

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №7 «Жар-птица»

ПРОГРАММА
НЕЙРОКОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЙ УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА
С ДЕТЬМИ, ЗАЧИСЛЕННЫМИ В ЛОГОПУНКТ МБДОУ
2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

Разработала: учитель-логопед
Ягодина Елена Александровна

г.Нижневартовск

І энергетический блок, или блок регуляции уровня активности мозга

1. Дыхательные упражнения

Цель: формирование правильного четырехфазного дыхания, которое позволит даже в ситуации стресса обеспечить мозг кислородом.

1.1 Упражнение «Воздушный шарик»

Упражнение выполняется лежа на спине. Сначала ребенка нужно научить делать вдох животом (надуйся, как шарик, сдуйся). Для наглядности можно посадить на живот игрушку. Вдох производится через нос, выдох через рот.

1.2 Упражнение «Дышим под счет»

Ребенок ложится на спину. Руки вытянуты вдоль туловища, ноги лежат прямо (перекрещивать нельзя). Глаза смотрят в потолок. Глубокий вдох через нос (рот закрыт) и шумный выдох через открытый рот. При вдохе живот надувается, при выдохе втягивается. Ребенок, лежа, делает ряд глубоких вдохов и громких выдохов ртом с задержкой дыхания под счет: «Вдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два), выдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два)». Единица счета равна одной секунде. Упражнение выполняется 5-8 раз.

1.3 Упражнение «Вдох-выдох»

Усложняются одновременным движением частей тела, задержкой дыхания. Во время команды взрослого «вдох» ребенок делает через нос (рот закрыт) поднимает ладонь одной руки вверх (пальцы «смотрят» вверх) и опускает ладонь другой руки вниз (пальцы «смотрят» вниз). Во время команды взрослого «выдох», ребенок делает выдох через широко открытый рот и меняет положение ладоней.

1.4 Упражнение «Пин -понг»

Для упражнения необходимо 2 участника. Дети становятся напротив друг друга возле стола. Без помощи рук необходимо передавать мячик друг другу, т.е. дуть на него.

1.5 Упражнение

Лежа на спине ребенок по инструкции медленно поднимает одну руку (правую, левую); ногу; затем две конечности одновременно на вдохе и удерживает в поднятом положении во время паузы; медленно опускает на выдохе; расслабляется во время паузы. После этого упражнение выполняется лежа на животе.

1.6 Упражнение

Сесть на пол, скрестив ноги, спина прямая. Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой, с выдохом, немного сгибаясь при этом. Это упражнение хорошо тем, что оно автоматически заставляет ребенка дышать правильно, у него просто нет другой возможности.

1.7 Упражнение

Сесть на пол, скрестив ноги, спина прямая либо встать на колени и сесть на пятки, ноги вместе. Прямые руки расставлены в стороны параллельно полу. Кисти сжаты в кулаки, кроме больших пальцев, вытянутых вовне. Со вдохом поворачивать руки большими пальцами вверх; с выдохом — вниз. Вариант: руки вытянуты вперед, и большие пальцы поворачиваются в такт дыханию налево и направо.

1.8 Упражнение

Сесть на пол, скрестив ноги, спина прямая либо встать на колени и сесть на пятки, ноги вместе. Прямые руки вытянуты

	<p>вперед или в стороны на уровне ладоней, ладони смотрят вниз. Со вдохом поднять левую кисть вверх, одновременно опуская правую вниз (движение только в лучезапястном суставе). С выдохом левая кисть идет вниз, правая — вверх.</p> <p>1.9 Упражнение Встать, ноги на ширине плеч, руки опущены, ладони обращены вперед. На быстром вдохе руки притягиваются к подмышкам ладонями вверх. На медленном выдохе — опускаются вдоль тела ладонями вниз. Такой тип дыхания оказывает мощное мобилизующее действие, быстро снимает психоэмоциональное напряжение.</p> <p>1.10 Упражнение Встать, ноги на ширине плеч, руки опущены, ладони обращены вперед. На медленном вдохе руки плавно разводятся в стороны и поднимаются вверх (или в стороны и к груди) — «притягивающее движение». На выдохе — «отталкивающее движение» — опускаются вдоль тела ладонями вниз. Это упражнение гармонично сочетается с представлением о втягивании в себя солнечного света и тепла, распространении его сверху вниз по всему телу.</p> <p>1.11 Упражнение Встать, ноги вместе, руки опущены. На вдохе медленно поднять расслабленные руки вверх, постепенно «растягивая» все тело (не отрывать пятки от пола); задержать дыхание. На выдохе постепенно расслабляя тело, опустить руки и согнуться в пояснице; задержать дыхание. Вернуться в и. п.</p>
<p>2. Глазодвигательные упражнения Цель: улучшают восприятие, способствуют активизации зрительных отделов мозга, зрительного внимания, межполушарного взаимодействия.</p>	<p>2.1 Упражнение «Глаз – путешественник» Развесить в разных углах и по группе различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет, названный педагогом.</p> <p>2.2 Упражнение «Конвергенция -1» Ребенок лежит. Поднять предмет на уровень вытянутой руки ребенка, прямо над переносицей. Медленно двигать предмет к переносице, добиваясь того, чтобы оба глаза смотрели на него. Выполнить 2 раза.</p> <p>2.3 «Упражнение для глаз» Ребенок лежит на спине, голова неподвижна, ноги и руки прямые, лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются, пальцы рук неподвижны. Рот открыт, язык высунут, и следует за движением глаз. Взрослый, как и на предыдущем занятии, ярким предметом рисует в воздухе «крест» на трех уровнях: 1) на расстоянии вытянутой руки; 2) на расстоянии согнутой в локте руки; 3) около переносицы.</p> <p>2.4 Упражнение «Взгляд влево вверх» Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углом в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на «прямо перед собой». (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.</p>

	<p>2.5 Упражнение «Горизонтальная восьмерка» Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.</p> <p>2.6 Упражнение «Слон» Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперёд, как хобот. Рука рисует «Ленивую восьмёрку», начиная от центра зрительного поля вверх и против часовой стрелки; при этом глаза следят за движением кончиков пальцев. Упражнение выполнять медленно от трёх до пяти раз левой рукой, прижатой к левому уху, и столько же раз правой рукой, прижатой к правому уху.</p>
<p>3. Работа с мышечными дистониями, патологическими ригидными телесными установками и синкинезиями Цель: нормализация гипертонуса (неконтролируемого чрезмерного мышечного напряжения) и гипотонуса (неконтролируемой мышечной вялости) мышц, регуляция вегетативных нарушений, коррекция патологических изменений, создание фундамента активной мышечной деятельности.</p>	<p style="text-align: center;">Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела</p> <p>3.1 Упражнение Ребенок ложится на спину (или стоит, сидит). Его просят закрыть глаза и сосредоточиться только на своем теле; выполнить 3 — 4 цикла глубокого дыхания в индивидуальном темпе. Затем ему надо напрячь все тело как можно сильнее, через несколько секунд напряжение сбросить, расслабиться; проделать то же самое с каждой частью тела (психолог называет поочередно части тела, останавливаясь на каждой в отдельности, — правая рука, шея, спина, живот, поясница, правая нога и т.д.). По позе ребенка и «волне» его дыхания можно легко определить «зажатые» места. Ребенка просят «прислушаться» к своему телу и при необходимости дополнительно поработать с напряженными участками тела и локальными зажимами</p> <p>3.2 Упражнение «Силач» Выполнить контрастное напряжение и расслабление плечевого пояса, рук и ног, представляя, что вы: держите в руках (ногой, на плече) тяжелые гири; поднимаете над головой тяжелую корзину с яблоками; отжимаете штангу; удерживаете ногой закрывающуюся дверь, раздвигаете руками тесно переплетенные ветви деревьев в лесной чаще.</p> <p>3.3 Упражнение «Насос и надувная кукла» Ребенок — надувная кукла, из которой выпущен воздух, лежит совершенно расслабленно на полу. Психолог (или другой ребенок) накачивает куклу воздухом с помощью насоса: ритмично наклоняясь вперед и произнося звук «с-с-с» на выдохе. Кукла постепенно наполняется воздухом, ее части распрямляются, выравниваются. Наконец кукла надута. Дальнейшее накачивание воздухом опасно — кукла сильно напряглась и может лопнуть. Время окончания надувания определяется по состоянию напряжения тела куклы. После этого из нее вынимают насос, кукла постепенно «сдувается» и «опадает». Это прекрасное упражнение на расслабление — напряжение, а также первый опыт парного взаимодействия на уровне ощущения определенных свойств тела другого человека.</p> <p>3.4 Упражнение «Огонь и лед» Стоя в кругу. По команде: «огонь» дети начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений каждый ребенок выбирает произвольно. По команде «лед» дети застывают в позе, в которой их застигла команда, напрягая до предела все тело. Психолог несколько раз чередует обе команды, меняя время выполнения той и другой.</p>

3.5 Упражнение «Рыбки и водоросли»

Плавные, легкие движения водорослей — на месте и рыб — с передвижением в воде. «Облако и камень»: движения тяжелые, законченные — образ камня и легкие, плавные, непрерывные, связанные с представлением об облаке.

3.6 Упражнение «Росток»

Дети сидя на корточках по кругу; голову нагнуть к коленям, обхватив их руками.

Педагог: «Представь себе, что ты маленький росток, только что показавшийся из земли; он растет, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать тебе «расти». Называется часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности других.

«Один» — медленно выпрямляются ноги;

«два» — ноги продолжают «расти», постепенно оживают руки, но пока висят, как «тряпочки»;

«три» — осторожно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам); «четыре» — выпрямляются плечи, шея и голова;

«пять» — руки поднимаются вверх, ребенок смотрит на солнышко, тянется к нему.

Усложняя задачу, педагог может увеличивать этапы «роста» до 10 —20.

3.7 Упражнение «Репка»

Дети садятся на корточки, колени — в стороны, плотно сомкнутые в ладонях руки упираются в пол между ногами. Из этого положения «репка» медленно растет до полного выпрямления ног. Затем сомкнутые ладони медленно поднимаются до уровня груди, разворачиваются пальцами вверх и поднимаются несколько выше головы. Там ладони размыкаются и разводятся в стороны; «репка» выросла, ее листья (ладони) ловят солнышко.

3.8 Упражнение «Потянулись — сломались»

Руки и все тело ребенка устремлены вверх (пятки от пола не отрывать).

Педагог: «Тянемся, тянемся вверх, выше и выше... Мысленно, не отрывая пятки от пола, чтобы стать еще выше (реально пятки на полу)... - А теперь наши кисти как бы сломались (хлопок), безвольно повисли.

- Теперь руки сломались в локтях (хлопок),

- в плечах (хлопок), упали.

- Повисла голова (хлопок),

- вы сломались в талии (хлопок),

- подогнулись колени (хлопок),

- опустились (упали) на пол...

Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе. Осталось ли где-нибудь напряжение? Сбросили его».

Растяжки

Упражнения лежа на спине

3.9 Упражнения

Лечь на спину, ноги согнуты в коленях, одна рука лежит на солнечном сплетении, другая — на пупке. На вдохе прогибаем спину, опираясь на плечи и копчик; на выдохе — возврат в и. п. Руки надавливают вниз, помогая пояснице коснуться пола.

3.10 Упражнения

Руки за головой, ноги согнуты в коленях. На вдохе прогибаем спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе поясничный отдел позвоночника опускается, а голова и плечи приподнимаются так, чтобы ребенок мог увидеть свои колени.

3.11 Упражнения

Ноги согнуты в коленях, одна рука лежит вдоль тела, а ладонь другой — под головой. На вдохе спина прогибается вверх с опорой на плечи и копчик, на выдохе локоть руки, которая находится под головой, касается противоположного (или одноименного) колена, при этом поднимается верхняя часть туловища и подтягивается колено.

3.12 Упражнения «Качалка»

Обхватить колени руками. Качаться на спине, прокатываясь всеми позвонками по полу. Другой вариант — перекаты то на правый, то на левый бок. По команде взрослого ребенок замирает на каком-либо боку.

3.13 Упражнения «Бревнышко» Поднять руки за голову, кисти соединены, пальцы «смотрят» вверх; ноги вместе. Вытянуться всем телом и несколько раз перекатиться направо, затем налево, как «бревнышко».

3.14 Упражнения

Ползание на спине: при помощи рук и ног; только рук; только ног (одновременные и попеременные движения правой и левой конечностями).

3.15 Упражнения «Струночка»

Ребенок должен почувствовать пол головой, шеей, спиной, плечами, руками, ягодицами и ногами, а затем — описать свои ощущения. Например, пол может быть твердым, мягким, холодным, гладким, бугристым; шее или ногам неудобно и т.д.

Вытянуть руки за голову, кисти соединены, пальцы «смотрят» вверх; ноги вместе, носки оттянуты. Подбородок опустить на грудь так, чтобы задняя сторона шеи приблизилась (прижалась) к полу. В этом положении важно, чтобы ребенок почувствовал опору тела (ощущение, что пол держит, что он лежит на полу), а затем расслабился.

Психолог берет одну руку ребенка и немного растягивает ее (другая лежит расслабленно), затем другую. То же — с ногами. После этого ребенок выполняет растяжки самостоятельно.

3.16 Упражнения «Линейные растяжки»

Ребенок (сначала с вашей помощью) растягивает все тело, потягиваясь одновременно двумя руками и ногами; затем — только правой стороной тела (рука, бок, нога), потом — только левой. Спина при этом не должна напрягаться и выгибаться. На выдохе — расслабление. Спросите его о том, вытянулись ли его спина, руки и ноги.

3.17 Упражнения «Полетели». Ребенок ложится на спину в виде «звезды» (разводит руки и ноги в стороны). По команде «Полетели!» ребенок должен поднять руки и ноги в воздух (не высоко), растопырить пальцы рук, высунуть язык и тянуть руки и пальцы рук в разные стороны, язык (не сжимая его губами и зубами). По команде «Опустились!» ребенок опускает руки и ноги на пол и расслабляет все тело. Команды чередуются. Ребенок «летит», пока взрослый считает (хлопает в ладоши) до пяти и отдыхает такое же время.

3.18 Упражнения «Активные растяжки». Ребенок лежит на спине, руки вверх, над головой, ноги вместе. По команде руки тянутся вверх, а ноги и мысочки- вниз. По другой команде — руки и ноги расслабляются.

Упражнения лежа на животе

3.19 Упражнения «Лодочка»

Вытянуться всем телом. Ребенок по инструкции психолога поднимает прямую руку (ногу); обе руки (ноги); одноименные и разноименные руку и ногу. Затем вместе с конечностями поднимаются и опускаются голова и глаза.

3.20 Упражнения «Кобра»

Ладони упираются в пол на уровне плеч. «На вдохе как кобра, медленно поднимите голову, постепенно выпрямляя руки и приоткрывая рот, приподнимите верхнюю часть туловища, прогните спину. Ягодицы и ноги при этом должны быть расслаблены и лежать на полу». На выдохе — медленный возврат в и. п. и расслабление.

3.21 Упражнения «Неуклюжий мишка»

Упор лежа. Поднять бедра и таз как можно выше, опираясь на стопы и ладони, пока верхняя и нижняя части туловища не составят букву «Л». Вес тела должен быть равномерно распределен между стопами и кистями рук, пятки — на полу, ноги прямые, смотреть вперед. Дети пробуют двигаться в такой позе (Вперед, назад, вправо, влево), при этом пыхтя и громко топая.

3.22 Упражнения «Гусеница»

Руки согнуты в локтях, ладони упираются в пол на уровне плеч; выпрямляя руки и поднимая таз, дети выгибают туловище вверх. Ноги подходят к рукам, затем руки продвигаются вперед, снова ноги шагают к рукам и т.д. Во время движения ладони рук и подошвы ног не отрывать от пола.

3.23 Упражнения «Корзиночка»

Схватить руками согнутые в коленях ноги за голеностопные суставы. Качаться на животе вперед-назад, направо-налево. По команде ребенок замирает на каком-либо боку.

3.24 Упражнения «Кошка»

Из положения лежа встать на четвереньки, опираясь на колени и ладони; бедра и руки перпендикулярны полу. С вдохом отвести голову назад и прогнуть позвоночник вниз. С выдохом зашипеть; подбородок — к груди, спина выгибается вверх.

3.25 Упражнения «Дотянись»

Ребенок лежит на животе. Взрослый, сидя перед ним, держит предмет перед ребенком, а ребенок тянется к нему к нему сначала правой рукой, а потом левой. Затем взрослый, сидя у его ног, просит дотянуться до предмета ногами — сначала правой, а потом левой.

3.26 Упражнения «Лодочка»

Ребенок ложится на живот, руки вытянуть вперед, сложить их лодочкой (ладонь к ладони), приподнять прямые ноги, прогнуться и покачаться на животе в таком положении. Если ребенку трудно выполнять упражнение, взрослый помогает ему (качает его, поднимая, то руки, то ноги).

3.27 Упражнения «Фараон»

Ребенок ложится на спину, обняв себя руками (правая кисть держит левое плечо, левая — правое). Он должен отрывать голову от пола и поднимать ее к груди, не поднимая плеч. Туловище лежит неподвижно, ногами не шевелить.

3.28 Упражнения «Скручивание»

Ребенок ложится на спину, одна нога согнута в колено направлена в одну сторону, рука и голова в противоположную, затем меняем положение.

Упражнения сидя на полу

3.29 Упражнения «Бабочка»

Захватить сложенные подошвами стопы руками, сплетенными в замок, колени в стороны. Пятки должны быть как можно ближе к ягодицам, мышцы бедер расслаблены. Движение бедрами ног подобно взмахам крыльев бабочки.

3.30 Упражнения

Ноги вытянуть, наклониться вперед с прямой спиной и захватить руками большие пальцы ног. При этом указательный и средний пальцы обхватывают большой палец ноги, а большой надавливает на ногтевую пластинку. Обязательно колени держать прямыми (если не получается схватиться за пальцы ног, возьмитесь за щиколотки или за икры).

3.31 Упражнения

Сидя, скрестить ноги, спина прямая; привести руки к плечам (четыре пальца направлены к шее, большой палец назад, плечи параллельно полу). Выполнять свободные повороты налево-направо; по возможности максимально скручивать позвоночник. Голову поворачивать сначала в одну сторону с телом, затем — в противоположную.

3.32 Упражнения

Сидя, скрестить ноги, спина прямая; привести руки к плечам (четыре пальца направлены к шее, большой палец назад, плечи параллельно полу). Наклониться вперед, пока лоб не коснется пола. Руки ладонями вверх вдоль туловища, кисти рядом со стопами. Другой вариант: руки вытянуты вперед, ладони вместе.

3.33 Упражнения

Сидя, скрестить ноги, спина прямая; привести руки к плечам (четыре пальца направлены к шее, большой палец назад, плечи параллельно полу). Постепенно опуститься назад, сначала опираясь на локти, а затем на голову. Руки свободно лежат вдоль туловища. Постепенно выпрямляться, меняя положения в обратном порядке.

3.34 Упражнения «Сова»

Правой рукой захватите мышцу посередине левого плеча (надкостную мышцу). Поверните голову немного влево, к руке, которая сжимает мышцу. Одновременно выполняйте следующие движения: рука сжимает мышцу, шея вытягивается немного вперед, подбородок выпячивается, глаза расширяются, губы сворачиваются трубочкой и произносят звук «УХ». Возвращаемся в исходное положение: рука опускает мышцу, шея и глаза занимают свое исходное положение, губы расслабляются. Выполняйте упражнения, чередуя пункты 2 и 3. С каждым «УХ» перемещайте голову по направлению от плеча, которое сжимает рука, к другому плечу (5-6 «УХ» в одну сторону). Делайте упражнение по ощущениям, сколько считаете нужным. Поменяйте руку и повторите то же самое.

3.35 Упражнения «Дерево».

Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы – семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

Упражнения стоя

3.36 Упражнения «Потягивание»

Ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулак, большие пальцы внутри ладоней; кулаки прижаты к низу живота. Поднять кулаки к плечам и прогнуться в спине, разводя плечи и запрокидывая голову. Потянуться вверх, распрямляя руки и поднимаясь на носки, постепенно напрягая все тело, как «струнку» (представьте, что вы только что проснулись и сладко потягиваетесь). Вернуться в и.п., выполняя движения в обратном порядке.

3.37 Упражнения «Растяжки для ног»

Ноги на ширине плеч; поднять прямые руки в стороны на уровне плеч ладонями вниз:

- медленно наклониться влево и коснуться пальцев левой ноги левой рукой. Остаться в этом положении пять секунд и вернуться в и. п. Стараться не сгибать ног и рук. То же — для правой руки и ноги;
- медленно наклониться влево и коснуться пальцев левой ноги правой рукой. Остаться в этом положении пять секунд и вернуться в и.п. Не сгибать ног и рук. То же — для левой руки и правой ноги.

3.38 Упражнения «Повороты в стороны»

Ноги на ширине плеч; поднять прямые руки в стороны на уровне плеч ладонями вниз. Поворот влево — левая рука движется назад, правая рука лежит на области сердца; поворот вправо — правая рука назад, левая на сердце и т.д. Движения свободные и размашистые. Голова также поворачивается вместе с туловищем в одну, а затем в другую сторону.

3.39 Упражнения «Скручивание корпуса»

Ноги на ширине плеч; поднять прямые руки в стороны на уровне плеч ладонями вниз, колени слегка согнуты, стопы параллельны друг другу. Тело полностью расслаблено. Скручивать тело вправо и влево, захлестывая расслабленные руки за спину. Подошвы ступней полностью, не отрываясь при поворотах, касаются пола; позвоночник — вертикальная неподвижная ось вращения. Голова сначала неподвижна, затем поворачивается вместе с руками, потом — в противоположную от рук сторону.

3.40 Упражнение «Снеговик»

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

3.41 Упражнение «Тряпичная кукла и солдат».

Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости

согласуется с равными фазами дыхания.

4.4 Упражнение

Рисование в воздухе перед собой знака бесконечности ∞ (центр знака — напротив переносицы). Сначала педагог плавно передвигает одну руку ребенка, начиная из центра вверх, обводя три раза воображаемый знак бесконечности. Ребенок должен внимательно следить за кончиками пальцев своей руки, не мигая, не отводя взгляда и не задерживая дыхания. Затем то же — другой рукой и двумя руками, сцепленными в замок. Далее можно варьировать размеры знака и то расстояние, на котором он рисуется.

Речевой аппарат

4.5. Упражнение

Работа над расширением сенсомоторного репертуара речевого аппарата всегда начинается с массажных упражнений:

- открывание и закрывание рта, удержание губ в улыбке с закрытым ртом и обнаженными зубами;
- вытягивание губ вперед (влево-вправо) «трубочкой»;
- чередование положений губ: в улыбке — «трубочкой» — спокойное;
- разнообразные движения (вперед-назад, вправо-влево, круговые) нижней челюстью и сложенными в «трубочку» губами;
- язык широкий, узкий, «трубочкой», «катушкой»;
- движения языком — « жало змеи», «часики», «качели»;
- чередование всех этих положений и движений;
- движения языка по внешней и внутренней поверхности верхних и нижних зубов;
- в глубь рта — к передним нижним резцам, облизывание губ в разных направлениях; имитация шелканья и цоканья.

Следующий блок упражнений (каждое выполняется 3 — 6 раз), заимствованный из актерской практики, помогает бороться с вялостью речевого аппарата («кашей во рту») и, кроме того, расширяет репертуар соответствующих кинестетических (артикуляционных) и кинетических возможностей.

Тренировка нижней челюсти

4.5 Упражнение

Необходимым условием четкой, хорошей речи является умение правильно открывать рот. Это связано с работой нижней челюсти.

И. п. то же. На счет «один» челюсть опускается;

на счет «два» челюсть двигается вправо (рот раскрыт);

на счет «три» челюсть опущена на место;

на счет «четыре» челюсть двигается влево;

на счет «пять» челюсть опущена;

на счет «шесть» челюсть выдвигается вперед;

на счет «семь» челюсть возвращается в и. п.

Делать упражнение нужно медленно и осторожно, избегая резких движений.

Тренировка губных мышц

4.6 Упражнение

И. п. — зубы сомкнуты, губы в обычном спокойном состоянии.

На счет «один» губы вытягиваются вперед, как бы принимают форму «пяточка»;

на счет «два» губы растягиваются в стороны, не обнажая зубов (растягивать губы особенно сильно в стороны не следует).

4.7 Упражнение

На счет «один» губы собираются в «пяточок»; на счет «два» «пяточок» двигается вправо; «три» — снова вперед; «четыре» — «пяточок» двигается влево. Круговые движения «пяточком» вправо и влево.

4.8 Упражнение

Губы плотно сомкнуты, нижняя челюсть слегка опущена. Под сильной струей выдыхаемого воздуха губы размыкаются и рот широко раскрывается.

Тренировка мышц языка

Подвижность и точность работы языка являются одними из главных условий правильного звучания гласных и согласных звуков. В их образовании большее или меньшее участие принимают различные части языка: кончик языка, его передняя часть, спинка, корень.

4.9 Упражнение

И. п. — рот открыт, язык лежит плоско, его кончик — у нижних передних резцов. На счет «один» кончик языка поднимается к верхним передним зубам;

на «два» — язык опускается (кончик языка у нижних резцов).

На счет «три» кончик языка поднимается к альвеолам;

«четыре» — в и.п.;

«пять» — кончик языка за альвеолами;

«шесть» — в и. п.

4.10 Упражнение

На счет «один» острым кончиком языка коснуться внутренней стороны левой щеки;

на «два» — внутренней стороны правой щеки.

Эти движения повторяются 3—4 раза без перерыва; при этом необходимо следить, чтобы нижняя челюсть не двигалась.

4.11 Упражнение

Кончик языка высовывается наружу и двигается между губами сначала по вертикали, а затем по горизонтали, при этом чувствуется напряжение в уздечке языка. При включении голоса получается звук, подобный детскому «поддразниванию».

Шея, плечи

4.12 Упражнение «Упрямая шея»

Скрестить пальцы на затылке (локти в стороны), поднять голову, смотреть вверх. Руками стараться наклонить голову вперед, шея сопротивляется. Выполнить 3 — 5 раз. Аналогично — ладони на лоб.

4.13 Упражнение «Разминаем плечи»

Ноги на ширине плеч, руки расслаблены. Все внимание — на мышцах плечевого пояса, на плечевых суставах, на ощущении их растягивания и расслабления:

- 1) выполнить контрастное напряжение и расслабление плеч;
- 2) плечи поднять и опустить, отвести назад, затем вперед — одновременно и попеременно;
- 3) вращать Плечами вперед и назад — одновременно и попеременно, не прогибая и прогибая спину назад и вперед.

4.14 Упражнение «Наклоны головы»

Сесть или встать прямо. В медленном темпе достать подбородком до груди, затылком до спины, положить ухо на правое плечо, затем — на левое (при этом важно, чтобы плечи и позвоночник оставались прямыми). Медленно поворачивать голову Направо, налево.

4.15 Упражнение «Перекаты головы»

И. п. ноги на ширине плеч, руки и плечи расслаблены. Все внимание сосредоточено на абсолютно расслабленных мышцах шеи. Наклонить голову вперед и медленно перекачивать ее от одного плеча к другому. Затем наклонить голову назад и снова делать перекаты из стороны в сторону. То же — по кругу в одну и другую сторону.

Руки

4.16 Упражнение «Разминка и расслабление рук»

Встряхнуть руки, как будто вы пытаетесь стряхнуть с них воду. Растереть руки от плеча к кисти и обратно, как будто вы замерзли; последовательно размять плечи, предплечья и кисти рук. Выполнить контрастное напряжение и расслабление рук.

4.17 Упражнение «Замок»

Сложить руки в «замок» и тянуть их: 1) вверх, вниз, в стороны; прогнуться назад и потянуться руками вверх; руки за спиной в замке тянуть вверх; 2) взять правой рукой левый локоть и тянуть его вправо, то же — с правой рукой; 3) зацепиться пальцами рук друг за друга и тянуть руки в разные стороны, то же — по одной паре пальцев.

Следующие упражнения выполняются сначала отдельно каждой рукой, затем двумя руками одновременно. При двуручном выполнении обе руки сначала двигаются в одну сторону (направо, налево, вперед, назад), а затем — в противоположные.

4.18 Упражнение «Волшебная мельница»

Ребенок представляет, что его руки — это лопасти волшебной мельницы, которые могут, складываясь и распрямляясь, вращаться в разные стороны. Все внимание — на ощущениях в разминаемых суставах:

вращать прямую правую (левую) руку в плечевом суставе вперед, назад, направо, налево;

обе руки в одном направлении,

затем в противоположных (правая — вперед, левая — назад);

поставить кисти к плечам и совершать такие же круговые движения;

вытянуть прямые руки в стороны, согнуть их в локтях и свободно раскачивать предплечья,

затем вращать их по кругу; аналогично предыдущему — вращать руки в локтевых суставах (при этом плечи и кисти неподвижными);

вращать руки в лучезапястном суставе (руки вытянуты вперед, локти слегка согнуты, плечи и предплечья неподвижны).

	<p>4.19 Упражнение «Море» Ребенок вместе с психологом рассказывает историю и сопровождает ее соответствующими движениями: «На море плещутся волны маленькие и большие (сначала одной рукой, а затем другой рукой в воздухе рисуются маленькие волны; руки сцепить в замок и рисовать в воздухе большую волну). По волнам плывут дельфины (совершаются синхронные волнообразные движения всей рукой вперед). Они вместе, а потом по очереди ныряют в воду — один нырнул, другой нырнул (совершаются поочередные волнообразные движения рук). За ними плывут их дельфинята (руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед). Ныряют вместе и по очереди (одновременные и поочередные волнообразные движения кистями рук). Вот так двигаются их хвостики (каждый палец поочередно совершает волнообразные движения). Вместе с дельфинами плавают медузы (руки, сжатые в кулаки, резко сжимаются и разжимаются). Все они танцуют и смеются (вращение рук в лучезапястных суставах)».</p> <p style="text-align: center;">Ноги</p> <p>4.20 Упражнение «Велосипед» Лежа или сидя имитировать езду на велосипеде (свободно, с усилием, с сопротивлением). Сесть на пол, ноги согнуть. Поднять правую ногу и вращать в коленном (затем голеностопном) суставе направо, налево. Опустить на пол. Аналогично — левой ногой; двумя ногами.</p> <p>4.21 «Две гусенички» Сидя или лежа на спине с согнутыми в коленях ногами, ребенок представляет, что его стопы — гусенички, которые ползут по земле. Сначала они ползут от него, затем — к нему. После этого одна ползет от ребенка, а другая — к нему, и наоборот. Не отрывать стопы от пола, стремясь сначала максимально выпрямить ноги, а затем максимально согнуть в коленях.</p> <p>4.7 Упражнение «Перекаты» Ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, спина прямая. Выполняются перекаты с носков на пятки, затем — с наружных на внутренние поверхности стоп и обратно. После этого ребенок переходит к следующим движениям: левая нога начинает перекаты с пятки, а правая — с носка.</p> <p>4.7 Упражнение «Канатоходец» Ребенок имитирует проход по канату (он идет по прямой воображаемой линии по полу): скользит и балансирует, ищет равновесия. Партнер дует на него со стороны, как бы пытаясь «сдуть» канатоходца с каната. Дует он с расстояния вытянутой руки, но не в лицо, а примерно в грудь (справа, слева). Цель канатоходца — удержаться, несмотря на препятствие.</p>
<p>5. Преодоление патологических ригидных телесных</p>	<p>Особое внимание следует уделить работе с теми патологическими ригидными телесными установками (в статике и динамике), которые ограничивают и обедняют движения ребенка. Например, при письме у него движется язык и/или ноги, поднимаются и напрягаются плечи; при чтении он принимает неестественную, вычурную позу; при слезении</p>

установок и синкинезий

Цель:

глазами задерживает дыхание с последующей остановкой взора; одновременно с движением руки наблюдаются обильные мимические и оральные комплексы оживления.

Коррекция здесь, может быть, наиболее трудоемки сложна как для ребенка, так и для педагога, так как основной мишенью является перестройка непродуктивных стереотипов и неэффективных формул движения. Однако достижение этой цели дает поразительный эффект в различных сферах психической жизни ребенка.

Синкинезий — это непроизвольное оживление двигательной активности, не адекватное выполняемому действию, сопутствующее и мешающее ему. К приведенным выше примерам каждый специалист может добавить множество своих.

Принципиально существуют два основных пути устранения синкинезий. Первый из них связан с тем, что синкинезий переводятся из непроизвольного движения в произвольное, т.е. становятся волевым актом (иногда доведенным до абсурда, но контролируемым ребенком сознательно). Например, ребенку, у которого процесс письма сопровождается непроизвольными движениями ног, говорят: «...Нет уж, ты, пожалуйста, вместе с ногами!».

Второй связан с блокировкой синкинезий, при которой ребенку придается такое положение тела, когда их появления сведено к минимуму, вплоть до абсолютной невозможности. Основным методический прием при этом заключается в фиксации одного из патологически «связанных» уровней с параллельной нагрузкой на другой. Затем фиксируется второй уровень — первый нагружается определенными движениями, пока автономность движений по уровням не автоматизируется. Степень фиксации варьируется от максимально внешней до произвольно контролируемой самим ребенком.

Например, имеют место обильные синкинезий (ноги, язык, мимика и т.п.), возникающие одновременно с движением руки. В этом случае можно рекомендовать:

- используя утяжелитель, дать нагрузку на ту руку, действие которой вызывает наиболее яркие синкинезий с другими частями тела;
- перенести произвольное внимание ребенка, например, на ноги;
- в этом случае ему предлагается, проговаривая какие – нибудь слова или скороговорки, отстукивать ритм ногами;
- удерживать в руке длительное статическое напряжение (например, вытянутые руки с сильно сжатыми кулаками);
- ребенок при этом может петь песни., проговаривать скороговорки, вращая ногами “педаль” проделывать дыхательные или глазодвигательные упражнения.

5.1 Упражнение

Отработка автономных и сочетанных движений на уровнях глаз и языка. Голова фиксирована. Выполняются глазодвигательные упражнения (по четырем основным, четырем диагональным направлениям, от себя и к себе), описанные выше, в сочетании с фиксацией мышц языка и челюсти:

- а) сильно сжать челюсти; при необходимости можно попросить ребенка зажать зубами карандаш и т.п.;
- б) максимально открыть рот, язык спрятать;
- в) максимально открыть рот, максимально высунуть язык.

5.2 Упражнение

Глаза фиксированы. Выполняются движения головой и языком (однонаправленные и разнонаправленные).

	<p>5.3 Упражнение Голова фиксирована. Отработка однонаправленных и разнонаправленных движений глаз и языка. Иными словами, движения языка направлены в ту же или в противоположную от взора сторону.</p> <p>5.4 Упражнение Отработка однонаправленных и разнонаправленных движений головы и глаз.</p> <p>5.5 Упражнение Отработка однонаправленных и разнонаправленных движений языка (глаз) с руками и ногами.</p>
<p>6. Формирование и коррекция базовых сенсомоторных (одновременных и реципрокных) взаимодействий</p> <p>Цель: На формирование одновременных и реципрокных координации оказывают положительное влияние не только упражнения, включающие взаимодействия рук или ног, но также и сочетанные движения правой и левой половин тела.</p>	<p style="text-align: center;">Упражнения лежа на спине</p> <p>6.1 Упражнение Ноги и руки вытянуты вверх перпендикулярно полу и перекрещены Х-образно; одновременно оттягивается вверх носок (пятка) правой ноги и кисть левой руки, расслабление, то же — для левой ноги и правой руки; повторить для одноименных руки и ноги.</p> <p>6.2 Упражнение Ноги согнуты в коленях, стопы стоят на полу, прямые руки вытянуты в стороны. Руки одновременно передвигаются по полу (одна — вверх, другая — вниз) таким образом, что одна рука оказывается вытянутой вверх, а другая — лежащей вдоль тела. При этом голова наклоняется в сторону верхней руки, а колени — в сторону нижней руки, и наоборот.</p> <p>6.3 Упражнение Модифицированный вариант «велосипеда» — ребенок имитирует ногами езду на велосипеде, касаясь при этом локтем (ладонью) противоположного колена, одноименного колена, затем снова противоположного колена.</p> <p>6.4 Упражнение Фиксированы позиции головы и туловища. Выполняются одновременные движения глаз, языка, рук и ног: вверх, вниз, вправо, влево, сведение к центру (конвергенция глаз, сжатые челюсти, перекрест рук и перекрест ног).</p> <p>6.5 Упражнение Фиксированы глаза (взгляд прямо перед собой) и туловище. Выполняются одновременные движения головы, языка, рук и ног: вверх, вниз, вправо, влево, сведение к центру (голова прямо, сжатые челюсти, перекрест рук и перекрест ног). Т</p> <p>6.6 Упражнение Фиксированы туловище и язык — язык высовывается с напряжением вперед и удерживается в этом положении. Выполняются одновременные движения головы, глаз, рук и ног: вверх, вниз, вправо, влево, сведение к центру (голова прямо, конвергенция глаз, перекрест рук и перекрест ног).</p> <p style="text-align: center;">Упражнения сидя</p> <p>Отработка сочетанных движений глаз, языка и рук сначала выполняется в свободном темпе, а затем — под хлопki взрослого, ритмичную музыку и т.п.</p>

6.7 Упражнение

Сочетанные движения рук, глаз и языка. Сначала руки располагаются на коленях параллельно друг другу, а затем перекрещиваются. Ребенок попеременно хлопает ладонями по коленям, при этом глаза и язык двигаются следующим образом:

- а) глаза вместе с языком двигаются сначала за ладонью, затем от нее;
- б) глаза фиксированы прямо перед собой, язык двигается за ладонью, от нее;
- в) язык фиксирован в одном из приведенных выше положений, глаза двигаются за ладонью, от нее;
- г) глаза двигаются за ладонью, язык — от нее;
- д) язык двигается за ладонью, глаза — от нее.

6.8 Упражнение

Руки, сжатые в кулак, лежат на коленях (вытянуты вперед; в стороны), большие пальцы вверх. Движения руками выполняются однонаправленно и разнонаправленно с глазами и языком. Это же упражнение выполняется стоя с опущенными, поднятыми, вытянутыми вперед или в стороны руками.

Упражнения стоя на четвереньках

6.9 Упражнение

Ползание вперед, назад, вправо и влево (на локтях; на кистях) с одновременным передвижением одноименных руки и ноги, затем противоположных руки и ноги. При этом руки вначале располагаются параллельно друг другу, затем — перекрещиваются, т. е. при движении с каждым «шагом» правая рука заходит за левую, затем левая — за правую и т.д. Ноги передвигаются параллельно друг другу.

6.10 Упражнение

Сочетанные движения глаз и языка, рук и ног ползая на четвереньках (вперед, назад, вправо, влево). Руки и ноги двигаются в последовательности, приведенной в упр. 1 при этом глаза и язык совершают следующие движения:

- а) глаза вместе с языком двигаются сначала за ладонью, затем от нее;
- б) глаза фиксированы прямо перед собой, язык двигается за ладонью, от нее;
- в) язык фиксирован в одном из приведенных выше положений, глаза двигаются за ладонью, от нее;
- г) глаза двигаются за ладонью, язык — от нее;
- д) язык двигается за ладонью, глаза — от нее.

Упражнения стоя

Обязательное условие — начинает и заканчивает упражнение перекрестными движениями. После того как ребенок освоил данное упражнение под счет психолога, можно предложить ему вести счет самостоятельно — считая и контролируя последовательность и переключение с движения на движение. Более сложный вариант этого упражнения — нагрузка зрительного анализатора, когда ребенок следит глазами за предметом, который перемещает психолог, или когда ребенок переводит глаза по словесной инструкции.

6.11 Упражнение

Перекрестные и односторонние движения.

На первом этапе ребенок медленно шагает, попеременно касаясь то правой, то левой рукой до противоположного колена

(перекрестные движения). Психолог на этапе освоения упражнения отсчитывает 12 раз в медленном темпе. На втором этапе ребенок также шагает, но уже касаясь одноименного колена (односторонние движения). Так же 12 раз. На третьем и пятом этапах — перекрестные движения, на четвертом — односторонние.

6.12 Упражнение

Рисование на доске, стене, листе бумаги сначала поочередно каждой рукой, а затем одновременно обеими. Чрезвычайно важно, чтобы двигались обе руки — в одну сторону, в противоположные, навстречу друг другу и т.д.

- сначала ребенок рисует прямые линии — вертикальные, горизонтальные, наклонные;
- затем — разнообразные круги, овалы, восьмерки; орнаменты в разных положениях;
- одинаковые и разные фигуры на левой и правой половинах листа (вначале — ближе к центру, затем — ближе к краям листа);
- одно симметрично расположенное изображение; законченный сюжетный рисунок.

Отметим еще раз необходимость отработки каждого из упражнений сначала каждой рукой отдельно, а уже потом двумя руками вместе.

6.13 Упражнение «Ладушки»

Эта игра одной из первых появляется в опыте любого ребенка. Если он с ней не знаком — научите его играть сначала в классическом варианте, но не только руками, но и лежа — ногами. Затем усложните задачу:

- а) хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером (руки у обоих перекрещены), хлопок, хлопок с партнером — «левая — правая», хлопок, хлопок с партнером — «правая — левая».

Далее увеличивается число движений за счет соединения классического и данного вариантов. Аналогично — ногами;

- б) «кулак — ладонь»: руки ребенка все время повернуты ладонями друг к другу;

хлопок в ладоши, удар - кулака о ладонь,

хлопок, удар другой ладони о кулак.

Играя в паре, ребенок после хлопка удар «кулак — ладонь» делает с вами. Еще более сложный вариант — удар «кулак — ладонь» делается с партнером перекрещенными руками (вперед то левая, то правая рука);

- в) «ладушки» с разворотами ладоней: классический вариант, в котором хлопки с партнером осуществляются так, что одна ладонь ребенка смотрит вниз, а другая — вверх (или ставятся друг на друга ребрами).

- г) после хлопка ребенок «здоровается» с партнером, как в классическом варианте, соприкасаясь с ним стопами, коленями, бедрами, локтями, плечами.

6.14 Упражнение «Прыжки на месте на двух ногах»

- а) чередование прыжков: ноги врозь (предмет, например мяч, лежит на полу между стопами ног) и ноги вместе (предмет — то у носков, то у пяток ног);

- б) чередование прыжков ноги врозь и ноги скрестно, поочередно правая и левая нога впереди (предмет, например гимнастическая палка, лежит между стопами ног).

Это же упражнение выполняется с движением рук в ту же сторону, что и ноги, затем — в противоположную.

6.15 Упражнение

Прыжки с продвижением, в качестве ориентира используется линия на полу между стопами ног:

- а) чередование прыжков ноги врозь и ноги скрестно (поочередно впереди то правая, то левая нога); то же, но с аналогичным движением рук, вытянутых прямо перед собой, — сверху рука, одноименная противоположная стоящей впереди ноге;
 - б) чередование прыжков ноги врозь, руки скрестно перед собой и ноги скрестно, руки перед собой параллельно друг другу.
- Это же упражнение выполняется с движением рук в ту же сторону, что и ноги, затем движения выполняются разнонаправленно.

6.16 Упражнение «Обезьянка»

Ребенок изображает обезьянку, которая гримасничает перед зеркалом:

- а) двигает нижней челюстью вперед-назад; то же — с одновременным движением рук вперед-назад; затем руки и челюсть двигаются разнонаправленно;
- б) двигает челюсть вправо-влево; то же — с перемещением рук в ту же сторону, что и челюсть; затем руки и челюсть двигаются в разные стороны;
- в) язык и челюсть двигаются в одну сторону, затем в разные стороны;
- г) одновременное движение глаз и челюсти в одну сторону, а затем в разные стороны.

6.17 Упражнение «Трубочка»

Ребенок вытягивает губы «трубочкой» вперед, а затем растягивает их в улыбке. Это упражнение выполняется:

- а) с одновременным вытягиванием рук вперед, когда ребенок делает «трубочку» и приведением ладоней к плечам во время выполнения «улыбки»; затем — наоборот: «трубочка» — руки к плечам (груди), «улыбка» — руки вверх (вперед) и т.д.;
- б) вытягивание губ «трубочкой» вправо и влево; то же — с одновременным перемещением рук в ту же сторону, что и губы, а затем — с движением рук в противоположную сторону (например, губы — вправо, руки — влево);
- в) вытягивание губ «трубочкой» вправо и влево с одновременным движением языка в ту же сторону, затем в противоположную;
- г) вытягивание губ «трубочкой» вправо и влево с одновременными движениями глаз в ту же, а затем в противоположную сторону;
- д) вытянутые губы «трубочкой» вращать по кругу (направо, затем налево).

6.18 Упражнение «Качели»

Ребенок изображает языком движение качелей: поднимает язык вверх, опускает его вниз. То же — с одновременным движением рук сначала в ту же, что и язык, а затем в противоположную ему сторону. Те же движения языка сочетать с движением глаз.

6.19 Упражнение «Часы»

	<p>Движение языка к уголкам рта направо и налево, то же — с одновременным перемещением рук в ту же сторону, что и язык, а затем в противоположную ему сторону. Сочетать движения языка с движениями глаз.</p> <p>6.13 Упражнение «Хомяк» Ребенок изображает хомяка, который идет по лесу. Вот какой он сытый (облизаться, надуть обе щеки, развести руки), а такой — голодный (втянуть щеки, пощелкать зубами, обнять себя). Идет и гоняет зерно из одной щеки в другую (поочередно надувать щеки в такт с руками). Влез в узкую норку и выплюнул зерно (бить кулачками по надутым щекам, с силой и шумом выдохнуть). Это задание необходимо дополнить любыми выразительными движениями рук, ног, всего тела.</p>
<p>7. Массаж и самомассаж Цель: повышает сопротивляемость организма, способствует улучшению обменных процессов, лимфо- и кровообращения.</p>	<p>7.1 Упражнение «Волшебные точки» Приемы массажа легко освоить взрослым, а затем научить детей. Массаж «волшебных точек», производимый вращательными движениями, надо делать ежедневно три раза в день по 3 с (9 раз в одну сторону, 9 — в противоположную). Если вы обнаружили у себя или ребенка болезненную зону, то ее надо массировать указанным способом через каждые 40 мин до восстановления нормальной чувствительности. Помимо других эффектов постоянный массаж благоприятен для ребенка, поскольку:</p> <p>Точка 1 Связана со слизистой трахеи, бронхов, а также с костным мозгом. При массаже этой зоны уменьшается кашель, улучшается кроветворение. Ребенок располагает свои ладони перпендикулярно друг другу и производит резкие хлопки (5—10 хлопков с интервалом около 1 с); местами соприкосновения становятся углубления между запястьем и нижней частью ладони. Затем упражнение повторяется, но местами соприкосновения становятся внешние стороны запястья.</p> <p>Точка 2 Регулирует иммунные функции организма. Повышает сопротивляемость инфекционным заболеваниям. «Мытье головы» Пальцы слегка расставить и немного согнуть в суставах. Кончиками пальцев массировать голову в направлении: - ото лба к макушке, - ото лба до затылка - от ушей к шее.</p> <p>Точка 3 Контролирует химический состав крови и слизистую оболочку гортани. «Ушки» Уши растираются ладонями, как будто они замерзли; разминается три раза сверху вниз (по вертикали); возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении (по горизонтали) (пальцы, исключая большие, соединены и направлены к затылку локти вперед).</p>

Затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их. Указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз. Это упражнение тонизирует кору головного мозга, уменьшает ощущение шума в ушах, головную боль, головокружение.

Точка 4

Зона шеи связана с регулятором деятельности сосудов головы, шеи и туловища. Массаж этой точки нормализует работу вестибулярного аппарата. Эту точку следует массировать не вращательными, а только поступательными, надавливающими или вибрирующими движениями сверху вниз, так же, как и точку 5;

«Глазки отдыхают»

Закрыть глаза. Межфаланговыми суставами больших пальцев сделать 3 — 5 массирующих движений по векам от внутренних к наружным уголкам глаз; повторить то же движение под глазами. После этого помассировать брови от переносицы к вискам.

Точка 5

Расположена в области 7-го шейного и 1-го грудного позвонка. Работа с ней дает разнообразные положительные эффекты, в том числе улучшение общего кровообращения, снижение раздражительности и чувствительности к аллергическим агентам;

«Веселые носики»

Потереть область носа пальцами, затем ладонями до появления чувства тепла. Повращать кончик Носа вправо и влево 3 — 5 раз. После этого проделать 3 — 5 поглаживающих вращательных движений указательными пальцами обеих рук вдоль носа, сверху вниз с обеих сторон. Это упражнение предохраняет от насморка, улучшает кровообращение верхних дыхательных путей.

Точка 6

Массаж этой точки улучшает кровоснабжение слизистых оболочек носа и гайморовой полости. Нос очищается, насморк проходит

«Расслабленное лицо»

Руками проводить по лицу сверху вниз, слегка нажимая как при умывании (3 — 5 раз).

Затем тыльной стороной ладони и пальцев рук мягкими движениями провести от подбородка к вискам; «разгладить» лоб от центра к вискам.

Точка 7

Улучшается кровоснабжение в области глазного яблока и лобных отделов мозга

«Гибкая шея, свободные плечи»

Массировать шею сзади (сверху вниз) двумя руками: поглаживающие, похлопывающие пощипывающие, растирающие, спиралевидные движения.

Аналогично: а) правой рукой массировать левое плечо в направлении от шеи к плечевому суставу, затем левой рукой — правое плечо; б) правой рукой взяться за левое плечо и сделать 5 — 10 вращательных движений по часовой стрелке и против нее; то же — левой рукой, затем обеими руками одновременно.

	<p>Точка 8 Массаж воздействует на органы слуха и вестибулярный аппарат; «Теплые ручки» Поднять правую руку вверх, двигая ее в разных направлениях. Левая рука при этом придерживает плечо (предплечье) правой руки; оказывая сопротивление ее движению и одновременно массируя ее. Затем руки меняются. Растирание и разминка пальцев рук и всей кисти от кончиков пальцев к основанию и обратно; особое внимание следует уделить большим пальцам. Имитация «силового» мытья, растирания и пожатия рук.</p> <p>Точка 9 Массаж дает многосторонний эффект: снимаются отеки, нормализуются многие функции организма. «Теплые ножки» Сидя, энергично растереть (разминать, пощипывать) правой рукой подошву, пальцы и тыльную сторону стопы у межпальцевых промежутков левой ноги, то же — левой рукой со стопой правой ноги. После этого потереть (побарабанить) стопы друг об друга, а также о пол. Полезно также поглаживание стоп и пальцев ног тыльной стороной кисти и пальцев; растирание, разминание их и давление на них кончиками пальцев и большим пальцем, косточками пальцев сжатой в кулак кисти, краем ладони и т.д.</p>
<p>8. Формирование навыков внимания и преодоления стереотипов.</p>	<p>8.1 Упражнение «Стоп-упражнения» Ребенок свободно двигается под музыку, делает какие-либо упражнения и т.д. По условному сигналу он должен замереть и держать позу, пока психолог не предложит ему продолжить. По этому же принципу построены известные упражнения «Море волнуется». «Замри — отомри» и др.</p> <p>8.2 Упражнение «Зеваки» Дети идут по кругу. По сигналу (звонок, хлопок, свисток, колокольчик и т.п.) все останавливаются, делают три хлопка и поворачиваются кругом, затем продолжают движение. Крайне важны упражнения на переключение, на преодоление стереотипа. Детям даются два-три условных сигнала, на которые они, быстро переключаясь, должны ответить соответствующим действием.</p> <p>8.3 Упражнение «Четыре стихии» Дети сидят (стоят) в кругу. Психолог договаривается с ними, что, если он скажет слово земля, все должны опустить руки вниз, (присесть; произнести слово, относящееся к земле, например трава; изобразить змею). Если сказано слово вода, надо вытянуть руки вперед (изобразить волны, водоросли; сказать водопад и т. п.); при слове воздух — поднять руки вверх (встать на носочки; изобразить полет птицы; сказать солнце); при слове огонь — произвести вращение рук в лучезапястных и локтевых суставах (повернуться кругом; изобразить костер; сказать саламандра и т. п.).</p> <p>8.4 Упражнение «Хлопки» Дети свободно передвигаются по комнате. На один хлопок психолога им надо присесть на корточки (или произнести звезда),</p>

	<p>на два — сделать «ласточку» (или произнести гроздь), на три — встать с поднятыми вверх прямыми руками (или произнести крендель).</p> <p>8.5 Упражнение «Условные сигналы» Перед занятием психолог дает условные сигналы: если сделан один хлопок — надо посмотреть вверх, вниз (направо, налево, выполнить «качалку»); два хлопка — прислушаться к звукам вне комнаты (за окном, этажом выше, выполнить перекрестный шаг); три хлопка — закрыть глаза и почувствовать свое состояние (произнести скороговорку: «Карл у Клары украл кораллы» и т.п.). Услышав условный сигнал, ребенок выполняет соответствующее задание в течение 10—15 с.</p>
<p>9. Релаксация Цель: тонизирующее, стимулирующее, укрепляющее, восстанавливающее, успокаивающее, расслабляющее воздействие.</p>	<p>Релаксация может проводиться как в начале или в середине занятия, так и в конце — с целью интеграции приобретенного в ходе занятия опыта.</p> <p>Дети ложатся на пол, закрывают глаза, каждый принимает одну из предложенных педагогом или просто удобную для себя позу, делает 3—4 цикла глубокого дыхания в индивидуальном темпе.</p> <p>9.1 Упражнение «Пляж» «Представьте, что вы лежите на теплом песке и загораете. Ласково светит солнышко и согревает нас. Веет легкий ветерок. Вы отдыхаете, слушаете шум прибоя, наблюдаете за игрой волн и танцами чаек над водой. Прислушайтесь к своему телу. Почувствуйте позу, в которой вы лежите. Удобно ли вам? Попробуйте изменить свою позу так, чтобы вам было максимально удобно, чтобы вы были максимально расслаблены. Попробуйте представить себя всего целиком и запомните возникший образ (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно садимся и не спеша встаем».</p> <p>9.2 Упражнение «Ковер-самолет» «Мы ложимся на волшебный ковер-самолет; ковер плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает, убаюкивая; ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижаться и приземляется в нашей комнате (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно садимся и аккуратно встаем». Для выхода из длительной (более 10 мин), глубокой релаксации, чтобы вернуться в состояние «здесь и сейчас» и подготовиться, мобилизоваться для дальнейшей работы, рекомендуется, лежа на спине, выполнить последовательно пять упражнений, каждое из которых занимает около 30 с: сделать 3 — 5 циклов глубокого дыхания; потянуться всем телом, вытягивая руки за голову и носки ног от себя; поднять одно колено, перекинуть его через другую ногу и постараться достать им до пола. Плечи при этом должны оставаться на полу. Повторить движения несколько раз в каждую сторону; потереть ладонь о ладонь и подошву о подошву; подтянуть колени к груди и обхватить их руками. Прокатиться несколько раз на спине вперед-назад, раскачиваясь, как «корзиночка» («качалка»), или перекатываясь, как «бревнышко». Само по себе это одно из лучших упражнений для позвоночника и всей спины, но делать его нужно на ровной и достаточно мягкой поверхности.</p>

9.3 Упражнение «Поза покоя»

Необходимо сесть ближе к краю стула, опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить. Формула общего покоя произносится инструктором медленно, тихим голосом, с длительными паузами.

Все умеют танцевать,
Прыгать, бегать, рисовать,
Но пока не все умеют
Расслабляться, отдыхать.
Есть у нас игра такая -
Очень легкая, простая,
Замедляется движение,
Исчезает напряжение...
И становится понятно -
Расслабление приятно!

9.4 Упражнение «Кулачки»

И.п. - сидя на полу. Инструктор: "Сожмите пальцы в кулачок покрепче. Руки положите на колени. Сожмите их сильно-сильно, чтобы косточки побелели. Руки устали. Расслабили руки. Отдыхаем. Кисти рук потеплели. Легко, приятно стало. Слушаем и делаем, как я. Спокойно! Вдох - пауза, выдох - пауза! Это и каждое последующее упражнение повторяется 3 раза

Руки на коленях,
Кулачки сжаты,
Крепко, с напряжением
Пальчики прижаты (сжать пальцы).
Пальчики сильней сжимаем -
Отпускаем, разжимаем. (Легко поднять и уронить расслабленную кисть.)
Знайте, девочки и мальчики,
Отдыхают наши пальчики".

9.4 Упражнение «Загораем»

Инструктор: "Представьте себе, что ноги загорают на солнышке (вытянуть ноги вперед, сидя на полу). Поднимите ноги, держите на весу. Ноги напряглись (можно предложить ребенку самому потрогать, какими твердыми стали его мышцы). Напряженные ноги стали твердыми, каменными. Опустите ноги. Они устали, а теперь отдыхают, расслабляются. Как хорошо, приятно стало. Вдох - пауза, выдох - пауза.

Мы прекрасно загораем!
Выше ноги поднимаем!
Держим... Держим... Напрягаем...
Загораем! Опускаем (ноги резко опустить на пол).
Ноги не напряжены, расслаблены".

	<p>9.5 Упражнение «Штанга» И.п. - стоя. Инструктор: "Встаньте. Представьте, что вы поднимаете тяжелую штангу. Наклонитесь, возьмите ее. Сожмите кулаки. Медленно поднимите руки. Они напряжены! Тяжело! Руки устали, бросаем штангу (руки резко опускаются вниз и свободно опускаются вдоль туловища). Они расслаблены, не напряжены, отдыхают. Легко дышится. Вдох - пауза, выдох - пауза. Мы готовимся к рекорду, Будем заниматься спортом (наклониться вперед). Штангу с пола поднимаем (выпрямиться, руки вверх). Крепко держим... И бросаем! Наши мышцы не устали И еще послушной стали. Во время выполнения упражнения можно прикоснуться к мышцам плеча и предплечья ребенка и проверить, как они напряглись. Нам становится понятно: Расслабление приятно.</p> <p>9.6 Упражнение «Качание на физиологическом мяче» Ребенок ложится на физиологический (большой по размерам) мяч на живот, психолог, придерживая его руками, одновременно ими выполняет покачивающие ритмичные движения вниз, вперед, назад.</p> <p>9.7 Упражнение «Расслабление» Ребенок лежит на полу на спине, психолог проводит поглаживание его частей тела по часовой стрелке: от запястья к локтю, от стоп к колену, от шеи к голове. Проводится под расслабляющую музыку.</p> <p>9.8 Упражнение «Качалка» А) Ребенок в положении сидя, ноги и руки сведены в кольцо. Начинает качаться вперед-назад 15 раз, не задевая головой пол. Назад- вдох, вперед –выдох. Б) Ребенок в положении лежа на животе. Качается 10 раз.</p>
II блок приема, переработки и хранения экстероцептивной (т.е. исходящей извне) информации	
<p>1. Соматогностические, тактильные и кинестетические процессы Цель:</p>	<p>1.1 Упражнение «Повтори позу» Ребенок повторяет за психологом позу (затем несколько поз), в создании которой участвует все тело.</p> <p>1.2 Упражнение «Угадай часть тела и запомни ее название» Дотроньтесь (погладьте, помассируйте, потрите т.д.) до какой-либо части тела ребенка (например, до локтевого сустава) и предложите ему вслепую показать ее на себе, затем, открыв глаза, на вас; назвать ее. Это необходимо проделать со всеми частями тела, а затем проделать то же с 2 — 3 точками.</p>

После того как ребенок запомнит все названия, сыграйте в ту же игру, поменявшись ролями. Или иначе: дотроньтесь до своего тела (и попросите его показать на себе и назвать этот участок. Более сложный вариант: взрослый дотрагивается до одной (нескольких) частей тела с одной стороны, а ребенок должен показать и назвать ее с другой стороны тела. Желательно, чтобы в процессе выполнения этого упражнения в работу включались все части тела, в том числе лицо, пальцы рук и ног, спина и т.д.

1.3 Упражнение «Телесные фигуры, буквы и цифры»

Придумайте вместе с ребенком, как можно изобразить пальцами рук, а также всем телом фигуры, буквы и цифры. Обязательно проиграйте все варианты перед зеркалом. В этой игре могут участвовать несколько человек, тогда «телесные» буквы и цифры будут составляться всеми детьми одновременно.

1.4 Упражнение «Рисунки и буквы на спине и на ладонях»

Нарисуйте пальцем на спине ребенка одну из знакомых ему фигур (треугольник, круг, квадрат и т.д.). Попросите его сказать, какая фигура нарисована. Если он затрудняется, нарисуйте прямую (горизонтальную, вертикальную, наклонную) и попросите его изобразить ее на стене или на листе бумаги. То же сделайте сначала на его правой, а потом левой руке, рисуя на обеих сторонах кисти.

При изучении числового ряда и алфавита особенно полезно написание букв и цифр последовательно на спине и руках (на обеих сторонах) с последующим их называнием и прописыванием.

1.5 Упражнение «Предметы с различной фактурой поверхности»

Покажите, назовите и дайте потрогать ребенку материалы и предметы с разной фактурой поверхности (гладкие, шершавые, ребристые, колючие, мягкие и т.п.). Затем предложите ему ощупать вслепую материал двумя руками, потом — одной рукой и найти этот же материал из него, действуя сначала этой же рукой, а затем другой.

1.6 Упражнение «Тактильное домино»

Правила игры те же, что и в обычном домино. Но: игральные «кости» особые, например: справа — наждачная бумага, слева — глянцевая поверхность; справа — бархатная бумага, слева — мех; справа — ребристая поверхность «в клеточку», слева — гладкая и т. п.

Сначала правила игры усваиваются с открытыми глазами, а затем отыскивание игровых «костей» происходит с закрытыми глазами; произвольно, только правой, левой рукой.

Усложнение задания: фактура поверхностей должна отличаться незначительно. Хорошо, если материал для игры вы сделаете вместе с ребенком.

1.7 Упражнение «Игра с палочками»

Предложите ребенку комплект палочек разной длины (2 — 7 см), толщины и фактуры. Пусть он с закрытыми глазами разложит их неоднородные кучки.

1.8 Упражнение «Ощупывание и распознавание предметов»

Положите в непрозрачный мешочек различные небольшие предметы: ключ, кольцо, монету, орех, камешек, мелкие игрушки и т.д. Ребенок должен на ощупь угадать, какие предметы лежат в мешочке. При этом он должен ощупывать предмет как двумя руками одновременно, так и каждой рукой по очереди.

	<p>Усложнение игры: после того как предмет узнан, ребенок находит такой же среди других предметов во втором мешке сначала той же, а потом другой рукой.</p> <p>1.9 Упражнение «Доски Сегена» Известно, что существует несколько вариантов досок Сегена. Вкладки из разного материала – пластмассы, дерева, ткани, резиновой фактуры.</p> <p>1.10 Упражнение «Ощупывание фигурок, буквой цифр, различных по форме и размеру» Возьмите объемные или вырежьте из наждачной или бархатной бумаги фигуры (буквы,, цифры) различной формы (звездочку, кружок, треугольник, квадрат и т.д.) величины (большие и маленькие). Нарисуйте такие же фигурки на листе бумаги. Попросите ребенка: на ощупь опознать фигуру и, не глядя, найти такую же среди других фигурок этой же, затем другой рукой. Затем смените руки; с закрытыми глазами ощупать фигуру, а затем, открыв глаза, указать на нее в ряду нарисованных; одной рукой ощупать фигурку, а затем нарисовать ее в воздухе или на листе бумаги сначала той же, а потом другой рукой.</p> <p>1.11 Упражнение «Распознай буквы — получишь слово» Из объемной азбуки составьте слово (из 3 — 4 букв) и предложите ребенку, последовательно ощупав все буквы, прочитать его. Более сложным является вариант, когда буквы даются в произвольном порядке: их нужно опознать, назвать и запомнить, а затем составить из них слово.</p>
<p>2. Зрительный гнозис</p>	<p>2.1 Упражнение «Разрезные картинки» Даются два одинаковых изображения: целое (образец) и разрезанное на несколько частей: на две (по горизонтали, вертикали), на четыре, шесть, девять; на части в виде полос, квадратов или любой неправильной формы. Ребенок складывает разрезанное изображение сначала по образцу, затем без него. Количество фрагментов должно соответствовать актуальным возможностям ребенка. Постепенно оно увеличивается, а элементы усложняются по конфигурации.</p> <p>2.2 Упражнение «Выбор недостающего фрагмента изображения» Предлагается картинка (предметный рисунок сюжетная картинка, геометрический рисунок, орнамент и т.д.) с отсутствующими фрагментами и набор недостающих кусочков. Необходимо подобрать нужный фрагмент. В изображении может не хватать как одного, так и нескольких фрагментов. Можно попросить ребенка дорисовать недостающую часть. Можно использовать М.Безруких – Ступени к школе.</p> <p>2.3 Упражнение «Чего здесь не хватает?» Внимательно посмотрев на изображение предмета с недостающими деталями, ребенку надо найти и исправить (дорисовать) «ошибки художника». При затруднениях ему показывают правильное изображение предмета и проводят сравнение.</p> <p>2.4 Упражнение «Дорисуй предмет до целого»</p>

Дается изображение с неполным количеством элементов. Надо дорисовать отсутствующие элементы в заданном рисунке и назвать их. Предмет может быть не дорисован по оси (справа или слева), могут отсутствовать некоторые его части.

2.5 Упражнение «Что здесь изображено?»

Узнавание «зашумленных» (наложенных, перечеркнутых и т.п.) геометрических фигур; различных предметов, букв, цифр, одинаковых и различных по величине, форме и цвету. Варианты этого задания легко придумать в зависимости от возраста и возможностей ребенка.

2.6 Упражнение «Лабиринт»

Ребенку предлагаются разного рода «лабиринты» в виде перепутанных нитей от воздушных шариков, тропинок, коридорчиков. К каждой картинке дается соответствующее задание («У кого какой шарик?», «Помоги выйти» и т.п.). Примеры таких заданий легко придумать или выбрать из имеющейся литературы.

Задание целесообразно выполнять следующим образом: сначала сконструировать лабиринт на полу с помощью подручных средств (стульев, скамеек и т.п.), специальных геометрических форм и предложить ребенку пройти по нему. Потом, на бумаге — дать задание ребенку провести по лабиринту пальцем, затем — карандашом, и лишь потом проследить путь исключительно глазами.

2.7 Упражнение «Найди букву»

Предложите ребенку рисунок с буквами, цифрами, написанными разным шрифтом и стилем и по-разному повернутыми. Он должен ответить, что за буквы нарисованы.

2.8 Упражнение «Допиши букву»

Покажите ребенку недорисованную (в различных вариантах) букву (цифру, слово). Попросите его определить, что за буква (слово) не дорисована, и дописать ее.

2.9 Упражнение «На что похожа буква?»

Спросите, на что похожа та или иная буква. Попросите дорисовать ее до этого предмета.

В другом варианте ребенок сам придумывает, во что превратить эту букву, дорисовав ее. То же — с цифрами.

2.10 Упражнение «Письмо в воздухе»

Психолог рисует в воздухе перед ребенком различные фигуры, буквы, цифры и т.д., которые он должен опознать и назвать.

На следующем этапе в воздухе прописываются их сочетания, а также целые слова. Этот прием эффективен при коррекции письма: пропуске букв, их заменах (например, ребенок путает маленькие и прописные буквы, б и д, п и т и др.), «зеркальном» написании и других ошибках. Далее ребенок выполняет необходимые движения вместе с психологом, который может помочь ему «писать», подойдя к нему (спереди или сзади) и взяв его ладони в свои. Этот прием также обладает психотерапевтическим эффектом, снимая у детей страх перед школьной доской или тетрадью.

	<p>2.11 Упражнение «Исправь ошибки» Ребенку надо найти и исправить разного рода ошибки в тексте: отсутствующие или лишние штрихи в буквах, лишняя буква или пропуск ее в словах; написание всех слов в предложении с большой или ^маленькой буквы; разные высота, ширина, цвет или шрифт букв и т.п.</p>
<p>3. Пространственные и квазипространственные представления: Освоение телесного пространства Цель: формирование пространственных представлений с использованием разных систем ориентаций в пространстве видовом и воображаемом.</p>	<p>Первым шагом должна стать маркировка его левой руки с помощью цветной тряпочки, часов, браслета, резинки и т.п.; или "можно прикрепить значок у сердца. Таким образом, вы даете ребенку прекрасную опору для дальнейших манипуляций с внешним пространством — ведь представление о нем строится вначале от его собственного тела,(а уже потом превращается в абстрактные пространственные представления. Теперь он знает, что «слева» — это «там, где красная тряпочка». Такие маркеры на первых этапах должны присутствовать на нем постоянно. А верх (голова, бант, солнце) и низ (ноги, пол, ботинки, трава).</p> <p>В начале ребенок выполняет движения вместе с педагогом, который и поясняет (означивает) каждое направление. Большую пользу здесь приносит зеркало, перед которым движения выполняются.</p> <p>3.1 Упражнение «Ходьба и прыжки»: а) с поворотом на 90 и 180° в обе стороны; б) через предмет (вправо-влево, вперед-назад), лежащий на полу (малый мяч, гимнастическая палка, стул), стоя к нему лицом, боком, спиной; в) прыжки с поворотом на 180° на двух ногах через гимнастическую палку: с продвижением на разные расстояния от какого-то ориентира, линии; г) продвижением вперед, но с промежуточным движением (один прыжок вперед — через линию, другой — параллельно линии и т.д.).</p> <p>3.2 Упражнение Ребенок и психолог встают рядом лицом к зеркалу и с проговариванием (если это необходимо) выполняют одни и те же действия: «над головой», «под носом», «за ухом», «перед глазами», «на груди», «под подбородком» и т.д.</p> <p>3.3 Упражнение «Выше—ниже» Стоя перед зеркалом, ребенок и взрослый вместе анализируют расположение отдельных частей тела по отношению друг к другу с точки зрения вертикальной оси, не забывая о маркерах. Находят, показывают и называют то, что «выше всего» (голова, макушка); что «ниже всего» (ноги, стопы); «выше, чем...»; «ниже, чем...». Затем ребенок повторяет все это без зеркала и наконец с закрытыми глазами. Аналогично отрабатывается взаимное расположение отдельных частей лица (лоб, глаза, нос, уши, рот, щеки) и других частей тела (рук — плечо, локоть, предплечье, запястье, ладонь, пальцы; собственно тела — шея, плечи, грудь, спина, живот; ног — бедро, колено, голень, стопа) относительно друг друга.</p> <p>3.4 Упражнение «Спереди—сзади» Глядя в зеркало и ощупывая части тела спереди, ребенок называет их (нос, грудь, бровь и т.д.). Аналогично — сзади (затылок, спина, пятки и т.д.). Затем он с закрытыми глазами по инструкции последовательно дотрагивается до передней (задней) поверхности своего тела и называет соответствующие части тела.</p>

	<p>3.5 Упражнение «Дальше —ближе» Ребенку предлагается назвать у себя (относительно, например, головы) части тела, расположенные «ближе, чем...», «дальше, чем...», «ближе, чем..., но дальше, чем...».</p> <p>3.6 Упражнение «Право—лево» Следует заметить, что для ребенка вовсе не является очевидным тот факт, что правая нога, глаз, щека и т.д. находятся с той же стороны, что правая и рука. К пониманию этого его надо привести путем специальных упражнений по соотнесению частей тела с правой и левой рукой. Это лучше делать по следующей схеме: соотнести части тела с правой рукой (правый глаз, щека и т.д.), затем — с левой рукой, после этого — в перекрестном варианте (например, показать правую бровь и левый локоть). Наиболее занимательным является выполнение этих упражнений следующим образом: «Потри левой рукой правый локоть, почесы правой пяткой левую коленку, пощекочи правым указательным пальцем левую подошву, постучи правым локтем по правому боку, укуси себя за средний палец левой руки и т.д.»</p> <p>3.7 Упражнение «Путаница» Психолог намеренно показывает не те движения или места на теле, которые называет. Ребенок должен исправить ошибки взрослого. Затем инструктором и исполнителем упражнения становится сам ребенок; он показывает упражнения другим (взрослому, ребенку) и контролирует их выполнение.</p>
<p>4. Пространственные и квазипространственные представления: Освоение внешнего пространства</p>	<p>4.1 Упражнение « Движения в нижней зоне» Сюжетный контекст — «Пустыня» Дети вспоминают, какая погода в пустыне, кто там живет и что растет. Они превращаются в обитателей пустыни с их движениями, позами, звуками. Многие из них живут под землей. Следовательно, необходимо обеспечить ребенку возможность пролезть сквозь узкий вход в «норку», например между ножек стула или свернутый физкультурный мат и т.п. «Змея» — перемещения по полу без помощи рук (на животе, спине). Дети знакомятся с сильными, жесткими движениями, изображая кобру, ужа или удава. «Скорпион» — переползание, прыжки на четвереньках, на трех точках. Знакомство с сильными, быстрыми, резкими движениями. «Суслики» — перемещения с помощью различных прыжков в разном темпе и направлениях, замирая и срываясь с места. «Перекасти-поле» — перекатывания и кувырки в разных направлениях и с разной скоростью. Это упражнение направлено также на осознание границ собственного тела.</p> <p>4.2 Упражнение «Движения в средней зоне». Сюжетный контекст — «Царство животных» Каждый ребенок выбирает то животное, которое ему больше всего понравилось, и превращается в него, демонстрируя своеобразие его повадок. Потом дети меняют образы, выражая их характер через движения, звуки и специфические позы. «Лягушка» — прыжки на месте и в пространстве. «Заяц» — прыжки и переходы, легкие и отрывистые движения. «Медведь» — медленные, тяжелые, сильные. «Лиса» — плавные, гибкие, быстрые, непредсказуемые движения в различных ритмах. «Лев» («тигр», «пантера») — сильные, быстрые, гибкие движения; рычание (высвобождение эмоции). «Лошадь» — акцент на движении корпуса и ног. Законченные, сильные, резкие движения, требующие большого пространства.</p> <p>4.3 Упражнение «Движения в верхней зоне». Сюжетный контекст — «Царство птиц» «Синица» — мелкие, короткие прыжки, быстрые и законченные движения. «Орел» — сильные, мощные, иногда парящие движения корпуса и рук, движения в широком диапазоне</p>

(пространственном и телесном). «Лебедь» — плавные, широкие, грациозные движения, текучесть пластики. «Птичий двор» — дети выбирают себе образы домашних птиц и контактируют друг с другом.

В конце каждой волшебной игры-превращения: «Пустыня», «Царство животных» или «Царство птиц» — необходимо проиграть с детьми обратное перевоплощение в самого себя (например, проползая по волшебному тоннелю, животные превращаются в людей). Для интеграции пережитого опыта детям предлагается выполнить рисунок своего животного. После этого все вместе с психологом садятся в круг для обсуждения переживаний, телесных ощущений, чувств и эмоций, которые возникали у них во время превращения в животных.

Определение направлений в пространстве относительно своего тела является следующим этапом формирования пространственных представлений.

4.4 Упражнение «Движения в одном направлении»

Предложите ребенку: вытянуть руку вправо, отставить ногу вправо, повернуть голову вправо, наклонить голову к правому плечу, сделать три наклона вправо, присесть на правое колено и т.д. Так же отрабатываются другие направления — слева, сверху, снизу, спереди и сзади.

4.5 Упражнение «Что находится справа от меня?»

Попросите ребенка, не поворачиваясь, перечислить то, что находится справа от него. После этого повернуться направо и снова перечислить то, что теперь находится справа. Покрутите его и спросите: «Что теперь справа от тебя?». Аналогично отрабатываются направления слева, спереди и сзади.

4.6 Упражнение «Кто где стоит?»

В эту игру могут играть не менее трех детей. Ставится задача — обозначить место человека, стоящего в колонне (впереди или сзади) или в шеренге (справа и слева). Например: «Где стоит Петя относительно тебя?» Затем дети в произвольном порядке меняются местами, и игра продолжается.

4.7 Упражнение «Робот»

Ребенок изображает робота, точно и правильно выполняющего команды человека: «Один шаг вперед, два шага направо, прыжок вверх, три шага налево, вниз (присесть) и т.д.». Затем дети играют в непослушного робота, который выполняет все команды наоборот: идет не вперед, а назад; вместо того чтобы подпрыгнуть вверх, приседает; поворачивает не направо, а налево.

После того как ребенок начнет, не ошибаясь, в соответствии с условием, быстро выполнять эти задания, усложните программу: «Шаг налево правой ногой; два шага вперед, начиная с левой ноги (и т.д.)».

4.8 Упражнение «Передай мяч назад»

В эту игру может играть любое количество детей, стоя в колонне. Первый передает мяч назад и сразу же сам бежит в конец колонны; второй оказывается первым и повторяет действия первого игрока и т.д. По команде взрослого или первого игрока мяч передается сверху (снизу, справа, слева). Сначала детям предлагается вслух проговаривать название направления, в котором они передают мяч.

4.9 Упражнение «Моя комната»

В знакомом ребенку пространстве следует обсудить, что где стоит: «Если встать лицом к окну, то справа будет что?., а слева?., (и т.д.) Ему дается инструкция: «Покажи верхний правый угол впереди» и т.д.

После выработки навыка ориентации в пространстве относительно себя можно переходить к ориентации других объектов относительно друг друга и себя относительно других объектов.

4.10 Упражнение «Капризный фотограф»

Психолог-фотограф, желая сделать снимок зверей, ищет кадр. Его помощнику, ребенку, надо рассадить: корову — справа от зайца, мишку — слева От мышки и т. д. Фотограф все время недоволен и просит помощника каждый раз по-новому пересаживать зверей.

Усложненная задача выполняется по двухступенчатой инструкции: «Посади утку справа от медведя, а птицу — слева от лисы». Модификация задания — ребенок сам говорит: «Я посадил льва справа от медведя». Остальные дети или взрослый его проверяют. Затем один из детей становится фотографом, дает инструкцию остальным и проверяет ее выполнение.

4.11 Упражнение «Беги на новое место»

Дети встают в колонну. Психолог или ребенок-ведущий говорит: «Я стою перед Петей». Петя должен перебежать в самый конец колонны, назад. Другой ребенок говорит: «Я стою сзади Вити», и Витя бежит в самое начало колонны, вперед. Усложнение задания: нужно бежать в противоположном направлении. Аналогично — стоя в шеренге: «Я стою справа от...» (с передвижением влево и т.д.).

4.12 Упражнение

Знакомство со схемой тела человека, стоящего напротив, всегда вызывает у детей значительные затруднения и нуждается в тщательной проработке. Необходимо убедить детей на практике, что у человека, стоящего напротив, «все наоборот»: «Право — где у меня лево, а лево — где право».

А. Двое детей, стоящих друг за другом, берутся за правые руки и убеждаются, что у обоих правая рука с одной и той же стороны. Затем, не разнимая рук, они поворачиваются лицом друг к другу и убеждаются, что правые руки находятся наперекрест.

Б. Ребенок, стоя в колонне спиной к остальным, поднимает правую руку; остальные поднимают свою правую руку и убеждаются, что он сделал это правильно. Не опуская руки, ребенок поворачивается лицом к остальным. Дети, сопоставив положение его поднятой руки со своими, делают вывод о противоположном расположении правых и левых частей тела у лиц, стоящих напротив друг друга.

4.13 Упражнение

Моя рука, твоя рука». Ребенок, стоя лицом к психологу или сидя напротив куклы, определяет по указанию взрослого сначала у себя, потом у партнера (куклы) левую руку, правое плечо, левое колено и т.д. Поменяться ролями: инструкцию дает ребенок.

4.14 Упражнение «Назови часть тела»

Дети стоят лицом друг к другу. Один из двоих молча показывает на себе отдельные части тела, а другой называет: «Это твое правое колено, это твой левый глаз (и т.д.)».

	<p>4.15 Упражнение «Найди свою правую руку» Сидя напротив ребенка, дать инструкцию: «Делай своей правой рукой (кстати, где она?) то же, что и я делаю правой». Интересно делать по очереди одинаковые жесты одноименными частями тела (вытянуть правую руку, потом левую ногу, а обратно — согнуть сначала левую ногу, а потом правую руку и т.д.).</p> <p>4.16 Упражнение «Найди правый рукав» Попросите ребенка определить правый и левый ботинок, рукав, карман, штанину на одежде, лежащей в различных положениях, найти левый и правый отпечаток босой ноги.</p> <p>4.17 Упражнение «Веселые картинки» Ребенок определяет на картинках, какой рукой действует герой; с какой стороны относительно других находится каждый персонаж, в какой руке и что он держит и т. п. Эту работу рекомендуется проводить длительное время одновременно с любой другой работой по картинкам. Устойчивый навык можно выработать только при участии родителей, например, дав им задание постоянно обращать внимание детей на детали одежды, вещи в руках у людей, идущих навстречу по улице, а также проводить указанную выше работу по картинкам в книгах, журналах и т. п.</p> <p>4.18 Упражнение «Правильное зеркало» Стоя или сидя с ребенком друг напротив друга, вырабатываете схему «зеркало» на движениях сначала одной рукой, потом другой, затем двумя вместе. Так, если психолог переносит свою правую руку вправо, то ребенок свою левую — влево. Ясно, что движения вверх, вниз, к себе от себя будут идентичными.</p> <p>4.19 Упражнение «Неправильное зеркало» И.п. то же, но инструкция изменяется: «То, что я буду делать левой рукой, ты делаешь своей левой рукой (оба поднимают левые руки), а то, что я буду делать правой рукой, ты — правой (поднимаются правые руки)». Таким образом, если психолог переносит свою правую руку вправо относительно себя, то ребенок тоже переносит свою правую руку вправо относительно себя и т.д. Далее отрабатываются движения с перешифровкой: одно- и двуручные, односторонние и с перекрестом. Например: дотронуться правой рукой до левого уха; левой рукой до правого колена, а правой рукой до сердца; движение рук ребенка относительно себя в сторону, противоположную направлению рук психолога. Например: правая рука психолога двигается вправо, а правая рука ребенка — влево относительно себя (соответственно влево — вправо, вверх — вниз, вниз — вверх, к себе — от себя, от себя — к себе, налево вверх — направо вниз и т.д.).</p>
<p>5. Пространственные и квазипространственные представления: Пространственные схемы и диктанты</p>	<p>5.1 Упражнение «Поставь фигуру в угол» Предложите ребенку поместить в комнате или нарисовать определенные фигуры в правом нижнем углу, левом верхнем и т.д. Определить, какие углы еще не заполнены. Пусть он сам заполняет их с комментарием: «Нарисую месяц в правом верхнем углу».</p> <p>5.2 Упражнение «Проведи линию» По инструкции психолога ребенок проводит определенные линии (прямые, пунктирные, волнистые, цветные и т.д.) в</p>

	<p>определенном направлении, не отрывая карандаш от бумаги. Например: «Из центра листа (ставим точку) проводим волнистую линию вверх, затем — прямую линию в левый нижний угол» и т. д.</p> <p>На следующем этапе проводится работа в тетради в клеточку — «Графические диктанты» (для всех заданий исходные точки в начале освоения заранее отмечаются взрослым). Необходимо предварительно научить ребенка отступать одну клеточку от края тетради и от предыдущей работы; пропускать нужное количество клеточек по указанию взрослого.</p> <p>5.3 Упражнение «Расставь знаки» Инструкция: «Обозначь на строке четыре точки. Поставь знак «+» от первой точки снизу, от второй — сверху, от третьей — справа, от четвертой — слева». Аналогично — с двумя разными знаками.</p> <p>5.4 Упражнение «Стрелки» Инструкция: «Обозначь на строке четыре точки. От первой проведи стрелку в направлении вниз, от второй — вправо, от третьей — влево, от четвертой — вверх». Проверка: от какой точки стрелка смотрит вправо? Прочитать направления стрелок во всех выполненных заданиях.</p> <p>5.1 Упражнение «Соедини точки» Инструкция: «На двух строчках отметь по 8 точек так, чтобы можно было сгруппировать их в квадраты; обведи пальцем каждый из них».</p> <p>В первом квадрате надо выделить карандашом первую верхнюю точку, потом — первую нижнюю точку, после чего соединить их стрелкой в направлении сверху вниз. Выделить вторую нижнюю точку и соединить ее стрелкой со второй верхней точкой в направлении снизу вверх.</p> <p>Во втором квадрате выделить первую верхнюю точку, затем — вторую верхнюю точку и соединить их стрелкой в направлении слева направо. Нижние точки соединить стрелкой в направлении справа на лево.</p> <p>В третьем квадрате выделить первую верхнюю точку (вторую нижнюю, соединить их стрелкой, направленной одновременно слева направо и сверху вниз (в правый нижний угол).</p> <p>В четвертом квадрате выделить первую нижнюю точку и вторую верхнюю. Соединить их стрелкой, направленной одновременно слева направо и снизу вверх (в правый верхний угол).</p> <p>Прочитать направления стрелок во всех выполненных заданиях.</p> <p>5.1 Упражнение «Графические диктанты» Психолог диктует: «Начиная с третьей клетки - одну клетку вправо, ...две — вниз, ...одну — влево» и т.д. Более сложный вариант — движение по диагональным направлениям, например: «Одну клетку направо вверх, две клетки направо, одну — налево вниз». Фигуры для диктантов, вначале простые, должны постепенно усложняться.</p>
<p>6. Пространственные и квазипространственные представления: Конструирование и копирование</p>	<p>6.1 Упражнение «Конструирование предметов из заданных частей» Ребенку дается основная деталь, свойственная всем предметам данного класса, например: для посуды — это емкость, для животных — туловище, для растений — стебель, и, кроме того, различные фрагменты, благодаря которым основная деталь постепенно дополняется, преобразуясь в самые различные объекты. Ребенку предлагают пофантазировать сложить несколько фигур с одной и той же основой; например, на базе основной детали, характерной для посуды, могут быть (с помощью разных соответствующих фрагментов) сконструированы: чайник, сахарница, чашка и т.п. То же — с фигурой человека или животного, растения и т.п. Каждый раз ребенка спрашивают: «Что это? На что (кого) похож этот предмет?».</p>

	<p>Потом он зарисовывает сложенные из деталей предметы и дает к ним подписи.</p> <p>6.2 Упражнение «Я — конструктор» Ребенку предлагается из спичек, счетных палочек или мозаики сконструировать какое-либо предметное изображение или выложить печатную букву. Пусть он сделает это с открытыми и закрытыми глазами. Затем путем перекладывания элементов можно превратить их в другие предметы, букву, цифру или орнаменты.</p> <p>На первом этапе формирования процессов копирования целесообразно осуществлять его с помощью кальки или копировальной бумаги и только затем переходить к обычному рисованию. Помимо прочего, этот прием формирует «память руки» и необычайно эффективен при усвоении букв и цифр.</p> <p>6.3 Упражнение «Копирование фигур» А. Копирование различных простых фигур. Б. Копирование сложных фигур и изображений. Сначала фигура анализируется совместно психологом и ребенком: она разбирается на части, обсуждается удобная последовательность ее воспроизведения. Далее ребенку предлагается самостоятельно проанализировать изображение и выработать стратегию копирования. В. Копирование фигур с поворотом их на 90° и 180°. Поворот на 90° может быть обыгран следующим образом: «Нарисуй эту фигуру лежащей на левом (или правом) боку». На 180° — «Нарисуй эту фигуру "вверх ногами", но так, чтобы все части фигуры остались на своих местах». Для проверки можно сравнить или наложить друг на друга образец и рисунок ребенка, если они выполнены с соблюдением масштаба, например на бумаге в клетку.</p> <p>Удивительным образом действует на детей обсуждение его собственного рисунка, отраженного в зеркале, которое приставляется к полученному изображению и/или образцу сверху, слева и т. д.</p> <p>Кубик Никитиных, вкладки – лукошко, почтовый ящик, тетрис, квадраты. Пазлы, мазаики</p>
<p>7. Пространственные и квазипространственные представления: «Квазипространственные» (логико-грамматические) речевые конструкции Цель: формирование «квазипространственных» представлений посредством введения в работу предлогов сопоставления их с</p>	<p>7.1 Упражнение «Положи ручку» Дайте ребенку два разных предмета, например ручку и пенал. Предложите ему положить ручку в, на, под, над, перед, за, слева, справа от пенала.</p> <p>7.2 Упражнение «Где лежит карандаш?» Положите карандаш на тетрадь и предложите ребенку определить его положение относительно тетради («Карандаш лежит на тетради, а тетрадь..., а стол...»). Так поиграйте, перекладывая карандаш под, в, слева от тетради, поднимая его над, пряча за или помещая перед тетрадью. Каждый раз просите ребенка составить предложение про тетрадь и карандаш, обращая его внимание на то, что в предложении меняется предлог. Затем поменяйте эти предметы местами («Тетрадь лежит под карандашом»).</p> <p>Когда ребенок освоит задание, сделайте его заново, но на этот раз попросите называть только соответствующий предлог.</p> <p>7.3 Упражнение «Нарисуй предлог» Предложите (с вашей помощью) ребенку нарисовать (не написать) предлоги любым удобным для него способом.</p>

отработанными выше пространственными представлениями. (например, «Встать (или присесть) перед, за, слева, справа, на, под предмет», «Поставить или положить предмет перед, за, слева, справа, над, под собой» и т.п.)

7.4 Упражнение «Зашифрованное послание»

Ребенок должен прочитать послание.

Нарисуйте несколько фраз с разными предлогами. Предложите ребенку самому придумать и написать вам аналогичные послания с известными ему предлогами.

7.5 Упражнение «Теремок»

Стоит в поле теремок в четыре этажа: бабочка живет над волком, улитка — под волком, а выше всех — лев. Ребенок расселяет жильцов, потом сам дает задание другим детям и контролирует правильность выполнения.

7.6 Упражнение «Новоселье»

Освоив предыдущее упражнение, ребенок по представлению решает такие задачки:

«В теремке поселились: лягушка — под мышкой, зайчик — над лисичкой, а мышка — под лисичкой. Кто на каком этаже живет?»

«Построили новый четырехэтажный дом. На каждом этаже должна жить одна семья: Борисовы — под Карповыми, Ивановы — над Черновыми, а Карповы — под Черновыми. Помогите новоселам найти свои квартиры».

Теперь можно перейти к более сложным предлогам, обозначающим движение в определенном направлении.

7.7 Упражнение «Схема движения»

Возьмите маленькую машинку и книгу. Попросите ребенка сделать так, чтобы машинка заехала на книгу, съехала с нее, заехала под нее, выехала из-под нее, подъехала к ней, отъехала от нее, заехала за нее, выехала из-за нее.

Психолог сам выполняет эти действия.

7.8 Упражнение «Что, где, кто, куда?»

Попросите ребенка ответить на подобные вопросы применительно к его квартире, классу, улице и т.д. Затем, используя любую сюжетную картинку, попросите его проделать то же самое, интерпретируя ее, т.е. рассказывая, кто (что) где находится, куда движется и т.д.

На следующем этапе ребенок овладевает ориентацией в линейной последовательности сначала предметного, а затем числового ряда в направлении слева направо. По аналогии можно предложить ему задачки, связанные с усвоением алфавита.

7.9 Упражнение «Разложим по порядку»

Ребенок раскладывает любой предметный ряд в направлении слева направо, проговаривая при этом, например: «Первым идет ананас, вторым — яблоко, третьей — клубника (до десяти изображений)». Затем стрелкой слева направо обозначается направление, в котором раскладывались фрукты и овощи. Далее определяется то, что было нарисовано «до» какого-либо из изображений и «после» него. Исходная длина ряда выбирается в соответствии с актуальными возможностями ребенка.

7.10 Упражнение «Пронумеруем ряд»

Пронумеруйте ряд, составленный в предыдущем упражнении. Вместе с ребенком найдите число «перед» указанным (предшествующее) и число «после», «за» указанным (последующее). При этом акцент делается на то, что, определяя число, стоящее «за» и «перед» каким-либо, мы движемся соответственно по ходу стрелки (слева направо) и против нее

(справа налево). Точно так же отрабатывается понимание того, что число «перед» находится слева от эталона в числовом ряду, а число «после» — справа.

7.11 Упражнение «Ряд чисел»

С опорой на числовой ряд от 1 до 10 объясните, что чем левее в ряду стоит число, тем оно меньше, и наоборот. Назовите первое число слева, первое число справа. Какое из них больше? Здесь очень поможет «маркировка» величины: следующая цифра выше предыдущей, следующая еще выше, предыдущая ниже и т.д. В каком направлении возрастают числа в ряду? Ребенок сначала рисует стрелку в направлении слева направо, а затем отвечает. Прочитайте ряд в обратном порядке. Как изменяется величина чисел в этом направлении?

7.12 Упражнение ««Соседи» нашего числа»

Психолог вместе с ребенком называет «соседей» люЧкого числа. Они устанавливают, что число справа больше заданного, а число слева меньше. Затем взрослый называет число, а ребенок показывает числа, стоящие слева (справа), и называет их. Делается вывод о величине этих чисел.

7.13 Упражнение «Верни число на место»

Дается числовой ряд, в котором пропущено какое-либо число. Образец ответа: «Пропущено число семь. Оно больше шести на одну единицу, а значит, стоит справа от него». Или: «Число семь на единицу меньше восьми, значит, стоит слева от него».

Формирование «квазипространственных» представлений невозможно без усвоения сравнительных словесных конструкций.

7.14 Упражнение «Синонимы и антонимы»

На наглядном материале и в игре с мячом закрепите такие пространственные понятия, как «высокий—длинный», «большой—огромный», «близкий—далекий», «маленький—крохотный», «высокий — низкий», «широкий—узкий», «тонкий—толстый», «рядом—далеко — близко», «впереди — сзади» и т. п.

7.15 Упражнение «Закончи предложение, ответь на вопросы»

Предложите ребенку закончить предложения типа: «Перед тем как прийти домой,...», «Дети стояли по росту в ряду. Последним стоял самый высокий. Первым стоял...».

7.16 Упражнение

Ребенок отвечает на вопросы типа: «Что выше, человек или дом?», «Что длится меньше, чем год, но больше, чем неделя?», «Когда день длиннее, зимой или летом?».

7.17 Упражнение «Что было раньше?»

Пусть ребенок определит, какое событие произошло раньше, какое позже: «После того как подул ветер, форточка распахнулась», «мы пошли гулять перед ужином».

7.18 Упражнение «Кто самый-самый?»

	<p>Надо ответить на вопросы типа: «Толя веселее, чем Катя. Катя веселее, чем Алик. Кто веселее всех?», «Вера выше, чем Лиза. Вера ниже, чем Катя. Кто ниже всех?», «Толя темнее, чем Миша. Миша младше, чем Вова. Вова ниже, чем Толя. Толя старше, чем Вова. Вова светлее, чем Миша. Миша выше, чем Толя. Кто самый светлый? Кто старше всех? Кто самый высокий?».</p> <p>7.19 Упражнение «Кто старше?» «Покажи на рисунке, кто кого старше, моложе (и т.п.)». Здесь можно использовать любой подходящий стимульный материал. «Оля старше Сережи и моложе Кати. Где на рисунке Оля, Катя, Сережа?»</p> <p>7.20 Упражнение «Расположение предметов» Предложите ребенку определить и назвать расположение предметов. Задавайте вопросы: «Линейка под ластиком или ластик под линейкой?», «Что между вазой и часами?», «Жук справа или слева от ножа?», «Кто выше (ниже)?» и т.п. Предложите ему подобрать пропущенные наречия и предлоги: справа от и слева от, сзади от и т.п. Например: «Стол... от топора и... от замка; лампа... столом и ...от окна; бутылка ...от свечи и ...от зонтика».</p> <p>7.21 Упражнение «Сравни и растолкуй» Ребенок должен растолковать (вначале глядя на рисунки) такие логико-грамматические конструкции, как «моя рука — в моей руке — моей рукой», «хозяйка куклы — кукла хозяйки», «мамина дочка — дочкина мама», «хозяин собаки — собака хозяина» и т.п.</p>
<p>8. Кинетические процессы: Динамическая организация двигательного акта. Ловкость Цель: развитие ловкости, быстрых (ограниченных по времени), точных и согласованных движений в условиях сложной пространственной ориентировки.</p>	<p>8.1 Упражнение «Классики» Упражнение представляет собой варианты общеизвестной игры, состоящей из целевых прыжков, совершаемых в определенной последовательности и в условиях дефицита времени. Выполнение этого упражнения требует усиленного зрительного контроля, осмысления ситуации и предвосхищения своих действий, хотя бы на ход вперед. То же относится к различным играм: «Прыгалки», «Вышибалы» и т.п.</p> <p style="text-align: center;">Упражнения с мячом</p> <p>8.2 Упражнение Встать у линии на 2,5 м от стены, сделать подряд несколько бросков мяча правой рукой снизу с ловлей правой, а затем — левой. Бросать мяч из-за спины и ловить.</p> <p>8.3 Упражнение Наклониться впереди подталкивая мяч поочередно носом, пальцами правой и левой руки, катить его вперед, вокруг стоп (по кругу; описывая восьмерку — вправо - влево).</p> <p>8.4 Упражнение Подбрасывание мяча и его ловля правой рукой, левой рукой, попеременно, перекидывая мяч с руки на руку — на месте и с продвижением; те же действия, но тыльной стороной кисти; с ловлей мяча сначала двумя, а затем каждой рукой после поворота корпуса на 90°, на 180°.</p> <p>8.5 Упражнение</p>

	<p>Дриблинг (удары) мяча (о стену и пол) одной и двумя руками, попеременно правой и левой рукой — на месте и с продвижением; то же — с двумя мячами; ведение мяча «змейкой», огибая ориентиры.</p> <p>8.6 Упражнение Прыжки на одной ноге с одновременным ведением мяча одной рукой: сначала рука и нога одноименные, затем разноименные. Можно варьировать это движение, подбрасывая и ловя мяч одной или двумя руками.</p> <p>8.7 Упражнение «Передай мяч» Игра проводится в форме соревнования между командами. Дети стоят в затылок друг другу на расстоянии вытянутой руки. Первый передает мяч второму сверху над головой, второй — третьему снизу между ногами и т.д. Другой вариант — передача мяча сбоку с поворотом корпуса то вправо, то влево. Третий вариант — комбинированный. Если группа небольшая (до 10 человек), то, когда мяч оказывается у последнего ребенка, он перебегает вперед, становясь первым, и начинает игру с начала.</p> <p style="text-align: center;">Упражнения с гимнастической палкой</p> <p>8.8 Упражнение Сначала одна, потом другая рука, потом обе руки вместе (сходясь и расходясь) имитируют игру на рояле: спонтанно, гаммы, арпеджио и т.д.</p> <p>8.9 Упражнение Одна ладонь располагается вертикаль перед грудью большим пальцем к себе, в ее основание упирается пальцами другая ладонь, расположенная горизонтально большим, пальцем к себе. На каждый сигнал психолога ладони меняются местами. В другом варианте этого упражнения одна рука остается раскрытой, а другая сжимается в кулак. Командам подаются в произвольном порядке.</p> <p>8.10 Упражнение Одна рука производит похлопывающие движения по плечу, животу, а другая — круговые (над головой, перед животом). Руки имитируют игру на гитаре, балалайке, т.е. на тех музыкальных инструментах, где они выполняют разные движения.</p>
<p>9. Кинетические процессы: Графические способности</p>	<p>9.1 Упражнение «Загадочный контур» Психолог рисует на лоске или листе бумаги волнистую замкнутую линию и предлагает детям, подключив воображение, рассказать, на кого (на какое животное, птицу, фантастическое существо и т.д.) она похожа. Таким образом развивается образное воображение и стимулируется способность каждого ребенка увидеть что-то свое в данном контуре, без навязывания ему собственных стереотипов восприятия.</p> <p>Затем, подражая психологу или вместе с ним, ребенок постепенно учится самостоятельно и свободно проводить волнистые замкнутые линии. После чего ему предлагается, глядя на свои рисунки, представить, на что похож нарисованный контур. Фантазируя, ребенок может дополнить контур необходимыми деталями (например, ушками, глазами, крыльями, элементами одежды, предметами и др.).</p> <p>Заполнение внутреннего пространства контура возможно не только путем простого раскрашивания, но и посредством необычного заполнения, например: незамкнутыми и замкнутыми линиями, точками, кляксами, сочетаниями геометрических фигур, орнаментов и т.д.</p>

9.2 Упражнение «Необычные животные»

Придумывание и рисование «необычных животных» не только активно вовлекает ребенка в графическую деятельность, но и развивает его творческие способности.

Ребенку предлагается нарисовать замкнутой линией изображение какого-либо животного, например «фантастической лисы», «крылатого зайца», добавляя при этом нетипичные для него части тела, дорисовывая одежду, а также какие-либо предметы и т.д. Особое внимание необходимо уделить заполнению внутреннего пространства контура.

9.3 Упражнение «Коврики»

Перед ребенком кладется лист бумаги и набор цветных карандашей. Дается инструкция: «Представь, что лист — это коврик. Тебе нужно его разрисовать». После выполнения задания правой рукой ребенку предлагается новый лист и дается то же задание для левой руки. Затем ребенок начинает рисовать одной рукой, а дорисовывает другой; далее — обеими руками вместе. Понятно, что в следующий раз это может быть «скатерть», «платок», «лето» и т.д.

9.4 Упражнение

Дается образец (последовательность элементов), который ребенок должен воспроизвести и раскрасить. Это несложный орнамент из одного, двух и более повторяющихся элементов, например, из круга, треугольника, квадрата; более сложный вариант — желтый круг, синий треугольник и зеленый квадрат. Затем ребенок сам придумывает последовательность фигур и воспроизводит ее.

9.5 Упражнение

различные узоры, кружки, наклонные линии, заборчики. Обязательным является выполнение каждого из них сначала правой, потом левой рукой, а затем двумя руками одновременно в одном и противоположном направлениях, спиралики. Усложнение задания заключается не только в нарастании степени сложности программы, но и в постепенном переходе от механического воспроизведения заданного образца к его самостоятельному анализу с выделением элементов (подпрограмм) и в дальнейшем к созданию и «разворачиванию» собственных серийных программ. Похоже на орнамент.

9.6 Упражнение «Свободные рисунки двумя руками одновременно»

На первом этапе предложите ребенку порисовать сначала одной, затем другой рукой, а потом двумя руками одновременно. Вначале он рисует то, что хочет. Затем предложите ему нарисовать прямые линии — вертикальные, горизонтальные, наклонные, а потом — разнообразные полуovalы, круги, oвалы, восьмерки и орнаменты в разных положениях; одно симметричное изображение, одинаковые и разные фигурки на левой и правой половинах листа (вначале — ближе к центру, затем - к краям листа); законченный сюжетный рисунок.

9.7 Упражнение «Раскрути спираль, закрути спираль»

Ребенку предлагается «раскрутить» предложенные вами рисунки лево- и правосторонней спирали, а затем — «закрутить» их, обязательно отмечая направление движения стрелкой. Задание выполняется сначала каждой рукой отдельно, а потом двумя руками одновременно в одном и противоположном направлениях. Необходимо выполнять его начиная из центра спирали, а затем от внешней точки.

9.8 Упражнение «Соедини полуovalы»

	<p>Сначала ребенок обводит по контуру, а затем продолжает рисовать полуovalы. Затем, не отрывая руки, он соединяет их, образуя «волну» и ovalы.</p> <p>9.9 Упражнение «Дорисуй...» Надо закончить рисунок, на котором художник «не успел» дорисовать и раскрасить, например, ромашки. Продолжи «орнамент», каждое задание выполняется сначала одной, потом другой рукой. Ребенку предлагается продолжить рисование последовательности сначала простых фигур: прямых вертикальных, горизонтальных, наклонных палочек; затем кругов, квадратов, ovalов; наконец - орнаментов.</p> <p>9.10 Упражнение «Рисунки двумя руками по заданному образцу» Ребенку предлагается двумя руками одновременно сначала обвести контур фигур. Ребенок рисует каждой рукой и обеими руками (в одну и разные стороны) разнообразные узоры в направлении от центра к краям листа, от краев к центру листа, попеременно — от центра к краям листа, от краев к центру и т.д. Затем ему надо скопировать одно изображение двумя руками одновременно и раскрасить образец и свои рисунки.</p> <p>9.11 Упражнение «Разноцветные бусы» Надо раскрасить бусы определенным, заданным образом, например: две бусины красные, одна желтая, одна зеленая, снова две красные и т.д. Варианты раскрашивания бус могут быть любые (начиная с двух элементов и заканчивая сложными комбинациями), важным является строгое соблюдение ребенком заданной последовательности. Более сложный вариант — штриховка бусинок (вертикальными, горизонтальными, наклонными прямыми и волнистыми линиями; в клеточку и т.п.). Сначала можно заштриховать бусинки одним цветом, а потом — цветными карандашами. Например, одна бусинка в «красную клеточку», вторая — в «синюю полосочку» и т.д.</p> <p>9.12 Упражнение «Сотри букву» Попросите ребенка мелом написать на доске букву (это касается в первую очередь наиболее трудно усваиваемых букв) и тут же пальцем стереть по контуру несколько раз подряд.</p> <p>9.13 Упражнение «Письмо в воздухе» Прописывание ребенком в воздухе отдельных букв, цифр при их изучении, а также словарных слов или элементов слияния букв при освоении слитного письма является не только занимательным для детей, но и очень полезным занятием. Оно осуществляется сначала последовательно каждой рукой, затем двумя руками одновременно и снова каждой рукой. При этом глаза ребенка неотрывно следят за траекторией движения ладони (ладоней). Размер буквы меняется от маленького (двигается только запястье) до среднего (двигается вся рука) и большого (в движение вовлекается все тело) и обратно: от большого до маленького.</p>
<p>10. Кинетические процессы: Последовательность, ряд. Время</p>	<p>10.1 Упражнение «Домино» Брать из «базара» по одной кости и выкладывать ряд в порядке возрастания (убывания) суммы на кости.</p> <p>10.2 Упражнение «Я загадал число» Один из игроков загадывает число, в определенном интервале по договоренности. Остальные пытаются его отгадать.</p>

«Это число пять». — «Нет, мое число меньше», — говорит загадавший. «Два». — «Нет, больше». Игра идет до тех пор, пока число не будет угадано. Необходимо следить, чтобы дети не называли числа наугад, а осознавали, на каком интервале числового ряда они находятся.

10.3 Упражнение «Всеу свое время»

Предложите ребенку рисунки, на которых люди ведут себя не по возрасту. Сопроводите их комментариями и вопросами типа: «Каждый человек ведет себя в соответствии со своим возрастом? То, что хорошо для детей, может быть нелепым для взрослых, и наоборот? Что такое возраст? Какой вопрос задают человеку, когда хотят спросить о его возрасте? С какого дня начинается отсчет возраста человека? Знаешь ли ты, сколько лет тебе, твоим родным?». Здесь же необходимо проработать временные понятия «младше», «старше», « ровесники» и т.п.

10.4 Упражнение «Как меняется человек с возрастом»

Обсудите с ребенком, как меняются с годами физические способности, объем знаний, память, опыт и т.д., опираясь на изображения людей соответствующего возраста. Затроньте вопрос об отношении к маленьким и старикам.

10.5 Упражнение «Состав семьи и ролевые функции»

Подготовьте соответствующие иллюстрации и разберите с ребенком, кто кем является в семье, делая началом отчета сначала ребенка, потом других членов семьи («Для дедушки твой папа — сын, ты — внук, бабушка — жена и т.д.). Составьте схему семьи ребенка, сопроводив ее фотографиями. Обсудите, кто какие роли выполняет в семье и какие имеет права и обязанности (мама заботится о бабушке, а бабушка — о внуках).

10.6 Упражнение «Кто чей ребенок?»

Игра вербальная (можно с перекидыванием мяча или с подбором картинок): «У козы — ..., у белки — ..., у овцы — ... (и т.д.)».

10.7 Упражнение «Кто кем станет, кто кем был?»

«Жил-был маленький щенок. Он подрос, однако; и теперь он не щенок — взрослая... Жеребенок с каждым днем подрастал и стал... Бык, могучий великан, (в детстве был..., толстый увалень баран — тоненьким...)».

Кем были раньше дубок, цыпленок, цветок (и т.п.)?

10.8 Упражнение «Генеалогическое дерево»

На основе предыдущих упражнений составьте вместе с ребенком «ветви», соединяющие детей (братьев и сестер) и родителей, бабушек, дедушек).

10.9 Упражнение «Время суток»

Проанализируйте вместе с ребенком последовательность времени суток. "

Для закрепления этих знаний рекомендуются следующие игры:

- Четверо детей стоят с четырех сторож вокруг водящего, находящегося в центре. Каждый из игроков олицетворяет какую-либо часть суток, занимая свое место в суточном кругу (образ циферблата). Игрок кидает мяч водящему и называет себя: «Утро». Тот бросает мяч игроку, изображающему следующую часть суток, а потом поворачивается в его сторону. Игрок с мячом опять называет часть суток и бросает мяч водящему.

- Условия те же. Ребенок, олицетворяющий утро, подбрасывает мяч вверх и говорит: «После утра будет...». Мяч ловит тот ребенок, которому следует сказать: «День». Когда последовательность со словом после усвоена, так же отрабатывается последовательность со словом перед и за; затем вперемешку.

- Дети садятся в круг, вводится правило: если ведущий, называя какую-либо часть суток, направляет ребенку красный мяч — тот называет часть суток, предшествующую (до) названной; если синий мяч — часть суток, следующую после названной; желтый — противоположную часть суток («утро—вечер», «день—ночь»).

10.10 Упражнение «Распорядок дня»

Проанализируйте вместе с ребенком, что он обычно делает в первую очередь «после» того, как проснулся; что делает «после» этого и т.д. Схематично напишите распорядок дня, дайте четкое направление хода времени. При этом со зрительной опорой на схему, на конкретном материале распорядка дня у ребенка формируются понятия «раньше», «позже», «до» и «после».

Попросите его рассказать об основных моментах режима дня, используя наречия: вечером, ночью, утром, днем, сначала, потом, раньше, позже, часто, редко, рано, поздно и т. п. Проанализируйте, чем заняты в это же время другие люди, животные (ночью гуляют кошки, летает сова, бегают мыши).

10.11 Упражнение «Дни недели, времена года, месяцы»

Для запоминания этих временных последовательностей проводится работа, аналогичная предыдущей, по схеме.

Полезно освоить следующие игры с мячом:

а) игроки ловят мяч только в том случае, когда назван месяц определенного времени года;

б) ведущий называет месяц, а игрок, которому бросили мяч, — соответствующее время года;

в) игроки должны ловить мяч, только если назван какой-либо месяц, а ведущий может называть еще и времена года, дни недели, части суток.

Здесь же отрабатывается понимание сложных временных конструкций и возможность их актуализации. Например: «После какого времени года наступает?..», «Перед каким временем суток бывает?..» и т.д.

Для успешного запоминания временных последовательностей дайте ребенку опору в виде иллюстраций из календаря, стихов, загадок, например:

ТаеТ снежок, ожил лужок, день прибывает, когда это бывает? Солнце печет, липа цветет, рожь поспекает, когда это бывает? Пусты поля, мокнет земля, лист опадает, когда это бывает? Снег на полях, лед на реках, иней сверкает, когда это бывает?

10.12 Упражнение «Определение времени по часам»

Ребенка, освоившего счет в первом десятке, нужно на действующей модели познакомить с часами с арабскими цифрами. Вначале введите понятие о минуте как малом промежутке времени. Засеките минуту (например, с помощью секундомера), дайте почувствовать ребенку, обсудите, что можно сделать за одну минуту, за две, за пять. Так же можно обыграть «пятнадцать, сорок пять минут». Затем аналогично введите понятие о часе и других промежутках времени.

Сколько раз за сутки даровая стрелка обходит циферблат? Почему есть понятия «7 часов утра и 7 часов» вечера, «12 часов дня (полдень) и 12 часов ночи (полночь)? Нужно попросить ребенка показать время на часах, связывая его с

	<p>определенными событиями дня: «Ты встаешь в 8 часов, завтракаешь в половине 9-го, в 11 часов идешь гулять» и т.д. Нужно "почаще задавать ему вопрос: «Сколько сейчас времени?»».</p> <p>10.13 Упражнение «Стрелки часов» Для детей, освоившихся с часами и способных представить циферблат мысленно, можно предложить игру, где отгадывается задуманное ведущим время в интервале от получаса до 5 минут (по уговору). На вопросы можно отвечать только «да» или «нет». Ведущему задают вопросы типа: «Минутная стрелка расположена в верхней половине циферблата? Часовая стрелка расположена между 4 и 8?» Подразумевается, что границы интервала являются его частью. Поэтому если, например, минутная стрелка стоит на 12, то она попадает и в интервал с 8 до 12, и в интервал с 12 до 3. Выигрывает определивший время за меньшее число вопросов, а также нарисовавший циферблат с соответствующим расположением стрелок.</p>
<p>11. Слуховой гнозис. Фонетико – фонематические процессы: Неречевые звуки и бытовые шумы. Чувство ритма Цель: формирование слухового гнозиса, расширения его репертуара, используя природные, бытовые и музыкальные шумы, голоса животных, людей и т.д.</p>	<p>11.1 Упражнение «Чудо-звуки» Прослушайте с ребенком аудиозаписи звуков природы (шум дождя, морской прибой, журчание ручья, капель, голоса животных и птиц и т.д.). Проанализируйте и обсудите услышанные звуки (их сходство и различие, где можно их услышать и т.д.). Сначала прослушиваются хорошо отличающиеся между собой звуки, затем — сходные по звучанию.</p> <p>11.2 Упражнение «Послушай, как звучит» Исследуйте звуковую природу любых предметов ТГ материалов, имеющих под рукой (постучите, бросьте, поскребите, подергайте и т.д.), варьируя громкость и темп, нарастание и затухание звука.</p> <p>11.3 Упражнение «Угадай, чей звук» Попросите ребенка прислушаться к звукам вокруг. Проанализируйте бытовые шумы: скрип двери, телефонный звонок, шум транспорта, свисток, шум кипящей воды и т.д.</p> <p>11.4 Упражнение «Шумящие коробочки» Поиграйте с ребенком с коробочками, заполненные различными материалами (песок, крупа, скрепки, бумажные шарики и т.п.), которые, если потрясти коробочку, создают различные шумы. Необходимо иметь два идентичных набора: для себя и ребенка. Взрослый берет коробочку из своего набора, трясет ее, ребенок внимательно прислушивается к шуму, закрыв глаза. Затем он берет по одной коробочке из своего набора и, потряхивая, прислушиваясь, находит аналогично шумящую. Игра продолжается до тех пор, пока для каждой коробочки из набора взрослого не будет найдена пара. Другой вариант игры: психолог трясет одну за другой несколько коробочек, ребенок должен запомнить звуки и повторить их в том же порядке.</p> <p>11.5 Упражнение Начните «диалог» с ребенком на инструментах — чередуйте «высказывания» каждый на своем инструменте, внимательно прослушивая реплики друг друга/Когда ребенок сыграет что-то, достаточно структурированное, повторите. Продолжайте игру — один копирует ритмоформулы другого, затем поменяйтесь ролями. Продолжайте, пока ребенок не отработает спонтанную находку. Развитие чувства ритма осуществляется по двум направлениям. Первое — совмещение ритма дыхания с движением, работа с самим ритмом дыхания (углубление вдоха и увеличение длительности фаз с их последующим уравниванием).</p>

Аналогичные упражнения уже были описаны в разделе 1. Детям интересно услышать свой пульс, прислушаться к ритму своего сердца или сердца другого.

Второе направление — ориентация на внешний ритм. Здесь используется все многообразие средств. При выполнении любых упражнений, где вы сами считаете (счет на 8, на 12), можно, хлопая в ладоши, варьировать темп выполнения, то ускоряя, то замедляя его. Можно использовать чередование звуков разной громкости и тональности внутри ритмического рисунка. Это способствует развитию внимания и большей приспособляемости ребенка к изменяющимся условиям.

11.6 Упражнение

Психолог задает ритм, отстукивая его одной рукой, например, «2 — 2 — 3» (в начале освоения дается зрительное подкрепление — ребенок видит руки психолога). Затем происходит постепенный, переход только к слуховому восприятию (с закрытыми глазами):

ребенок повторяет ритмический рисунок правой рукой, левой рукой, двумя руками одновременно (хлопки или удары по столу), комбинированно (например, «2» — правой рукой, «2» — левой рукой, «3» — одновременно двумя руками);

ребенок сначала «дирижирует» всей рукой, затем — только кистью;

ребенку предлагается воспроизвести тот же ритмический рисунок ногами: сначала движение производится всей ногой, затем — только стопой; прыжки на одной, двух ногах.

Возможные пути усложнения задачи: удлинение и усложнение ритма, отстукивание ритма каждым игроком обеими руками по очереди. Детям также могут предлагаться для воспроизведения звуки разной громкости внутри ритмического рисунка, например: тихие (слабый удар — короткая вертикальная черта) и громкие (сильный удар — длинная вертикальная черта).

11.7 Упражнение

Воспроизведение ритмического рисунка руками и ногами (например, «2» — левой ногой, «2» — правой ногой, «3» — хлопки руками). Здесь же можно предложить ребенку «дирижирование» различными частями тела (например, лежа на спине или стоя у стены «2» — двумя локтями одновременно, «2» — приподнимая и опуская левую руку, «3» — двумя ногами одновременно или «2» — правой рукой и левой ногой одновременно, «2» — левой рукой и правой ногой одновременно, «3» удары одновременно правой рукой по правому бедру и левой рукой по левому бедру).

В качестве дополнительного упражнения или в случае, если ребенок испытывает трудности при воспроизведении ритма, предлагается развернутая опора на речь. В рассматриваемом примере этой опорой могут быть слова: со-кол («2»), ле-тит («2»), вы-со-ко («3»).

11.8 Упражнение «Ритм по кругу»

Дети садятся полукругом. Психолог отбивает какую-то ритмическую серию. Дети внимательно слушают ее и повторяют (по отдельности или все вместе). Когда ритм освоен, они получают команду: «Давайте прохлопаем этот ритм так: каждый по очереди — слева направо — отбивает по одному отрывку из всего заданного ритма. Когда ритмический рисунок завершен, следующий по кругу выжидает короткую паузу и начинает сначала — и так до моей команды «Стоп». Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузу, сделавший лишний хлопок получает штрафное очко или выбывает из игры».

	<p>11.9 Упражнение Сначала так, как это было показано, происходит отработка ритмического рисунка в статике, затем — в динамике: дети двигаются по кругу, все одновременно или по очереди выполняя ритмический фрагмент, создавая единую мелодию и двигаясь в заданном ритме.</p> <p>11.10 Упражнение Упражнения с применением ритмических музыкальных инструментов. Ребенок может либо повторять заданный ритм, либо его придумать и воспроизвести. Это упражнение хорошо выполнять в группе, когда дети по кругу то воспроизводят ритмы других, то задают свой, контролируя при этом правильность его повторения другими детьми.</p> <p>11.11 Упражнение Упражнения с использованием специально подобранных музыкальных фрагментов с различной ритмической структурой. Детям предлагается произвольно (или повторяя уже усвоенные двигательные упражнения) двигаться под музыку в соответствии со звучащим ритмическим рисунком.</p> <p>11.12 Упражнение «Громко—тихо» Попросите ребенка произнести гласный звук, слово сначала громко, потом тихо, отрывисто —протяжно, низким голосом—высоким. Затем так же сочетания разных звуков.</p>
<p>12. Слуховой гнозис. Фонетико – фонематические процессы: Речевое звуко различие. Фонематический слух</p>	<p>12.1 Упражнение «Произнеси правильно» Попросите ребенка четко произносить наиболее часто смешиваемые им звуки и одновременно смотреть на вас и свою артикуляцию в зеркале. Обратите его внимание на различия в положении языка, губ, зубов. Если он путает парные звонкие и глухие согласные звуки, сначала проанализируйте вместе: чтобы произнести звук «п», достаточно резко вытолкнуть воздух через сомкнутые губы, а чтобы произнести «б», надо использовать еще и голос. Затем научите его превращать звонкие в глухие и обратно: попросите произнести звук «б» громко, потом тише, тише — до тех пор, пока он не превратится в «п». Хорошо, если при произношении ребенок одновременно ощупает соответствующую букву, нарисует ее.</p> <p>12.2 Упражнение «Звук спрятался» Попросите ребенка запомнить звук, который вы произнесете. Затем произнесите несколько звуков подряд. Ребенок должен поднять руку, если прозвучит нужный звук. Назовите ему несколько слов. Предложите поднимать руку каждый раз, когда он услышит нужный звук в начале, в конце, в середине слова.</p> <p>12.3 Упражнение «Найди общий звук» Попросите ребенка внимательно прослушать слова и найти в них одинаковый звук, например: мох, март, муравей; удочка, кукла; грязь, зеркало, бизон и т.п.). Затем задание можно усложнить: надо сосчитать, сколько раз встречается в слове один и тот же звук. Например: «о» в молоко, «б» в обрубок, «е» в переселение.</p> <p>12.4 Упражнение «Слово по звукам» Произнесите слово по звукам, выделяя четко каждый звук. Спросите у ребенка, какое слово получилось. Затем поменяйтесь ролями. В более сложном варианте предложите ему ответить, какой, например, по счету звук «г» в слове</p>

книга и т.д. Поменяйтесь ролями.

12.5 Упражнение «Веселая цепочка»

Назовите слово и попросите ребенка придумать следующее, которое начинается на последнюю букву вашего {стол— лодка — арбуз—зуб и т.д.}. Затем, усложняя задание, на третью букву от конца, предпоследнюю и т.д.

12.6 Упражнение «Первый звук, последний звук»

Предложите ребенку вспомнить, название какой ягоды начинается со звука «м» и заканчивается звуком «а» {малина}. Подобные задания ребенок должен выполнять, вспоминая названия овощей, предметов мебели, посуды и т.д.

12.7 Упражнение «Запомни слова»

Предложите ребенку во время прослушивания небольшого рассказа (предложения) запоминать слова, начинающиеся с заданного звука. Он должен запомнить 5 — 7 таких слов в том порядке, в каком он их услышал, и затем воспроизвести эти слова вслух или на бумаге.

Например, надо запомнить слова, начинающиеся со звуков «л», «ль» в предложении: «В лесу, в большой луже, жил маленький лягушонок, который очень любил лепить из глины». При повторном чтении проверяется правильность выполнения задания.

12.8 Упражнение «Балда»

Играют два или более человек. Первый игрок называет звук; второй задумывает какое-нибудь слово, начинающееся с этого звука, и называет его второй звук. Следующий игрок, задумав слово, начинающееся двумя названными звуками, произносит третий и т.д. Проигрывает тот, кто скажет последний звук какого-либо слова, он объявляется «балдой».

12.9 Упражнение «Похожие слова»

Предложите ребенку выписывать в два столбика слова с оппозиционными фонемами, которые хуже всего различаются на слух: б—п, д—т, г—к и др. Например:

бак—паук, гроздь—хвост, звезды — сдача, душ—туча, гусь—куст, кит—кеды, бусы — парус, дача—тачка, гость—кость.

12.10 Упражнение «Буква изменилась»

Ребенку предлагается определить (назвать и/или подчеркнуть) букву, от замены которой изменился смысл слова. Например:

дом—дым, бак—бок, пить—петь, путь — пять, мак—рак—бак—лак—так, дом-том—ком—ром—сом, день—пень— тень—лень, ром—рог—рот—рок, роза—роса-рота, коза—коса—кожа, пашет—пишет—пышет, палка—полка—пилка, торт—порт-корт—борт—лорд—сорт и т.п.

12.11 Упражнение «Магнитофон в помощники»

Прослушивание ребенком собственной речи или чтения хорошо сказывается на совершенствовании звуко различения. Пусть он напишет диктант под собственный голос с кассеты.

Дайте ему возможность прослушивать записи четкого, правильного, художественного чтения (например, записи актеров, читающих А.С.Пушкина) с одновременным отслеживанием по тексту.

Предложите повторить стихотворение перед зеркалом, открывая только рот, но не произнося звуки под запись этого стихотворения (эффект фонограммы). И наоборот, декламировать вместе с исполнителем (эффект караоке).

12.12 Упражнение «Слово рассыпалось»

Напишите на бумаге слово, в котором буквы перепутаны местами. Попросите ребенка расставить буквы по местам и сказать, какое слово «рассыпалось».

12.13 Упражнение «Составь много слов из одного»

Предложите ребенку из букв одного длинного слова составить как можно больше других слов. Например, из слова «государство» можно составить такие слова, как гора, город, рот, дар, дуга и др. 2 187. «Конец и начало». Попросите ребенка написать в скобках такие буквы, чтобы они стали концом первого слова и началом второго:

МЕ(...)**О**ЛАД (ответ: ШОК); БА**Р**(...)НО (ответ: СУК); НО(...)**О**Л (ответ: СОК); ПО-Р**Я**(...)ТО**Р** (ответ: ДОК); ПО(...)**О**Т (ответ: ТОП); ОБ**Ы**(...)Ж**А** (ответ: ЧАЙ); ПО(...)**А**РЬ (ответ: ТОК); БЕ**Г**Е(...)**О**Р (ответ: МОТ); ВА**М**(...)А**М**И**Д**А (ответ: ПИР); У(...)**О**ВА (ответ: ГОЛ); СВ**И**Р(...)**Н**И**К** (ответ: ЕЛЬ); С**Н**А(...)**О**В**О**Й (ответ: РЯД); П**Е**(...)О**Л** (ответ: СОК); Б**А**Л(...)**Е**Д**А** (ответ: БЕС) и т.п.

12.14 Упражнение «Лишнее слово»

Предложите ребенку исключить из ряда слов то, которое не подходит к остальным словам. Например: белый, белок, белка, отбеливатель. Попросите его объяснить, почему он исключил именно это слово {белок и отбеливатель произошли от слова белый, а белка — нет}.

12.15 Упражнение «Поиск»

Объясните ребенку, как работать со словарем. Предложите ему находить в нем слова с одинаковым количеством гласных; с одинаковым количеством слогов; слова, содержащие ь, и т.д. После этого ребенок записывает слова и объясняет их значение. Делая это, дети произвольно запоминают написание слов.

12.16 Упражнение «Анаграммы»

Решите с ребенком анаграммы (слова с перепутанными буквами) и исключите лишнее слово, например:

ААЛТЕРК КОЖАЛ ДМОНЧЕА ШКААЧ

(ответ: лишнее — чемодан, так как все остальные слова обозначают посуду);

НИАВД СЕОТТ СЛОТ ЛЕКСОР

(ответ: лишнее — тесто, так как все остальные слова обозначают мебель);

ЖААРЬ ТЯХА НУССКА КОДАЛ

(ответ: лишнее — сунс, так как остальные слова обозначают типы судов);

АТСЕН ТИВОНОКР РАКЫШ КООН

(ответ: лишнее — воротник, так как остальные слова обозначают части дома).

12.17 Упражнение «Найди общее окончание слов»

	<p>ДР- В- Б- М- ГЛ- Д- ТР- Т- К- (ответ: ель) Ш- Т- (ответ: ина) (ответ: очка)</p> <p>12.18 Упражнение «Исправь ошибки» Если ребенок делает много ошибок в письме и чтении, можно предложить ему задания, аналогичные предложенным ниже. Подготовьте бланки со словами и предложениями, заранее сделав «необходимые» ошибки. Предложите ребенку найти все ошибки и подчеркнуть их. Примеры сложных заданий (их можно давать как в печатном, так и в письменном варианте): Старые лебеди склонили перед ним горые шеи. Зимой в саду расцвели яблони. Внизу над ними расстилалась пустыня. В ответ я киваю ему рукой. Солнце доходило до верхушек деревьев и /пряталось за ними. Сорняки шипучи и плодовиты. На столе лежала карта нашего города. Самолет сюда, чтобы помочь людям. Для подобных заданий можно использовать и специально подготовленные тексты, и письменные работы самих детей.</p>
<p>13. Мнестические процессы: Межмодальный перенос. Цель: развития и коррекции мнестических возможностей ребенка, сформированность межмодальных перцептивных взаимодействий, т.е. перевод информации с языка одной модальности на язык другой, межмодальный синтез.</p>	<p>13.1 Упражнение «Межмодальный перенос» А. «Перевод из тактильной зрительную модальность». Возьмите объемные фигуры различной формы или вырежьте из наждачной или бархатной бумаги звездочку, квадрат, треугольник, буквы и цифры. Нарисуйте такие же фигурки и буквы на листе бумаги в произвольном порядке. Ребенку предлагается с закрытыми глазами ощупать (как правой, так и левой рукой) фигурку или букву, а затем, открыв глаза, выбрать ее из нарисованных на листе. Другой вариант — то же, но ребенку надо нарисовать эталон. Б. «Перевод из тактильной в слухоречевую модальность». Ребенку предлагается с закрытыми глазами ощупать (как правой, так и левой рукой) букву, предмет или фигурку, а затем назвать ее или выбрать соответствующий звук из прослушиваемого ряда аудиозаписи. В. «Перевод из зрительной в тактильную модальность». Ребенок на ощупь находит показанные ему фигурки, предметы или буквы. Г. «Перевод из зрительной в слухо-речевую модальность». Ребенок называет фигуры, предметы или буквы, показанные ему психологом. Д. «Перевод из слуховой в зрительную модальность». Воспроизводится определенный звук речи, звук, издаваемый каким-либо животным, или звук работы какого-либо прибора., механизма, вида транспорта, можно использовать аудиозапись. Ребенку предлагается найти соответствующее изображение на карточках или нарисовать самостоятельно опознанный источник звука. Е. «Перевод из слуховой в тактильную модальность». Психолог произносит отдельный звук речи, называет предмет или</p>

	<p>фактуру материала. Ребенок должен найти на ощупь соответственно букву, предмет или материал. Вне зависимости от того, какой вид памяти (двигательная, слухоречевая и т.д.) корригируется, необходимо придерживаться определенного порядка. Сначала формируются процессы узнавания, затем — воспроизведения, наконец — избирательность памяти.</p> <p>При коррекции узнавания алгоритм следующий: ребенок запоминает 2 — 6 изображений предметов (животных, растений, игрушек и т.п.), тактильных или двигательных образцов, цифр, букв, слов. Затем эталонные стимулы убираются; ему надо узнать их среди 10-15 аналогичных. В начале эталоны прячутся среди резко отличающихся от них, потом — среди похожих. В ходе формирования избирательности любого вида памяти ребенку предлагается запоминаемый материал, затем следует:</p> <p>показать ему такой же ряд, но с иным расположением эталонных стимулов; ребенку необходимо восстановить нужный порядок;</p> <p>показать ребенку такой же ряд, но измененными элементами (фигуры с недорисованными фрагментами, слова со сходным звучанием, те же движения, но с несколько измененными позами и т. п.) Он должен указать, что неправильно и заменить ошибочный вариант верным.</p> <p>Таким образом, развитие памяти связано с запоминанием и последующим полноценным узнаванием или воспроизведением эталона. При этом происходит обучение ребенка разным мнемотехникам, т. е. способам опосредствования мнестического процесса.</p>
<p>14. Мнестические процессы: Тактильная и двигательная память</p>	<p>14.1 Упражнение «Найти такой же» Ребенок с закрытыми глазами ощупывает ряд фигур с разной фактурой поверхности: гладкие, шершавые, колючие, бархатистые, скользкие и т.д. Затем, не открывая глаз, он должен найти предметы с такой же поверхностью и выстроить их в заданном порядке. Количество фигур увеличивается постепенно. Ощупывание осуществляется сначала двумя руками одно временно, потом одной рукой (правой, левой); а нахождение предметов - двумя руками одновременно.</p> <p>14.2 Упражнение «Запомни форму» Ребенок с закрытыми глазами ощупывает фигуры разной формы - круг, треугольник, звездочка, называет их и запоминает последовательность, в которой они ему предъявлялись. Затем он, не открывая глаз, сразу же или после небольшой паузы должен найти фигуры и в том же порядке.</p> <p>14.3 Упражнение «Почувствуй и запомни позу» Стоящему или сидящему с закрытыми глазами ребенку придается какая-либо поза, затем она «снимается» (усложненный вариант — предлагается последовательно 2 — 3 позы). Задача — почувствовать и запомнить их, а затем воспроизвести в нужной последовательности.</p> <p>14.4 Упражнение «Замри» Играют несколько детей, один из них — ведущий. Он придумывает и демонстрирует какую-либо позу. Все дети внимательно смотрят и запоминают ее, затем начинают бегать, прыгать, ползать (по договоренности). По сигналу: «Замри» — дети воспроизводят позу, которую показывал ведущий.</p>

	<p>14.5 Упражнение «Двигательная память» Психолог показывает несколько движений (танцевальных, гимнастических и т.д.). Ребенок должен повторить эти движения как можно точнее, желательно в той же последовательности.</p>
<p>15. Мнестические процессы: Зрительная память</p>	<p>15.1 Упражнение «Шапка-невидимка» В течение 3 с надо запомнить все предметы, собранные под шапкой, которая на это время поднимается, а затем перечислить их. Между запоминанием и отыскиванием изображений следует делать паузы разной длительности (от 5 с до 5 мин), причем паузы могут быть как «пустыми», так и заполненными какой-либо деятельностью (например, рисованием, рассказыванием стихотворения, повторением алфавита или таблицы умножения, выполнением физических упражнений и т.д.).</p> <p>15.2 Упражнение «Запомни точно» А. Приготовьте лист бумаги с 15 — 20 геометрическими фигурами, различными по размеру и форме (большие и маленькие круги, квадраты, треугольники, звезды, снежинки и т.п.). Попросите ребенка запомнить только большие (маленькие) фигурки, только округлые фигуры и т.п. Затем найти их на другом бланке. Б. Приготовьте бланк с правильными и перевернутыми (сверху вниз, справа налево) фигурками, цифрами или буквами (более сложным будет смешанный вариант). Попросите ребенка запомнить только правильные (только перевернутые) фигурки (цифры, буквы), а затем найти и/или нарисовать их. Время запоминания — 15 — 20 с. Количество запоминаемых элементов — от 5 до 10.</p> <p>15.3 Упражнение «Восстанови порядок» Приготовьте 5—10 игрушек (предметов), разложите их в случайном порядке. Предложите ребенку запомнить их расположение (15 — 20 с). Затем он отворачивается, а психолог меняет несколько игрушек (предметов) местами. Ребенок должен восстановить все в первоначальном виде. В другом варианте эти эталоны выстраиваются в ряд; психолог меняет местами их порядок в ряду. Это задание может выполняться, как и предыдущее, на любом материале (предметы, цветы, животные, буквы и т.д.).</p> <p>15.4 Упражнение Дети встают полукругом; задача ведущего-ребенка — запомнить порядок расположения детей. Первый вариант — он отворачивается и называет детей по порядку; второй вариант — психолог изменяет порядок, переставляя не более 3 — 5 детей, а ребенок его восстанавливает.</p> <p>15.5 Упражнение Дети замирают в разных позах; ведущий внимательно их осматривает и запоминает позы детей и их одежду. Затем он выходит из комнаты, а психолог производит не более 3 — 5 изменений в позах и одежде детей. Задача ведущего — вернуть все в исходное положение.</p> <p>15.6 Упражнение Дети располагаются определенным образом по периметру зала (например, в одном углу, у окна, у мяча на полу и т.д.) и запоминают свое место. Включается музыкальный фрагмент, дети свободно бегают по залу. Во время паузы они должны как можно быстрее:</p>

	<p>а) вернуться на свое место; б) занять место на одну позицию вперед при движении по часовой стрелке. При большом количестве детей или если дети испытывают трудности в запоминании места и последовательности передвижения, можно объединить их в пары (дополнительно проставляется акцент на взаимопомощь и согласованность действий).</p> <p>15.7 Упражнение «Раскрась одним цветом одинаковые фигуры» Ребенку предлагается бланк с 7 — 20 геометрическими фигурами (треугольник, круг, квадрат и т.д.). Психолог предлагает ему показать круг, квадрат и т.д., а затем запомнить, что круги надо раскрасить желтым цветом, квадраты — красным, треугольники — зелеными т.д. Задание можно усложнять за счет увеличения количества и разнообразия фигур и цветов, добавления признака величины (большие и маленькие круги и т.п.), вводя в материал буквы и цифры.</p>
<p>16. Мнестические процессы: Слухоречевая память</p>	<p>16.1 Упражнение «Магазин» Вы можете послать ребенка в «магазин» и попросить запомнить все предметы, которые надо купить. Начинают с 1 — 2 предметов, постепенно увеличивая их количество до 5 — 7. В этой игре полезно менять роли: и взрослый, и ребенок по очереди могут быть и дочкой (или сыном), и мамой (или папой), и продавцом, который сначала выслушивает заказ покупателя, а потом идет подбирать товар. Магазины могут быть разными: «Булочная», «Молоко», «Игрушки» и любые другие.</p> <p>16.2 Упражнение «Пары слов» Предложите ребенку запомнить несколько слов, предъявляя каждое из них в паре с другим словом. Например, вы называете пары «кошка — молоко», «мальчик — машина», «стол — пирог» и просите запомнить вторые слова из каждой пары. Затем называете первое слово пары, а ребенок должен вспомнить и назвать второе слово. Задание можно постепенно усложнять, увеличивая количество пар слов и подбирая в пары слова с отдаленными смысловыми связями.</p> <p>16.3 Упражнение «Восстанови пропущенное слово» Ребенку зачитываются 5 — 7 слов, не связанных между собой по смыслу: корова, стол, стена, письмо, цветок, сумка, голова. Затем ряд читается заново с пропуском одного из слов. Ребенок должен назвать пропущенное слово. Вариант задания: при повторном прочтении можно заменить одно слово другим (из одного семантического поля, например корова — теленок; близким по звучанию, например стол — стон); ребенок должен найти ошибку.</p> <p>16.4 Упражнение «Рыба, птица, зверь» Лучше, если в этой игре участвуют несколько человек. Ведущий (сначала это должен быть взрослый) указывает по очереди на каждого игрока и произносит: «Рыба, птица, зверь, рыба, птица...» Тот игрок, на котором остановилась считалка, должен быстро (пока ведущий считает до трех) назвать в данном случае птицу. Если ответ правильный, ведущий продолжает игру, если ответ неверный — ребенок выбывает из игры. Названия не должны повторяться. Эту игру можно проводить в разных вариантах, когда дети называют, например, цветок, дерево и фрукт, мебель, имя.</p>

16.5 Упражнение «Повтори и продолжи»

Ребенок называет какое-нибудь слово. Следующий участник игры повторяет это слово и добавляет новое. Таким образом, каждый из участников повторяет весь предыдущий ряд, добавляя в конце новое слово. Варианты игры: составление рядов из слов одной обобщающей группы (например: ягоды, фрукты, животные, мебель, посуда и т.д.); из определений к существительному (например: «Арбуз какой?») Ответы: «Зеленый, полосатый, сочный, сладкий, большой, круглый, спелый, тяжелый, вкусный (и т.д.)» У более сложным является задание на составление связного рассказа, когда каждый из участников, повторяя предыдущие предложения, добавляет свое.

16.6 Упражнение «Запомни нужные слова»

Из предложенных фраз (рассказов) ребенок запоминает только те слова, которые обозначают: погодные условия, транспорт, растения и т.п.

16.7 Упражнение «Зашифруй предложение»

Для запоминания даются короткие завершенные высказывания, например: «Волк выбежал из леса», «Дети играли во дворе» и т.д.

Попросите ребенка «зашифровать» предложение с помощью условных изображений так, чтобы запомнить его (например: волк + елка + стрелка и т. п.). В течение одного занятия рекомендуется давать для запоминания не более 2 — 3 фраз.

16.8 Упражнение «Пиктограмма»

Ребенку читается текст. Для того чтобы его запомнить, он должен каждый смысловой фрагмент как-то изобразить (зарисовать). Затем ребенка просят по его зарисовкам воспроизвести рассказ.

16.9 Упражнение «Придумай, как запомнить слова»

Объясните ребенку, что, для того чтобы хорошо запомнить материал, можно использовать такой прием, как классификация, т.е. объединение в группы похожих чем-то предметов.

Теперь предложите ему запомнить набор слов, используя этот принцип: роза, вишня, тюльпан, огурец, ель, слива, дуб, гвоздика, томат, сосна, яблоко; машина, картошка, самолет, огурец, троллейбус, помидор, солнце, лук, лампа, поезд, фонарь, свеча.

16.10 Упражнение «Стенограф»

Для этого задания потребуются соответствующие картинки, лист бумаги и карандаш. Ребенку читается небольшой рассказ в течение 1 — 2 мин. В это время он должен обозначать:

- а) события (действия) — карточками с картинками, подбирая и выкладывая их, следуя за ходом рассказа;
- б) каждое предложение — чертой и затем указывать количество предложений в рассказе;
- в) каждое слово — одним штрихом и затем указывать количество слов в рассказе.

16.11 Упражнение «Цепочка ассоциаций»

Необходимо запомнить 30 — 40 не связанных между собой слов, например: дом, кот, лес, апельсин, шкаф, змея, книга, пожар, крокодил и т.д. Для этого необходимо применить метод искусственных ассоциаций, который издавна использовался носителями феноменальной памяти. «Представьте себе дом, по которому ходит пушистый кот, который

	<p>выпрыгивает в окно и оказывается в лесу, где на деревьях растут апельсины. Вы срываете апельсин, чистите его, и вдруг в нем оказывается шкаф, в углу которого притаилась змея, и т.д. Скрепив так между собой все слова, вы неожиданно убедитесь, что припоминаете их в нужном порядке от начала до конца». Такая тренировка, как легко понять, может быть перенесена затем на запоминание любого учебного материала.</p>
<p>17. Номинативные процессы</p>	<p>17.1 Упражнение «Я знаю пять...» Это всем известная старая игра в ходе, которой ребенок одновременно с ударом по мячу называет несколько слов. Это могут быть имена мальчиков, девочек; названия растений, животных, предметов красного цвета, цветов и т.д.</p> <p>17.2 Упражнение «Закончи словосочетания» Предложите ребенку подобрать подходящие по смыслу слова, чтобы закончить словосочетания: хитрая, рыжая...; настольная...; репчатый...; спелое сладкое...; душистое туалетное ..., куриное...; зеленый...; желторотый...; колючий... и т.п.</p> <p>17.3 Упражнение «Сравнение понятий» Предложите ребенку подобрать подходящие определения с противоположным значением. Морковь сладкая, а редька... Молоко жидкое, а сметана... Трава низкая, а дерево... Зима холодная, а лето... Сажа черная, а мел... Сахар сладкий, а перец...</p> <p>17.4 Упражнение «Новые словечки» Ребенку предлагается описать незнакомый (знакомый) предмет (мяч, яблоко, кошку, паровоз, лимон, снег и т.д.) по следующей схеме: Какого он цвета (каких цветов еще бывает)? На что он похож? От чего сильно отличается? Из какого материала он сделан (из какого еще может быть)? Какого размера, формы? Каков он на ощупь? Чем пахнет? Каков на вкус? Где встречается? Для чего нужен человеку? Что с ним можно делать? К какой группе предметов относится (мебель, посуда, животные, фрукты и т.д.)? Сначала обыгрывание новых слов может осуществляться в виде диалога, где психолог задает вопрос, а ребенок отвечает. Затем можно поменяться ролями. Ребенок при этом следит за правильностью ответов.</p> <p>17.5 Упражнение «Угадайка» Психолог описывает предмет, а ребенок угадывает задуманное слово. Затем они меняются ролями.</p> <p>17.6 Упражнение «Лото» Обычная игра в лото, но психолог молча поднимает картинку и отдает ее только в том случае, если ребенок правильно называет изображенный на ней. предмет.</p>

	<p>17.7 Упражнение «Назови пять предметов» Ребенку предлагают назвать пять предметов: больших- маленьких; красных (зеленых, светлых, разноцветных и т.д.); квадратных (круглых, овальных); сладких (горьких, соленых, кислых); пушистых (гладких, холодных) и т.д.</p> <p>17.8 Упражнение «Загадки-описания» Под соснами, под елками лежит мешок с иголками. (Еж.) То рыжая, то серая, а по названию — белая. (Белка.) Новая посуда, а вся в дырках. (Дуршлаг.) Был шар бел. Ветер подул, и шар улетел. (Одуванчик.) сер; да не волк, длинноух, да не заяц, с копытами, да не лошадь. (Осел.)</p> <p>17.9 Упражнение «Нарисуй названный предмет» Предложите ребенку сначала изобразить предметы, которые значительно различаются по внешнему виду, функциональному назначению (стул, яблоко, дерево), а затем те, у которых отличительные признаки менее выражены (кастрюля, кружка, ковш). Обсудите с ним, чем отличаются эти предметы. Далее ребенку предлагается по названному слову нарисовать предметы, которые четко различаются, например: дом, корабль, груша. Затем те, которые внешне похожи, например: часы, монета, солнышко; кот, котенок, львица; ромашка, пальма, роза; гитара, балалайка, скрипка. Обсудите: «В чем же их различия?»</p> <p>17.10 Упражнение «Угадай животное» Спросите ребенка: «Для каких животных характерны эти качества: хитрый, как...; трусливый, как...; колючий, как...; верный, как...; зоркий, как...; мудрый, как...; сильный, как...; голодный, как...?» То же с любыми другими явлениями природы и т.п.</p> <p>17.11 Упражнение «Закончи предложение» Ребенку предлагается вместо точек вставить нужные слова.</p> <p>17.12 Упражнение «Составляем определения» Задание можно выполнять устно или (для школьников) в письменном виде: а) блюдо — это..., масленка ~~, груша — ..., берлога — ..., врач — ..., рано — ..., сумерки — ..., шептать — ..., плакать — ..., озеро — ..., зябко — ..., аккуратно — ... б) лечит людей..., овощи растут..., самолет ведет..., выше всех летает..., быстрее всех бегают..., выходит на охоту ночью...</p>
III блок программирования, регуляции и контроля за протеканием психической деятельности	
<p>1. Программирование, целеполагание и самоконтроль. Ритуалы, правила игры и роли Цель: формирование</p>	<p>1.1 Упражнение «Знакомство» На первом занятии каждому из детей и психологу необходимо представиться. Сначала ребенок называет свое имя. После этого его просят сделать это еще раз, стараясь выразить именно себя интонацией, жестами, мимикой, движениями. Наиболее вариативной является основная часть занятия, которая меняется в зависимости от текущих целей и динамики коррекционного процесса. Однако постоянной остается собственно ее структура, порядок. Например, работа всегда начинается с дыхательных упражнений, затем выполняются упражнения на оптимизацию тонуса, отработку</p>

<p>программы, постановка цели и задач, способов их выполнения, регуляция и самоконтроль</p>	<p>сенсомоторных координации и т. д.</p> <p>Важным условием развития произвольности является обучение правилам, их принятие и выполнение ребенком. Естественно, что сформироваться это может только в игре, так как именно она представляет собой свободную деятельность со своими четкими законами, нарушение которых приводит к невозможности полноценного в ней участия.</p> <p>Особым элементом игры является напряжение, которое означает неуверенность, неустойчивость, вместе с тем возможность, шанс. Напряжение требует разрядки; чтобы ее достигнуть, необходимо приложить усилие. Напряжение возрастает по мере того, как игра приобретает соревновательный характер, что способствует созданию мотивации и благоприятного эмоционального фона для овладения чем-либо (начиная с правильной манипуляции карандашом и заканчивая умением интерпретировать сложные тексты, сюжетные картинки, решать задачи). Игра — всегда (в скрытой или явной форме) борьба, состязание с другими (может быть, и с вами) или самим собой; всегда — воображение.</p> <p>С самых ранних лет жизни ребенка его представления полны образности. Он «воображает» нечто, представляя его более красивым, ярким, возвышенным или, напротив, более опасным, чем это есть в обычной жизни. Соответственно ребенок, испытывая при этом восторг (страх), может «видеть» себя и вправду принцем (подкидышем, несправедливо обиженным учеником), хотя действительная жизнь при этом не вытесняется из сознания.</p> <p>У партнеров по игре (ребенок — ребенок, ребенок — педагог, психолог, родитель и т.д.) возникает объединяющее их чувство: они пребывают в некоем исключительном положении, вместе делают нечто важное, обособляясь от прочих и выходя за рамки всеобщих норм жизни. Благодаря этому происходит становление ощущения «Я—Другие», «Я—Ты», «Я».</p> <p>Кроме этого, игра предполагает элемент «переодевания», этим необычность игры приобретает свою завершенность. Переодеваясь и надевая маску, ребенок играет другое существо, тем самым через сюжетно-ролевую игру он осваивает мир другого человека.</p> <p>Регуляторные функции и способности к принятию совместного решения реализуются в процессе групповой работы, когда детям необходимо создать общий план и стратегию творческого подхода к решению какой-либо задачи.</p> <p>1.2 Упражнение «Поезд»</p> <p>Дети в результате обсуждения (с участием психолога) приходят к решению построить, например, поезд из имеющегося в зале разнообразного подручного материала. Они обсуждают форму паровоза, количество вагонов, маршрут и т.д. В процессе самого выполнения замысла возникает необходимость учитывать действия других и согласовывать с ними возникающие разногласия. Затем вместе с психологом происходит обсуждение процесса взаимодействия детей и анализ полученного результата — подводится общий итог.</p> <p>1.3 Упражнение «Скамья запасных»</p> <p>Этот прием может применяться как тренировка ответственности за себя и за других. «Прощтрафившийся» тем или иным образом ребенок должен сидеть на стуле до установленного психологом срока. Если он встанет со стула или будет вертеться, то в конце занятия не примет участия в любимой игре, а на всю команду налагается штрафное очко или зачисляется -поражение.</p>
---	---

	<p>1.4 Упражнение «Я — золотая рыбка» Каждому участнику предлагается описать какой—нибудь известный сюжет, например сюжет «Сказки о рыбаке и рыбке», от лица каждого из персонажей: старика, старухи, рыбки, моря (можно разделить роли между разными детьми). При этом остальные участники должны внимательно следить за тем, чтобы рассказывалось именно то, в чем действительно принимал участие данный герой, и задавать провокационные вопросы: «А что ты при этом чувствовал (а)?», «А зачем тебе быть столбовой дворянкой?»</p>
<p>2. Коммуникативные навыки Цель: формирование навыков совместных действий, способствующих лучшему пониманию детьми друг друга.</p>	<p>2.1 Упражнение «Зеркало» Дети разбиваются на пары и становятся лицом друг к другу. Один из них делает замедленные движения, другой должен стать его точным «зеркальным» отражением. Сложность и рисунок двигательных мелодий, естественно, должны варьироваться, поскольку дети-«отражения» довольно быстро обучаются угадывать движения партнера, иногда предвосхищают, более того — опережают его. Это и следующие упражнения — прекрасное средство для установления психологического контакта.</p> <p>2.2 Упражнение «Тень» Первый участник двигается определенным образом, а стоящий за ним ребенок, изображающий его тень, повторяет его движения. Особое внимание уделяется тому, чтобы «тень» двигалась в том же ритме и постаралась догадаться о чувствах, мыслях и целях партнера, уловить нюансы его настроения.</p> <p>2.3 Упражнение Партнеры, стоя спиной друг к другу, сцепляются руками на уровне локтевых сгибов. Из этого положения один из партнеров, приседая и сгибаясь вперед, приподнимает другого, удерживая его в этом положении 3 — 5 с.</p> <p>2.4 Упражнение Один из партнеров принимает положение «упор лежа», другой берет его за ноги и приподнимает. Первый начинает движение на руках, второй идет за ним, поддерживая его ноги и учитывая скорость его движения.</p> <p>2.5 Упражнение Партнеры стоят спиной друг к другу, сцепляясь руками на уровне локтевых сгибов. Из этого положения оба приседают, а затем встают, опираясь друг на друга всей поверхностью спины.</p> <p>В упражнениях, предлагаемых ниже, условия поставлены таким образом, что дети должны двигаться как единое целое.</p> <p>2.6 Упражнение Разбившись на пары, дети ложатся на спину ногами друг к другу. Затем ступни ног соединяются таким образом, что ноги образуют букву «Л». Аккуратно и медленно дети начинают делать «велосипед», удерживая контакт ступнями и приспособившись к темпу друг друга.</p> <p>2.7 Упражнение Дети встают лицом друг к другу, держась за талии, на подвижную опору физкультурного снаряда «педали». Требуется проехать до конца зала, придерживая друг друга, чтобы не упасть.</p>

	<p>2.8 Упражнение Дети встают боком друг к другу и «приклеиваются»: берут друг друга под руку и плотно присоединяются боковыми поверхностями ног, становясь «сиамскими близнецами». Пара пробует двигаться в разных направлениях, с разной скоростью, выполнять какие-либо действия, писать и т.д.</p> <p>2.9 Упражнение «Слепой и поводырь» Дети делятся на пары: один из них — слепой (ребенок закрывает глаза), а другой — поводырь. Держась за руки, они молча передвигаются по залу, не сталкиваясь с другими парами. Задача поводыря — познакомить слепого с окружающим его пространством (заполненным различными предметами); позволить ему получить максимум информации, оберегая при этом от возможных опасностей. Поводырю необходимо учитывать характер слепого, его темперамент. Задача слепого — максимально «вслушиваться» в поводыря, повторяя его действия и невербальные указания.</p> <p>2.10 Упражнение «Паровоз» Дети разбиваются на команды по 4 —5 человек, выстраиваются «паровозиком» в затылок друг другу (стоящий сзади держит двумя руками за талию или за плечи того, кто стоит впереди). Все закрывают глаза, кроме первых — вагоновожатых, которые медленно начинают движение. Их задача — аккуратно, молча вести «паровоз», огибая препятствия, не сталкиваясь с другими; задача остальных — максимально «прислушиваться» к стоящему впереди, улавливая и повторяя все изменения в его движениях, тем самым обеспечивая точную передачу информации стоящим сзади. По команде психолога дети останавливаются, первый встает в конец «паровоза», снова продолжается движение, пока все не побудут в ролях ведущего и ведомого. Усложнение упражнения: увеличение количества детей в «паровозике», усложнение траектории движения (крутые повороты, ограничение движений по высоте — идти согнувшись и т.п.).</p> <p>2.11 Упражнение «Представление» Дети встают или садятся в круг. Один (двое или трое) из них выходит в центр и изображает при помощи мимики и пантомимики какой-либо предмет, растение или животное. Сидящие в кругу угадывают. Тот, кто первым угадает, встает в центр круга и изображает один или с партнерами что-то свое и т.д. Более сложный вариант, когда психолог или кто-то из детей задает на ушко исполнителям образ или ситуацию, которую надо изобразить.</p>
<p>3. Причинно-следственные отношения последовательность Цель: формирование понимания причинно-следственных отношений.</p>	<p>3.1 Упражнение «Назови причину» Объясните ребенку, что у всего, что происходит, у любого явления, есть причина, т.е. есть ответ на вопрос: «Почему так бывает?». Приведите пример: лед — он появляется, когда очень холодно и замерзает вода. Попросите ребенка назвать причину таких явлений, как наводнение, двойка, мама взяла зонт, листва облетает и т.д. Важным оказывается показать ребенку разнообразие последствий, вытекающих из одного и того же события реальной жизни. И наоборот — однозначное следствие из разных причин.</p> <p>3.2 Упражнение «Составление рассказа по серии картинок» Перед ребенком выкладывается серия картинок (по сказке или житейской истории), аналогичных сюжетам Н.Радлова или Х.Бидструпа, представленных в «Альбоме». Вначале они предъявляются в правильной смысловой последовательности; ребенок должен составить рассказ. При необходимости можно задать наводящие вопросы.</p>

	<p>3.3 Упражнение «Составление рассказа по сюжетной картине» Работа над пониманием смысла картины также начинается с воспроизведения сюжета с опорой на вопросы. Затем ребенок самостоятельно составляет рассказ.</p> <p>3.4 Упражнение «Прослушай, прочти и перескажи» Прослушивание (прочтение) коротких рассказов (басен) с последующим пересказом и беседой о смысле произведения, его морали.</p> <p>3.5 Упражнение «Пословицы и поговорки» Работа над пониманием пословиц и поговорок, прямо отражающих наличие причинно-следственных связей. Например: «Лес рубят, щепки летят», «Что посеешь, то и пожнешь», «Готовь летом сани, а зимой — телегу».</p> <p>3.6 Упражнение «Подбери следующее» Попросите ребенка подобрать слово, которое должно обозначать явление, идущее вслед за названным: первый — ..., завтрак — ..., июль — ..., лето — ..., январь — ..., зима — седьмой — ..., 1998 — ... и т. п.</p> <p>3.7 Упражнение «Расставь события по порядку» Я ложусь спать; я обедаю; я смотрю телевизор; я чищу зубы; я играю в футбол и т.д. Листья опадают; распускаются цветы; идет снег; созревает клубника; улетают перелетные птицы и т.д. Через год; позавчера; сегодня; завтра; месяц назад и т.д.</p> <p>3.8 Упражнение «Время и антивремя» Каждому из участников предлагается описать какое-либо событие: экскурсию, вчерашнее происшествие, кинофильм и т.п. Сначала — правильно, а затем — задом наперед, от конца к началу. Крайне важно включать в коррекционные занятия эстафеты, которые проводятся по обычным, традиционным правилам. Содержанием каждого этапа эстафеты должны быть упражнения из тех, что описаны выше, прежде всего в 1-ми 2-ми разделах настоящего пособия.</p>
<p>4. Произвольное внимание</p>	<p>4.1 Упражнение «Приглядывание» Психолог предлагает участникам внимательно присмотреться к любому человеку из группы, однако так, чтобы никто не заметил, кто к кому приглядывается. Потом участники по очереди описывают партнеров так, чтобы остальные поняли, кого описывают. Запрещается описывать детали, однозначно указывающие на человека, например: очки или другие чисто индивидуальные признаки.</p> <p>4.2 Упражнение «Прислушивание» Группа рассаживается в полукруг. Психолог предлагает участникам не расслабляться и по его хлопку или указательному жесту прислушаться к тому, что делается в полукруге, в комнате, в соседней комнате, в коридоре, на улице, какие ощущения возникают у каждого в теле (прислушаться к себе). На каждое прислушивание дается по 2 — 3 мин. После этого полезно обсудить услышанное. Это упражнение на внимание к себе, к своим ощущениям, к тому, что окружает человека извне.</p>

4.3 Упражнение «Прочти спрятанное предложение»

На образце, помещенном ниже, представлено задание, в котором слова, составляющие искомое предложение, спрятаны среди других букв.
Лгорнккерогсолнцедшутосветитядугбэяркошущрорастаялжщкитснегуорвндженачинаютшлухгораспускатьсядлщванипочк
ильмнюяхфпоютъснгвкжъштицьььщсврн. Понятно, что задача будет усложняться по мере увеличения текста.

4.4 Упражнение «Звонкое слово»

Дети стоят в кругу, по очереди называя числа (овощи, растения, города, посуду). Запретными являются числа, содержащие, например, цифру «5» (или из овощей — огурец, из цветов — сирень, из городов — Москва, из посуды — чашка). Не называя запретного числа (слова), ребенок должен хлопнуть в ладоши.

4.5 Упражнение «Скалолаз»

Ребенок должен пройти вдоль свободной стены (скалы), фиксируясь минимум тремя «точками опоры» и одновременно передвигая только одну конечность. Оторвав или передвинув одновременно две конечности, он считается «сорвавшимся».

4.6 Упражнение «Запретное движение»

Психолог показывает различные движения, дети должны их повторять, если к показу будет добавлено слово «пожалуйста» или если показанное движение не является запретным. Вместо запретного движения предлагается, например, не двигаться, или делать движение в противоположную сторону — шаг назад, если он был сделан вперед, или руки опустить, если психолог их поднял вверх.

4.7 Упражнение «Гонка за лидером»

Дети стоят за стульями, расставленными по кругу. Двое (четверо) участников соревнования, чьи позиции были напротив друг друга, бегут, огибая стулья, «змейкой», вперед спиной, каждый стараясь догнать соперника. Через пять кругов определяется победитель. Им считается тот, кто догнал или приблизился к сопернику. Если кто-то из них три раза во время бега задел за стул, то он считается проигравшим.

4.8 Упражнение «Внимательный»

Ставится стул, и дается команда начать действовать в следующем порядке: один раз обойти стул и один раз отжаться (или прыгнуть; присесть), затем два раза обойти стул и два раза отжаться и так далее до 10 раз. Затем то же, но в обратном порядке — от 10 до 1. При этом играющий имеет право обходить стул только в одном направлении; каждый вслух ведет отсчет отжиманий и количество обходов стула.

Усложненные варианты этого упражнения: по сигналу ребенок меняет направление движения на противоположное, один раз приседает и два раза подпрыгивает и т.д.

4.9 Упражнение «Повтори за мной»

Ребенок, начинающий игру, демонстрирует своему сопернику придуманный им ритм или пантомимическую модель в расчете на то, что сложность задания не позволит тому его повторить. Если так и происходит, то автор должен сам

<p>5. Обобщающая функция слова. Многозначность и иерархия понятий. Интеллектуальные процессы</p>	<p>воспроизвести свое задание, в противном случае он же и выбывает. Если же соперник справился с заданием, то уже он предлагает следующему игроку свой образец для повтора.</p> <p>В качестве упражнений для этого раздела прекрасно подходят всем известные задания на подбор аналогий, понимание пословиц и поговорок, метафор; игры в «морской бой», «крестики-нолики», шашки, карты; шарады; задания типа «найди семь отличий» и т. п.</p> <p>5.1 Упражнение «Закончи предложение» Ребенку предлагается: «Продолжи предложение, выбрав наиболее подходящее слово». У дерева всегда есть... (листья, цветы, плоды, корень). У сапога всегда есть... (шнурки, подошва, молния, пряжка). У платья всегда есть... (подол, карманы, рукава, пуговицы). У картины всегда есть... (художник, рама, подпись).</p> <p>5.2 Упражнение «Найди сходство и различия» Ребенку для анализа предлагаются пары слов. Он должен отметить общее и разное в соответствующих объектах. Например, соловей—воробей, лето —зима, стул—диван, береза —ель, самолет—автомобиль, заяц—кролик, очки — бинокль, девочка—мальчик и т.д.</p> <p>5.3 Упражнение «От частного к общему» Объясните ребенку, что есть слова, которые обозначают множество похожих предметов, явлений. Эти слова являются общими понятиями. Например, словом фрукты можно назвать яблоки, апельсины, груши и т.п. Но есть слова, указывающие на меньшее число похожих объектов, и они являются частными, конкретными понятиями. Любое из этих слов, например яблоки, обозначает только яблоки, хотя это могут быть большие, маленькие, зеленые, красные, сладкие, кислые яблоки. А теперь попросите ребенка подобрать общее понятие к частным. Ниже даны два ряда слов. К словам из первого ряда ребенок подбирает подходящее понятие из второго ряда: а) огурец, осень, пчела, север, дождь, павлин, озеро; б) овощ, время года, насекомое, сторона горизонта, осадки, ягода, водоем, птица.</p> <p>5.4 Упражнение «Чего больше?» Ребенок должен ответить на вопрос: «Чего больше: берез или деревьев, земляники или ягод, мух или насекомых, цветов или ландышей, китов или млекопитающих, слов или существительных, квадратов или прямоугольников, пирожных или сладостей?» — и обосновать свой ответ.</p> <p>5.5 Упражнение «От общего к частному» Задание, обратное предыдущим. Ребенок должен выстроить «дерево», стволом которого является общее понятие, например природа, а ветвями — более частные, например живая—неживая. Затем от слова живая — соответственно ветви: растения—животные—люди и т.д. Следующее разветвление идет, например, от слова животные: домашние—дикие или птицы—змеи—рыбы—насекомые и т.д.</p> <p>5.6 Упражнение «Подбери общее понятие» Предложите ребенку назвать одним словом следующие понятия и дополнить ряд: яблоко, груша — ...; стул, шкаф — ...;</p>
---	---

огурец, капуста — ...; ботинок, сапог — ...; кукла, мячик — ...; чашка, тарелка — ...; кошка, слон — ...; нога, рука — ...; цветок, дерево — ...; окунь, щука — ...; роза, одуванчик — ...; март, сентябрь — ...; дуб, береза — ...; фонарь, лампа — ...; дождь, снег — ...

То же упражнение необходимо выполнить с наречиями, прилагательными, глаголами.

5.7 Упражнение «Классификация по зрительному образцу»

Для данного упражнения можно использовать детское лото.

Разложите картинки и предложите ребенку выбрать все картинки, подходящие к эталонной. Например, к яблоку — все картинки, на которых изображены фрукты. Затем попросите его назвать каждую картинку; обсудите с ним, почему он сделал такой подбор, чем схожи (отличаются) эти предметы.

Можно выбирать картинки по определенному, заданному общему признаку например по форме, цвету или функциональному назначению.

5.8 Упражнение «Разложи по группам»

Ребенку предлагается некоторое количество изображений, которые он должен разложить на обобщенные группы, например: грибы и ягоды, обувь и одежда, животные и цветы. Он должен дать название каждой получившейся "группе и перечислить (назвать) все ее составляющие.

5.9 Упражнение «Классификация по обобщающему слову»

По заданному обобщающему понятию (например, посуда, овощи, мебель, предметы из железа, круглые, колючие, летают, сладкие и т.д.) ребенок должен выбрать из набора картинок те, которые будут ему соответствовать.

5.10 Упражнение «Лишнее слово»

Ребенку предлагается выделить слово или признак, который в ряду других является лишним, а для всех остальных подобрать обобщающее понятие. Ребенок должен ответить на вопросы: «Какое слово лишнее? Почему?».

А. Тарелка, чашка, стол, чайник.

Темно, пасмурно, светло, зябко.

Береза, осина, сосна, дуб.

Быстро, бегом, вприпрыжку, ползком.

Диван, стол, кресло, дерево.

Много, число, мало, наполовину.

Ручка, мел, пенал, кукла.

Вчера, сегодня, утром, послезавтра

Землетрясение, тайфун, гора, смерч.

Запятая, точка, тире, союз.

Аккуратно, неряшливо, грустно, старательно.

Б. Зимний, летний, осенний, июньский, весенний.

Лежать, стоять, плакать, сидеть.

Старый, высокий, молодой, пожилой, юный.

Красный, синий, красивый, желтый, серый.

Молчать, шептать, смеяться, орать.
Сладкий, соленый, горький, кислый, жареный.

5.11 Упражнение «Ранжирование»

Объясните ребенку, что такое ранжирование, и попросите его проранжировать по определенному (в каждом случае своему) принципу следующие понятия:

горох — абрикос — арбуз—апельсин — вишня; пчела — воробей — бабочка — страус —сорока; зуб—рука —шея — палец —нога; снежинка —сосулька —айсберг—льдина—сугроб; улица—квартира—город —страна—Земля; младенец—юноша — мужчина — старик—мальчик; молчать—говорить—кричать—шептать.

5.12 Упражнение «Многозначность слов»

Сыграйте с ребенком в игру «Посмотри, как интересно!». Назовите ему какое-нибудь слово (существительное, прилагательное, наречие, глагол). Задание состоит в том, чтобы за короткий промежуток времени (1 — 3 мин) придумать как можно больше предложений-ситуаций с эталонным словом.

5.13 Упражнение «Полянки»

Ребенку предлагается рисунок «Полянки» и зашифрованное письмо-схема, помогающее найти нужный домик. Используя схему, он должен найти домик, а затем объяснить, как схема помогла ему найти путь. По Аунуфриеву.

Предложите выполнить обратную задачу. Дается аналогичный рисунок, на котором надо найти домик по инструкции психолога, например: «Вверх, направо, направо вниз, налево вниз» и т.д. После этого ребенку надо нарисовать письмо-схему самостоятельно.

5.14 Упражнение «Методы Равена и Айзенка»

Прекрасной тренировкой в умении устанавливать закономерности являются задания типа широко известных матриц Равена и тестов Айзенка «Какой картинкой из нижнего ряда нужно заполнить пустующее место?»

На начальном этапе решения таких задач взрослому необходимо помочь ребенку выявить закономерность и найти решение.

5.15 Упражнение «Продолжи ряд чисел»

Даны ряды чисел. Отметьте вместе с ребенком особенность (закономерность) составления каждого ряда и продолжите его, назвав (записав) подряд несколько чисел.

6 9 12 15 18 21 (...) (ответ: 24 27 30 33) 15 12 14 11 13 10 (...)

5 10 15 20 25 30 (...) (ответ: 35 40 45 50) 3 7 11 15 19 23 (...)

16 12 15 И 14 10 (...) (ответ: 13 9 12 8) 11 16 14 19 17 22 (...)

65. «Найди три числа». Ребенку предлагается: «Напиши три следующих числа в каждом ряду».

2 4 6 8 (...) (ответ: 10 12 14) 18 10 6 4 (...)

1 4 7 10 (...) (ответ: 13 16 19) 2 5 8 11 (...)

21.17 13 (...) (ответ: 9 5 1) 8 12 16 20 (...)

Помимо этого, в качестве коррекционного и абилитационного можно использовать материал, широко представленный в «Альбоме» (раздел «Интеллектуальные пробы»).