

## **Нейропсихологические методы и приемы, способствующие развитию внимания, мелкой моторики и графомоторных навыков у детей дошкольного возраста.**

Одним из вопросов, которые задают на приеме у нейропсихолога родители дошкольников - «Как помочь ребенку стать более собранным и сконцентрированным?» Ведь этот психологический процесс имеет очень важное значение, для успешного обучения в школе. Безусловно, очень важно создавать условия и использовать приемы для развития произвольного внимания.

**Внимание** – это организация познавательной активности ребёнка. То, насколько хорошо вы научите ребёнка организовывать свою деятельность, во многом определит степень развития его внимания.

Играйте в настольные игры, требующие усидчивости и длительного сосредоточения внимания (пазлы, домино, лото).

Чтобы сформировать у ребёнка хорошее внимание, вам нужно делать следующее:

- **Соблюдать режим дня.** «Режимные» дети обладают гораздо более стабильным вниманием. Это связано с тем, что их организм работает в определённом режиме, что помогает ему экономно расходовать энергию: тратить её в то время, когда ребёнок обычно активно играет, и сохранять в периоды отдыха и сна. Таким образом, внимание «режимного» ребёнка работает более интенсивно, так как сам организм настраивается на активное сосредоточение внимания.

- **Содержать в порядке рабочее (учебное) место ребёнка, приучать его к порядку.** Стол должен быть чист. Книжки, карандаши, игрушки – всё на своих местах. Если вы водите ребёнка в развивающую студию, то приучайте его заранее собирать свой «портфель», проверяйте, заточены ли карандаши, есть ли все необходимые принадлежности в пенале и т.д.

- **Давать ребёнку возможность отдохнуть.** Известно, что лучший отдых – это смена деятельности. Обычно ребёнок-дошкольник не способен долго заниматься «сидячей» работой. Занимаясь с ребёнком спокойными видами деятельности (настольными играми, рисованием, выполнением упражнений по пособиям), каждые 10-15 минут делайте перерыв: давайте ребёнку немного попрыгать и побегать. Затем он может снова вернуться к спокойным занятиям.

- **Исключить воздействие отвлекающих факторов:** шума улицы, включённого телевизора, громкой музыки, резких запахов. Однако имейте в

виду, что тихая спокойная музыка, как правило, не отвлекает, а, напротив, усиливает внимание ребёнка.

**Тренировать внимание ребёнка не только с помощью интеллектуальных игр, но и в подвижных играх.**

Игры, требующие от ребёнка проявления точности, быстроты реакции, выносливости, тренируют его внимание не меньше, чем пазлы и лото.

Кроме этого, занимаясь с ребёнком по развивающим пособиям, **учите его трём вещам:**

- Переспрашивать, если что-то непонятно, уточнять, что именно имеется в виду в игровом задании.
- Планировать свои действия. Проговорите, что нужно сделать, чтобы выполнить задание, дайте чёткую инструкцию.
- Проверять задание после его выполнения.

Если приучать ребёнка к этим вещам, то многие школьные трудности, связанные с рассеянностью и неумением проверять свою работу, обойдут вас стороной. Например, ребёнку нужно найти 10 отличий между двумя картинками. Попросите его рассказать, что нужно сделать. Составьте план. Проговорите шаги, которые нужно совершить, чтобы решить поставленную задачу: «Эти картинки чем-то отличаются. Нужно внимательно рассмотреть каждый предмет по очереди: вначале на одной картинке, затем на другой». Можно спросить: «Как быстро найти отличия между картинками?». Если вы раньше уже объясняли ему, как это сделать, ребёнок сможет ответить на этот вопрос. Дайте опоры. Скажите: «Как только найдёшь отличие, поставь рядом галочку на одной и на другой картинке». Проверьте правильность выполнения задания. Посчитайте количество галочек на одной из картинок. Если их 10, то задание выполнено правильно.

**Делаем массаж стоп и ладоней** это энергетизирует подкорковые образования мозга и является обязательным элементом нейропсихологической коррекции.

Масса стоп:

1. Погладить подошвы стоп и их поверхность подушечками пальцев.
2. Растереть ступни движениями, направленными от пяточки к носочку и обратно. Затем прохлопать по стопе.
3. Рисовать пальчиком на подошве цифру «8». Для этого массаж стоп детей выполняется спиралевидным движением, захватывающим всю площадь ступни и скрещивающимся в районе ее свода.
4. Сделать круговые растирания по часовой стрелке и против.
5. Нарисовать цифру «7». Под пальчиками проводится линия под их подушечками, а потом прикосновение спускается по диагонали к пяточке.

6. Повращать ступню по часовой стрелке и наоборот.
7. Стопу согнуть, распрямить.
8. Растереть каждый пальчик по отдельности от ногтя до основания и наоборот.
9. Бережно поворачивать и погибать пальчики.
10. Занятие завершить легкими поглаживаниями, идущими от пальчиков к голеностопному суставу.

**Второй вопрос к нейропсихологу - часто звучит так «Что можно предпринять для того чтобы пальчики ребенка стали крепкими и ловкими?»**

**Для формирования графомоторных навыков ребенка и развития мелкой моторики**- можно использовать следующие упражнения

Лепка.

Просто замечательное занятие на развитие мелкой моторики ребенка. Перед лепкой ребенку любого возраста обязательно дайте размять пластилин. Это очень полезное упражнение для развития мелкой моторики. В этом плане обычный отечественный пластилин гораздо полезнее, чем мягкий импортный.

Упражнения с бумагой:

- 1) мять – развитие силы рук (после этого получится «шарик», который можно бросать в корзину с расстояния,
- 2) рвать (развитие соотносящих движений) – захватываем пальцами обеих рук лист и тянем в разные стороны.
- 3) делать аппликации из бумажных шариков (смять бумагу, нарвать ее на полоски, затем полоски нарвать на квадраты, скатать каждый квадратик на ладошке в шарик, шариками выкладывается силуэт – например, кошка, барашек, тучка)

Сортировка мелких предметов

Очень важно, чтобы ребенок это делал либо щепотью (тремя пальчиками, либо способом «пинцетного захвата», то есть захватывал двумя пальчиками – большим и указательным. При этом остальные пальчики должны быть подогнуты и не мешать. Покажите правильный способ выполнения этого упражнения.

Вырезание ножницами.

Вырезание различных фигурок из старых открыток, журналов - полезное и увлекательное занятие.

начинают овладевать навыками силуэтного вырезания без предварительной прорисовки, подготовки линии контура.

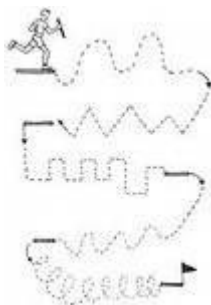
### Игры - шнуровки

В играх с шнурованием также развивается глазомер, внимание, происходит укрепление пальцев и всей кисти руки (мелкая моторика, а это в свою очередь влияет на формирование головного мозга и становления речи. А также, что не маловажно, игры-шнуровки косвенно готовят руку к письму и развивают усидчивость.

Отработку графических навыков помогут развить такие упражнения, как:

#### Рисование линий, фигурных дорожек

– Ребенка просят провести фигурную дорожку, соединив линию штриховки. При прохождении дорожки ребенку следует стараться, как можно более точно следовать всем изгибам и поворотам линий.



– Ребенка просят провести линию посередине фигурной дорожки. При выполнении задания надо обратить особое внимание на то, что нельзя касаться стенок (особенно в лабиринтах, линия должна идти посередине дорожки. Карандаш от бумаги не отрывается, и лист бумаги не переворачивается.



### По контурам

Ребенка просят соединить точки для того, чтобы получился завершенный рисунок.

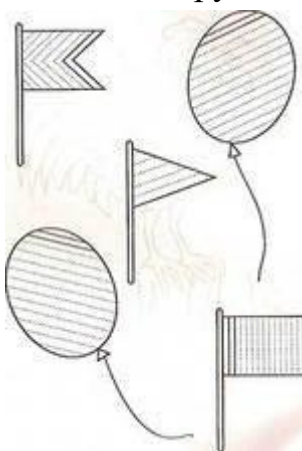


Штриховки с различным направлением движения руки

Штриховка - одно из важнейших упражнений. Правила штриховки:

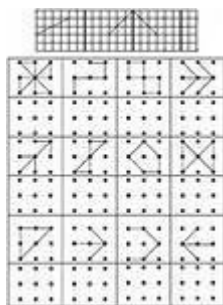
- Штриховать только в заданном направлении.
- Не выходить за контуры фигуры.
- Соблюдать параллельность линий.
- Не сближать штрихи, соблюдать расстояние

Ребенка просят выполнить различные виды штриховок по образцам: вертикальные (сверху вниз, горизонтальные (слева направо, наклонные, «клубочками» (круговые движения руки, полукругами. Линии сложной формы должны выполняться одним движением кисти руки. Штриховки вначале должны быть крупными, по мере приобретения ребенком навыка выполнения их размер уменьшается. При этом надо обратить внимание на уменьшение амплитуды движений кисти руки.



### Рисование по точкам

Ребенка просят соединить точки согласно инструкции под рисунком. Выполнять задания следует следующим образом: карандаш или ручка не отрывается от листа бумаги, лист фиксируется, и его положение не изменяется.



Нарисуй фигурку по точкам, как на образце.

### Раскрашивание

Простой и эффективный способ подготовки руки к письму - книжки-раскраски. Раскрашивая любимые картинки, ребенок учится держать в руке карандаш, использует силу нажима. Это занятие тренирует мелкие мышцы руки, делает ее движения сильными и координированными. Рекомендуется пользоваться цветными карандашами, а не фломастерами.

Можно предложить ребенку копировать понравившиеся рисунки на прозрачную бумагу. Очень полезны орнаменты и узоры, так как в них присутствует большое количество изогнутых линий, что является хорошей подготовкой руки ребенка к написанию прописных букв.

### Обводка

Очень хорошо обводить трафареты, шаблоны, обводка по фигурным линейкам, объемным и плоскостным изображениям предметов. Обводить можно все, что попадет под руку: дно стакана, перевернутое блюдо, собственную ладонь, ложку и т. д.

Все эти упражнения приносят тройную пользу ребёнку:

во-первых, развивают мелкую моторику его руки, подготавливая к овладению письмом,

во-вторых, формируют у него художественный вкус, что полезно в любом возрасте,

в-третьих, хорошо развитая кисть руки «потянет» за собой развитие интеллекта.

Ежедневно предлагайте детям такие занятия!

Такая всесторонняя тренировка отлично развивает мелкую моторику рук, движения его руки будут более уверенные, школьные занятия будут для ребёнка не столь утомительными.