещать язык из одной стороны рта в другую под счёт. Для мотивации можно использовать конфету, за которой будет двигаться язык.
 - «Уколоть» кончиком языка щёки. Повторить 5–10 раз.
 - На счёт «один» – язык поднимается к верхним передним

зубам; на «два» – язык опускается (кончик языка у нижних резцов). На счёт «три» – кончик языка поднимается к верхним альвеолам; «четыре» – в исходную позицию; «пять» – кончик языка за альвеолами; «шесть» – в и. п. Проделать 6–8 раз.

В) Отработка чёткого произношения звуков в речи

Инструкция: «Повтори чётко три раза скороговорки с разной интонацией – грустно, весело, с испугом, увердительно, вопросительно».

Купила бабуся бусы Марусе.

По бревну бодро
Бредут бобры.

У белой будки
Голубели незабудки.

Белые бараны
Били в барабаны.

У Бориса был баран,
И залез баран в бурьян.

Гули-голуби гуляли,
Голубику собирали.





Гусь Гога и гусь Гага
Друг без друга ни шагу.

Дремлет дрозд в дремучем бору.

У водопада — водопой.

Дом у дуба, у дома дуб.

Затоптали утки незабудки.

Запел волчок, загудел волчок,
Но упал на бочок — и молчок.

Зимушка-зима избы замела.

Зимним утром от мороза
На заре звенят берёзы.

Был у короля орёл,
Полетел орёл за королём.

Королева кавалеру
Подарила каравеллу.



Лариса рисовала акварелью



Люда из лейки поливала ла-

У Лары и Леры с кремом экъ

Майке купили майку с каймъ

Нитке ножницы нужны,

С ниткой ножницы дружны.

Как проводить занятия на дому? Памятка для родителей



Приучать детей к регулярным занятиям надо постепенно. Чтобы школьник мог высиживать несколько уроков подряд, необходимо готовить его к этому заранее. Время рекомендуется распределять следующим образом:

- 10–15 минут дети могут заниматься в 4 года;
- 20–25 минут активных занятий показано в 5 лет;
- 30–35 минут к 6 годам.

Такое постепенное формирование усидчивости в дальнейшем сделает обучение необременительным для детской

психики. Время занятий может увеличиваться, но в этом случае задания должны чередоваться. Например, проделать речевые упражнения, а затем упражнения на развитие графического навыка или зрительного внимания. Обязательно следует включать в занятия пальчиковую гимнастику и двигательные ритмические упражнения.

Несформированность школьных навыков часто объясняется отсутствием целенаправленности в занятиях с ребёнком до поступления его в школу. Недостаточная автоматизация знаний приводит к тому, что дети быстро теряют плохо упроченные знания. Переходить к новым видам упражнений надо тогда, когда предыдущие были хорошо усвоены и закреплены на разном материале, в разных ситуациях. Не занимайтесь с ребёнком при его плохом самочувствии, если он перевозбуждён, устал, болен, голоден. То же самое относится к вам. Если вы чувствуете, что не справляетесь с раздражением, усталостью, то отложите занятие и вернитесь к нему, когда придёте в спокойное расположение духа.

Лучше всего приступить к занятиям после консультации со специалистом, который оценит состояние ребёнка и ориентирует, на что следует обратить внимание в первую очередь.

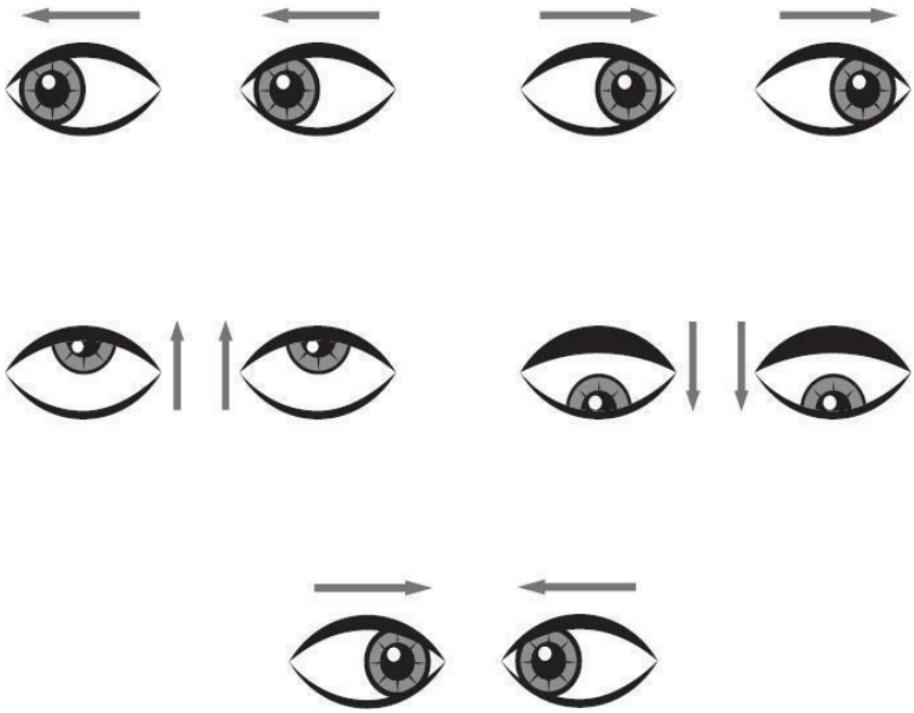
Примерный план занятия с ребёнком 4–5 лет

1. Дыхательные упражнения. Ребёнок лежит на спине, ру-

ки и ноги вдоль тела, не скрещиваются. По команде взрослого ребёнок делает вдох через нос, выдох через широко открытый рот.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение – лёжа на спине, голова фиксирована (лежит неподвижно). Взрослый берёт небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит предметом слева направо и в обратном направлении, вверх-вниз и к носу (ребёнок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, когда предмет оказывается у носа, глаза должны сходиться к переносице). Необходимо на 3–4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребёнок должен удерживать взгляд в этих крайних точках.

Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребёнка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.



3. «Качалочка». Исходное положение – ребёнок сидит, обхватив согнутые ноги руками, затем откатывается назад, ложась на спину, и возвращается в исходное положение. Во время выполнения всего упражнения ноги у ребёнка согнуты, и он обхватывает их руками.

4. «Лодочка». Ребёнок ложится на живот, руки вытягивает вперёд, приподнимает прямые ноги. По команде взрослого он должен прогнуться и покачаться в таком положении.

5. Ползание. Ребёнок ползает на спине, на животе (как сможет).

6. Массаж ладоней и пальцев. Помассируйте ребёнку пальцы на руках, ладони, повращайте ребёнку руки в кистевом суставе по часовой стрелке и против неё.

7. Рисование на спине и руках геометрических фигур и букв. Вспомните с ребёнком, какие геометрические фигуры он знает (круг, квадрат, треугольник, овал, прямоугольник, ромб), и нарисуйте их на листе бумаги. Затем нарисуйте пальцем на спине ребёнка одну из геометрических фигур и попросите его сказать, какая фигура нарисована. То же проделайте на руках ребёнка, рисуя на обеих сторонах кисти (во время рисования на кистях рук глаза у ребёнка должны быть закрыты).

8. «Животные-детёныши». Вспомните с ребёнком, как называются детёныши животных. Подберите соответствующие иллюстрации, например, изображения собаки и щенка, коровы и телёнка, курицы и цыпленка и т. п.



Список литературы



1. Ахутина Т. В. Нейролингвистический подход к диагностике и коррекции трудностей обучения письму // Современные подходы к диагностике и коррекции речевых расстройств. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2001.
2. Бадалян Л. О. Детская неврология. – М.: Медпресс, 1998.
3. Визель Т. Г. Нарушение чтения и письма у детей дошкольного и младшего школьного возраста: учебно-методическое пособие. – М.: АСТ: Астрель, 2005.
4. Визель Т. Г. Основы нейропсихологии. – М.: АСТ: Астрель, 2005.
5. Лuria A. R. Основы нейропсихологии. – М.: Издательство МГУ, 1973.
6. Лuria A. R., Цветкова Л. С. Нейропсихология и про-

блемы обучения в общеобразовательной школе. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1996.

7. Нейропрописи для тренировки мозга. – М.: АСТ, 2019.
8. Немцова Н. Л., Тимошенко Е. Г. Первое интерактивное чтение с нейропсихологическими заданиями. – М.: АСТ, 2019.
9. От рождения до школы. Инновационная программа дошкольного образования / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э. М. Дорофеевой. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019.
10. Павлова М. А. Интенсивный курс повышения грамотности с помощью НЛП. – М.: ВЛАДОС, 2000.
11. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. – М.: ВЛАДОС, 1997.
12. Сиротюк А. Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. – М.: ТЦ Сфера, 2003.
13. Соболева А. Е., Емельянова Е. Н. Пишу без ошибок. Русский язык с нейропсихологом. – СПб.: Детство-Пресс, 2008.

