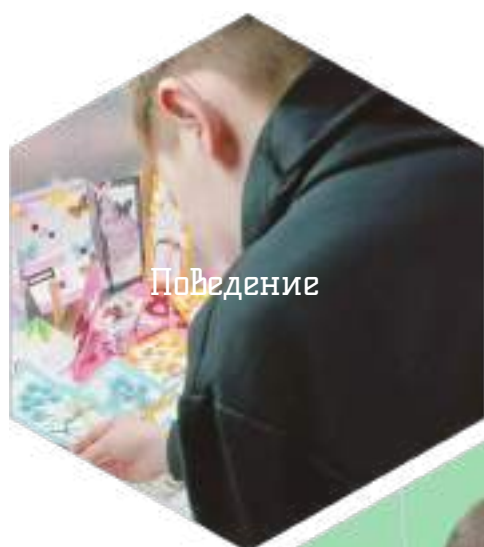




## Шаг за шагом к счастливым моментам!

Поведенческие, коммуникативные, эмоциональные, интеллектуальные нарушения у детей преодолеваем вместе, шаг за шагом.



### Дорогие родители!

В этом сборнике Вы найдёте ответы на некоторые вопросы, связанные с развитием детей, узнаете как организовать игровую деятельность детей дома, какие игры и упражнения помогут решать трудности ребёнка в разные возрастные периоды, на что нужно обращать внимание в первую очередь, к кому обращаться, если есть что-то, что вызывает беспокойство.

Мы подобрали только проверенные игры, упражнения, методики, с научно доказанной эффективностью, широко используемые в практике коррекционной работы с детьми.  
**Пробуйте, делитесь успехами, делитесь счастливыми моментами!**



## ПОВЕДЕНИЕ

Для каждого периода детства характерны отклонения от поведенческих норм, которые обусловлены возрастным кризисом.

Однако, если отклонения затягиваются, формируя стойкое деструктивное поведение, говорят о поведенческом расстройстве.

### **СДВГ - распространённое расстройство поведения у детей**

**Синдром дефицита внимания и/или гиперактивности (СДВГ) – неврологическо-поведенческое расстройство развития, которое возникает в детском возрасте.**

У патологии есть более десятка симптомов. Самые распространенные – **невозможность долго концентрироваться, рассеянность, невнимательность, неусидчивость, вспыльчивость, плохая память. Со стороны кажется, что такой человек будто «летает в облаках».**

Врачи выделяют три подвидов психического расстройства.

**Первый** – с преобладанием дефицита внимания. Человек не может сосредоточиться, рассеян, забывчив.

**Второй** – гиперактивный и импульсивный. Когда сложно долго находиться в одной позе и сдерживать эмоциональные порывы.

**Третий** – смешанный. Объединяет в себе признаки первого и второго. Встречается чаще всего.

Перечисленные симптомы списывают на особенности характера, обвиняя человека или себя в лени, прокрастинации и конфликтности. На самом деле «виноват» не индивид, а его мозг и нервная система.

**Согласно Международной классификации болезней, СДВГ относится к гиперкинетическим расстройствам.**

Существует множество занятий, чтобы корректировать данный синдром.

**Игры для детей с СДВГ дошкольного возраста и школьников направлены на тщательную проработку всех сфер развития через игровой подход.**

Занимаясь с ребёнком дома, можно быстро обучить детей контролю над своим вниманием и действиями.

### **Как распознать СДВГ у ребёнка?**

**Основные симптомы СДВГ у детей:**

- ребенку трудно сосредоточиться во время занятий или игр;
- он легко отвлекается и не может выполнить задание до конца;
- ребенок как будто бы не слушает, что ему говорят;ребенок не может усидеть долго на одном месте, ерзает, бегает, совершает множественные движения ногами и руками;
- ребенок отличается забывчивостью и невнимательностью;
- часто теряет вещи;
- не может ждать очереди в повседневной жизни и играх;
- часто не дослушивает вопрос, перебивает в разговоре;
- ребенок чрезмерно болтлив и импульсивен;
- ребенок не организован.



## Как организовывать игровую деятельность ребенка с СДВГ

Лучшее решение – устроить небольшую тренировку на 20–30 минут, в которой вы уместите несколько необходимых упражнений.

Они должны быть разными по цели и способу выполнения. Например, **чередуйте сидячие и подвижные игры**. Не переоценивайте возможности ребенка и давайте ему задания того уровня, с которыми он точно справится. Иначе малыш расстроится и откажется от выполнения. **В этом вам поможет классификация по возрастам.**

Постепенно повышайте сложность занятий. Для сохранения интереса ребенка к обучению **не забывайте о поощрениях и наградах**. Если будете его постоянно критиковать и указывать на то, что он делает не так, хорошей реакции не ждите.

Дошкольников важно хвалить для повышения мотивации, но дети школьного возраста на такие уловки не поведутся – к ним нужен другой подход. Рассматривайте их заслуги адекватно, **не преувеличивая достижения**.

Например, похвалите ребенка 6–7 лет за то, что он старался сделать все правильно. И неважно, если у малыша плохо получилось, ведь главное – желание.

### Обязательно нужно:

- 1. Сохранять дисциплину.** В большей мере это касается распорядка дня. Установите время для приема пищи, развлечений, прогулок и сна. Даже если вы оставляете другого человека заботиться о малыше, предупредите его о правилах. Это поможет понять ответственность за действия.
- 2. Не забывать о развлечениях.** Не позволяйте ребенку все время, проведенное вне школы, потратить на выполнение домашнего задания. Уроки всегда можно отложить на второй план, даже если кажется, что их очень важно сделать. Лучше займитесь физической нагрузкой и различными играми.
- 3. Повышать самооценку.** Из-за частых неудач в обучении и критики сверстников ребенок может начать чувствовать себя неуверенно, и это только ухудшит его состояние. Регулярно напоминайте, что он совсем не плох и многого добьется, если постарается.
- 4. Постоянно хвалить и поощрять** ребенка за выполненные задания и хорошее поведение.
- 5. Давать конкретные указания** вместо общих. Например, не «Полей сад», а «Возьми лейку в сарае, набери в нее воды из крана и полей грядки».
- 6. Не хранить игрушки** в комнате ребенка на видном месте. Для того чтобы он лишний раз не отвлекался и мог дольше концентрировать внимание на задании, кладите их в специальную коробку.
- 6. Помнить, что критика и ругань** при непослушании или неправильном выполнении поручения **не приведет ни к чему хорошему**. Укажите ребенку на ошибки и помогите их исправить.
- 7. Не брать малыша с собой в места, где находится большое скопление людей**, если есть такая возможность. Это заставит его растеряться и **чувствовать себя дискомфортно**.



## Какие упражнения подходят дошкольникам с СДВГ

### На развитие концентрации для 3-5 лет

К этому возрасту у детей уже должен расшириться в памяти запас понятий и слов, поэтому упражнения можно усложнять.

**1. Места предметов.** В общих чертах эта игра похожа на упражнение для более маленьких детей, но задача в ней гораздо сложнее. Проводить можно с одним ребенком и компанией. Взрослый должен выбрать от 5 до 10 предметов и разложить рядом друг с другом, прикрыв простыней. Снимая ткань на 10 секунд, попросите малышей внимательно рассмотреть и запомнить объекты, которые там находятся. После накрытия спросите ребят об этом. Чем больше вещей они запомнили – тем лучше.

Повторно покажите ряд игрушек, но уже, чтобы запомнить последовательность, в которой они лежали. Для усложнения задачи можно поменять местами два предмета и спросить, что же изменилось. Также возможны такие вопросы, как: «Какого цвета каждый из объектов?», «По каким группам вы можете их разделить?», «Что их объединяет?».

**2. Пять движений.** Данная игра больше подходит для проведения в компании детей. Взрослый должен показать пять движений в определенной последовательности, называя при этом их порядковый номер. Допустим, что поднять руки вверх – это два, а положить кисти на колени – пять. После попросите детей повторить движения в указанном порядке, который они должны были запомнить. Для усложнения задачи можно показать одно действие, называя номер другого, и посмотреть, исправит ли его кто-нибудь.

**3. Что нового?** Данная игра проводится в компании детей. Взрослый рисует на большом холсте или доске любую геометрическую фигуру. Задача малышей – подходить по очереди и дорисовывать разные детали, которые, по их мнению, дополняют картину. После того, как все ребята по одному разу подошли к доске, они должны встать в ряд и рассказать все, что изменилось за этот «раунд». Далее игра продолжается, а сложность – увеличивается.

**4. Летает, не летает.** Игру можно проводить с одним ребенком и компанией. Взрослый называет предмет или существо и поднимает руки, если оно летает, или опускает, если нет. Ребенок делает то же самое, но предупредите его, что необходимо не повторять за вами, а мыслить самостоятельно, так как вы можете перехитрить.

**5. Чей дом?** Найдите в интернете или нарисуйте картинку с несколькими животными, например, от 5 до 8, и их домиками, которые должны соединять линии. Попросите малыша определить, где находится дом каждого зверька, не проводя по линиям ни пальцем, ни карандашом. Если он не справляется с задачей, разрешите пару раз воспользоваться вспомогательными средствами, после чего вернитесь к изначальной версии упражнения.

**6. Мозаичный узор.** Подготовьте картинку с любой формой, например, цифру, силуэт животного или букву, и дайте ребенку ее изучить. После этого попросите выложить из мозаики изображение. Для усложнения упражнения можно убрать образец, чтобы малыш все делал по памяти.



## Какие упражнения подходят дошкольникам с СДВГ

### На развитие концентрации для 5-6 лет

Игры должны быть сложнее, поскольку ребенку нужно соответствовать нормам развития.

Детей необходимо понемногу готовить к школе, освоению новых сфер знаний.

Можно использовать такие занятия:

**1. Съедобное-несъедобное.** Игра с одним ребенком или компанией. Поставьте детей полукругом, а сами расположитесь в центре, держа в руках мяч. Произносите слова, обозначающие объекты, предметы или еду, и бросайте его ребятам по очереди. Если назвали что-то несъедобное, они должны оттолкнуть или пропустить мяч, а если съедобное – поймать.

**2. Фотограф.** Данная игра проводится детьми самостоятельно, без активного участия взрослого. Они должны выбрать одного фотографа, то есть «водящего» игрока. Остальные дети встанут в ряд и принимают различные позы. После этого водящий выходит из комнаты либо отворачивается и закрывает глаза на полминуты. Задача остальных ребят – поменяться местами и выбрать другие позиции, чтобы фотограф распознал это и вернул их в изначальное положение.

**3. Смешанный лес.** Эта игра – усложненная версия упражнения с поиском героев мультфильма. Здесь ребенку дается картинка, на которой изображены «особые» деревья среди обычных. Например, береза, маленькая елка или сосна. Ему необходимо найти их.

### На развитие контроля над импульсивными действиями для 3-5 лет

В этом возрасте эффективны занятия в команде. Полезной будет игра «Считалки-догонялки». Для нее понадобится компания детей, от 3 до 10 человек. Активное участие взрослого не требуется.

Необходимо будет выбрать одного ведущего, который встанет посередине. Остальные должны выстроиться в ряд перед ним. Далее ведущий проговаривает стишок, поочередно указывая пальцем на остальных участников, как бы пересчитывая их: «Мы – веселые ребята, любим бегать и играть, никого не обижать. Ну, попробуй нас догнать!». Тот малыш, на которого покажут, становится новым ведущим и догоняет остальных. Последний пойманный ребенок перенимает главную роль, и считалка начинается заново, уже от его лица.

### На развитие контроля над импульсивными действиями для 5-6 лет

Развитию контроля над действиями хорошо помогает игра «Речка-берег». Для нее подойдет участие одного ребенка или нескольких, вплоть до целой компании.

Взрослый должен обозначить, что одна сторона, допустим, справа от них – это речка, а слева – берег, и в зависимости от названного слова детям нужно прыгать в обозначенные места. Далее можно начинать саму игру. По ходу упражнения разрешается немного схитрить, например, множество раз подряд называть «Речка» и «Берег» поочередно, а после – вразброс, чтобы дети запутались и поняли, что внимание нужно обращать на слово, а не на привычку. Это особенно помогает ребятам, испытывающим трудности с переключением внимания..



## Какие упражнения подходят дошкольникам с СДВГ

### На развитие дисциплинированности

Игры помогут научить находиться некоторое время в одной позе, сидеть нужный период за столом, планировать действия. Это особенно важно для детей, которые ходят в детский сад, посещают групповые занятия.

### На развитие дисциплинированности для 3-5 лет

Подойдет игра «Запрещенное движение» с компанией детей возрастом минимум 3 года.

Для занятия включите любую музыку, но лучше отдать предпочтение веселой и ритмичной. Активное участие взрослого необязательно. Поставьте малышей полукругом или кругом, в центре должен находиться ведущий. Он придумывает запретное движение, которое нельзя использовать, и включает его в список того, что он покажет остальным ребятам. Затем участники повторяют данные действия, убирая запретное. Кто первый ошибся, встает на место ведущего. Игра начинается заново.

Также можно поиграть в «Иголку и нитку». Развлечение подойдет для компании детей 3-4 или 3-5 лет

Включите любую музыку, но лучше отдать предпочтение веселой. Активное участие взрослого необязательно. Ведущий выбирается из ребят, он будет «иголкой», а все остальные – «ниткой». Все дети встанут в ряд. Далее они должны двигаться вслед за «иголкой», которая стоит впереди всех, обгибая различные преграды. Например, стулья или специальные предметы.

### На развитие дисциплинированности для 5-6 лет

Игры должны быть сложнее, но не менее интересные. Для 5-6 леток подойдут такие:

**Дракон кусает свой хвост** Для проведения в компании детей. Активное участие взрослого не требуется. Ребята должны встать в ряд друг за другом, взяв впереди стоящего за бока. Первому малышу отдается роль головы, а последнему – хвоста. Голове следует бегать и вести за собой остальных детей, и при этом пытаться догнать «хвост», который от нее уворачивается. Когда он будет пойман, дети продвигаются вперед, то есть ребенок, стоящий вначале, встает в конец и так далее.

**Мама-робот** Попросите своего малыша научить вас тому, что он хорошо умеет, чем интересуется. Но при объяснении должны использоваться только слова, без действий. А задача взрослого – сделать в точности то, что ему говорят, не подыгрывая. Например, если ребенок произносит, что для заваривания чая достаточно положить в кружку пакетик и налить воды, сделайте точно так. Возьмите обычный бытовой мешочек, поместите его в стакан и залейте водой из-под крана. Когда малыш поймет, что что-то здесь не так, попросите его объяснить подробнее, не забывая про детали. Это поможет понимать и видеть плоды своего планирования.



## Какие упражнения подходят школьникам с СДВГ

Обучение школьника уже не будет являться такой сложной задачей, так как азы развития он освоил. Однако не стоит забывать о проведении регулярных упражнений.

### Игры на Внимание для школьников с СДВГ

**6-7 лет Сходство.** Подготовьте набор карточек – 5-10 штук, на которых изображены объекты, имеющие что-то схожее между собой. К примеру, они должны быть все зеленого цвета или подходить под одну категорию. Отдайте ребенку картинку и попросите описать любой один предмет, чтобы вы смогли узнать его. Но обратите внимание малыша на то, что нельзя произносить само название. Для усложнения задачи вы можете называть другие объекты. Это нужно с целью понимания того, что чего-то он еще не указал и необходимо дополнить свой рассказ.

**7-9 лет Отгадай.** Подготовьте набор из карточек 20-50 штук, на которых изображены абсолютно разные объекты. Разложите их перед собой на столе и сообщите ребенку, что вы загадали один из предметов и ему нужно будет отгадать. Для этого есть не более 20 попыток. Малышу необходимо использовать наводящие вопросы, на которые можно дать только односложный ответ – «да» или «нет». Если ему трудно додуматься самостоятельно, предложите список вопросов, которые он может задать.

**9-10 лет Найди отличия.** Подготовьте карточки, на которых находятся по два относительно одинаковых изображения, но с некоторыми отличиями. Разложите перед ребенком и поочередно попросите найти все различия. Для усложнения задания можно установить таймер и сделать упражнение на время.

### Игры на развитие самоконтроля для школьников с СДВГ

Без этого навыка ребенку будет сложно адаптироваться в кругу сверстников. Также возникнут сложности с поведением на уроках, восприятием информации. Во время занятий нужно ориентироваться на возраст, настроение ребенка.

**6-7 лет Шепот** Проводить можно с одним ребенком или компанией. Перед началом обозначьте условные жесты. Например, когда вы поднимаете руки вверх, дети могут бегать, прыгать и кричать, если подносите палец к губам, им следует говорить шепотом и медленно передвигаться. При показывании руками креста они должны замереть, замолчать. В идеале нужно проводить упражнение под музыку, во время запуская и останавливая ее.

**6-7 лет Шарик.** Подойдет для проведения с одним ребенком и компанией. Посадите ребят кругом, а сами расположитесь в центре. Попросите их закрыть глаза и выставить ладони вместе перед собой, поместите каждому малышу в руки небольшой шарик. Затем укажите, чтобы они взаимодействовали с ним: покрутили, потерли, подышали на него или погладили для передачи своего тепла. Спустя минуту-две попросите детей открыть глаза и поочередно рассказать о чувствах и эмоциях, которые возникли у них во время выполнения.



## Игры на развитие самоконтроля для школьников с СДВГ (продолжение)

**7-9 лет Платок.** Для проведения подойдет компания из 5-10 детей. Все ребята становятся в круг. Ведущий, у которого платок, выбирает себе союзника, и вместе они выходят из ряда, начиная бегать вокруг стоящих детей в разные стороны. Первый игрок должен вручить платок любому, находящемуся в кругу, и поменяться с ним местами – теперь он будет стоять. Второму игроку необходимо успеть пробежать полный круг до того, как ведущий сменится, и встать на свое место. По такому принципу проходит вся игра, пока не будет задействован каждый ребенок.

**7-9 лет Услышь своё имя.** Для проведения понадобится компания из 5-10 детей. Ребята встанут в круг, спинами внутрь. Выбранный ведущий, в руках которого находится мяч, должен бросить его и назвать имя любого из участников. Тот ребенок, на которого указали, поворачивается лицом внутрь круга и ловит мяч. Игра продолжается по тому же методу. Чтобы повысить интерес, можно ввести систему штрафов и наград. Победителем становится малыш, который поймал большее количество мячей.

**9-10 лет Гонка мячей.** Для проведения игры понадобится компания из 6-14 детей. Ребята встанут в круг, делятся между собой на две команды и выбирают капитанов, в руках которых находится мяч. Этот ребенок должен оббежать весь круг, встать на место и передать мяч следующему участнику, повторяющему все те же действия. Победителем считается команда, первой закончившая передавать мяч по кругу.

### Одновременная тренировка нескольких функций

Помните, что ребенку с СДВГ будет сложно одновременно слушать и сдерживать свои порывы, концентрировать на чем-то внимание, особенно на первых порах коррекции.

Поначалу упражнения должны быть направлены на развитие одного или двух навыков, чтобы не истощать малыша и не вогнать его в тоску. Однако после успешной проработки аспектов обучения по одному можно переходить к комплексным упражнениям, в которых идет упор сразу на несколько функций.

**Хлопки.** Проводить игру можно с одним ребенком и компанией. Пусть дети ходят по комнате, как им угодно. Но когда взрослый один раз хлопнет в ладошки, им следует остановиться в заранее обговоренной позе. Если хлопок прозвучал два раза – они примут другую позицию, если три – выйдут из нее и продолжат передвигаться.

**Скалолазы.** Проводить игру можно с одним ребенком и компанией. Разделите малышей на две команды и распределите по разным сторонам комнаты. От них требуется пройти все расстояние вдоль стены, прислонив к ней как минимум три конечности одновременно. Если кто-то нарушил это правило, он возвращается в начало пути, и так до тех пор, пока успешно не пройдут стену. Победившей считается та команда, участники которой быстрее добрались до финиша.





## Как подготавливать ребенка с СДВГ к школе?

**Главное, что нужно учесть при подготовке ребёнка с СДВГ к школе, – особенности нервной системы. Данный фактор напрямую влияет на способы лечения и результативность, основными из которых являются:**

- организация жизни малыша;
- поддержка интереса к учебе;
- консультации психолога;
- баланс между физическими и умственными упражнениями;
- достаточное количество сна;
- развитие психических функций;
- улучшение моторики;
- правильно подобранные игры и упражнения;
- обучение беглому чтению.

Просто и быстро читать вслух ребенка можно научить за счет тренировок на звукослияние, однако стоит учесть, что при данном способе он не будет понимать смысл текста.

Для улучшения восприятия рассказов предлагайте ему короткие материалы с легкими словами и фразами. Эффективность тренировок повысят картинки, сопровождающие сюжет текста, так как они помогают понять прочитанную информацию.

## Можно ли детям с СДВГ играть на компьютере?

Большое количество времени, проведенного за компьютером или телефоном, само по себе не несет пользы здоровью, в особенности детскому.

В том возрасте, когда ребята более впечатлительно на все реагируют и принимают «близко к сердцу», погружение в онлайн-игры может спровоцировать или ухудшить психические нарушения.

**Но не столь важно, сколько времени малыш проводит за экраном, более внимательно нужно относиться к его повседневной жизни.**

Если он не подает никаких признаков расстройств и отклонений, пара часов в день, проведенных за играми, не навредят. Оставить ребенка с СДВГ за компьютером до двух часов подряд допускается, ведь это один из способов отвлечься и занять внимание. Но следите за его деятельностью в интернете, чтобы травмирующая составляющая не заинтересовала малыша.

## Как игры помогают детям с СДВГ

Внимание детей с гиперактивностью очень трудно удержать, как и их самих на одном месте длительное количество времени. Способа обучения, который бы заинтересовал малышей в полной мере, не существует.

Однако психологами и логопедами были придуманы особые игровые упражнения, обладающие не только развлекательным, но и познавательным характером, а также облегчающие воспитание ребенка. Мы описали техники, направленные на развитие различных областей. Но стоит заметить, что все они разработаны под общие симптомы и могут не подойти конкретно в вашей ситуации.



## Эмоциональные нарушения развития у детей

Безусловно, все любящие родители заботятся о здоровье своих малышей. Однако зачастую мамы и папы обращают внимание исключительно на физическое развитие ребенка, почему-то не уделяя должной заботы эмоциональному состоянию малыша.

**Вот только эмоции играют в жизни человека далеко не последнюю роль.**

Эмоции появляются с первых дней жизни малыша, с их помощью ребенок общается с родителями, давая понять, что он огорчен, испытывает боль или ему хорошо.

По мере взросления ребенок не просто сообщает родителям, что испытывает дискомфорт, потому что голоден или у него болит живот, но и начинает проявлять более сложные эмоции. Как и взрослый человек, малыш учиться радоваться, восторгаться, грустить, удивляться или злиться. Правда главным отличием пятилетнего ребенка от годовалого малыша является не только то, что он умеет чувствовать «широко», но и то, что он умеет контролировать свои эмоции.

**В современном обществе специалисты все чаще пытаются привлечь внимание к такой серьезной проблеме, как эмоциональные нарушения у детей.**

### Причины и последствия эмоциональных нарушений у детей

По данным медицинской статистики в 50% случаев нарушения эмоциональной сферы у детей, окончивших младшую школу, выражаются в развитии нервных заболеваний. Это очень тревожный результат, тем более учитывая тот факт, что мы говорим о нервных заболеваниях детей, которые не достигли и 16 лет.

Детские психологи полагают, что основными причинами возникновения эмоциональных нарушений у детей могут стать:

- перенесенные в детстве заболевания и стрессы;
- особенности физического и психоэмоционального развития ребенка, в том числе задержки, нарушения или отставания в интеллектуальном развитии;
- микроклимат в семье, а также особенности воспитания;
- социально-бытовые условия проживания ребенка, его близкое окружение.

Нарушения в эмоциональной сфере у детей могут быть вызваны и другими факторами. К примеру, психологическую травму детскому организму могут нанести фильмы, которые он смотрит или компьютерные игры, в которые играет.

Эмоциональные нарушения у детей проявляются чаще всего в переломные периоды развития. Ярким примером такого психически нестабильного поведения может служить так называемый **«переходный возраст»**. Молодые люди бунтуют всегда, но особенно это заметно в подростковом возрасте, когда ребенок начинает определяться со своими желаниями и оценивает собственные возможности.

Наиболее часто встречающимися проявлениями эмоциональных нарушений у детей являются:

- общая тревожность ребенка, а также наличие страхов и излишняя боязливость;
- эмоциональная истощаемость;
- агрессия, причем порой беспричинная;
- проблемы в общении и взаимодействии с другими детьми или взрослыми;
- депрессия.



## Коррекция эмоционально-волевых нарушений у детей

Прежде чем говорить о методах коррекции эмоционально-волевых нарушений у детей, стоит дать определение данной проблеме.

Эмоционально-волевая сфера или другими словами психоэмоциональное состояние человека представляет собой динамику развития его чувств, а также эмоций. Поэтому эмоционально-волевые нарушения у детей – это не что иное, как нарушения психического состояния.

**При нарушении эмоциональной сферы у детей появляется чувство сильной тревоги или апатии, настроение становится мрачным и ребенок замыкается в себе, начинает проявлять агрессию или впадать в депрессию.**

Для того чтобы улучшить состояние ребенка, страдающего эмоциональными нарушениями, следует обратиться к профильному специалисту. Тот в свою очередь начнет индивидуальную или групповую работу с ребёнком, а также расскажет родителям, как себя правильно вести при психической нестабильности малыша.

Психоэмоциональные нарушения поддаются успешной коррекции в случае раннего обнаружения и грамотного подхода к работе с ребёнком.

## Несколько советов для родителей, которые столкнулись с эмоциональными нарушениями у детей

1. В общении с травмированным ребенком постарайтесь сохранять абсолютное спокойствие и показывать свое доброжелательное отношение;
2. Чаще общайтесь с ребенком, спрашивайте его, сопереживайте, в общем, интересуйтесь тем, что он чувствует;
3. Играйте или занимайтесь физическим трудом вместе, рисуйте, уделяйте ребенку больше внимания;
4. Обязательно следите за детским режимом дня;
5. Старайтесь не подвергать ребенка стрессам и излишним переживаниям;
6. Следите за тем, что смотрит ваш ребенок. Насилие на экране телевизора или в компьютерной игре только усугубит эмоциональные нарушения;
7. Поддерживайте ребенка, помогайте сформировать уверенность в себе.

Устранить нарушения эмоциональной сферы у детей поможет детский психолог, который при помощи специальных развивающих игр объяснит ребенку, как правильно реагировать на возникающие стрессовые ситуации и контролировать свои чувства.

Однако участие родителей в устранении психоэмоциональных нарушений детей никто не сможет заменить, поскольку малыши доверяют своим родителям и, конечно же, берут с них пример.

**Решающим фактором в коррекции нарушений психоэмоционального характера является внимание со стороны взрослых.**

Научитесь уделять больше внимания своему ребенку, помогайте ему разобраться в чувствах и эмоциях. Терпение, забота и безграничная родительская любовь помогут сохранить психическое здоровье ваших детей.



## ТОП 5 игр для снятия психоэмоционального напряжения у детей

1. **«Вместо ссоры помирились».** «Разбейтесь на пары, повернитесь друг к другу спиной. Представьте себе, что вы поссорились. Вот-вот начнется драка. Пальцы сожмите в кулаки. Глубоко вдохните, сожмите челюсти, закройте дыхание, надуйте щеки. Надуйте щеки как можно сильнее. Затем быстро развернитесь к своему партнеру и пальцами «сдуйте» его надутые щеки. Смешно, весело, ругаться уже неохота. Ура! Можете обнять своего друга». Для этого упражнения можно предложить выбрать себе в партнеры наименее привлекательного для данного участника человека из группы.

2. **«Коврик злости».** В специально отведенном уголке лежит «коврик злости» (обычный маленький коврик с шероховатой поверхностью). Если ребенок пришел агрессивным к окружающим или потерял контроль над своими действиями, предложите ему посетить волшебный коврик. Для этого ребенку нужно разуться, зайти на коврик и вытирать ножки до тех пор, пока ему не захочется улыбнуться.

3. **«Ящик с обидками».** Материалы: картонный ящик и газета. Ребенок комкает куски газеты в шары и кидает их в стену. Они падают, оставаясь на полу, а он продолжает комкать все новые куски газеты и кидать в стену до тех пор, пока не устанет. Если ребенка обидели, то ему можно посоветовать сопровождать каждый бросок словами, адресованными обидчику. Когда ребенок устанет и немного успокоится, можно вместе с ним собрать бумажные комки и сложить их до следующего раза, объясняя ему, что он всегда может ими воспользоваться наедине в своей комнате, когда снова почувствует сильное напряжение и желание злиться.

4. **«Подушка-колотушка».** Агрессия у ребенка накапливается постепенно и спонтанно выплескивается, после такого всплеска он снова становится спокойным и уравновешенным. Если ребенку дать возможность выместить агрессию на какой-либо объект, то агрессивных проявлений станет меньше. Для этой цели используется специальная «подушка-колотушка». Можно взять старую большую подушку, диванную тяжелую подушку или использовать старую наволочку – набить ее ненужными тряпками. Такую подушку ребенок может спокойно колотить и пинать, вымещая на ней накопившиеся за день негативные чувства. Проживая свою агрессию до того, как накопит негативные эмоции, ребенок становится более спокоен в повседневной жизни.

5. **«Бои без правил».** Эта игра обычно очень нравится детям, вызывает целую бурю положительных эмоций, помимо этого подушечные бои помогают ребенку выплеснуть свою агрессию вовне без нанесения физического вреда окружающим. В бою принимает участие двое детей или ребенок и родитель. Сделайте импровизированный канат (подойдет бельевая веревка, скрученная в жгут простыня и т.д.) и положите в большую наволочку маленькую подушку – получится орудие для подушечного боя. Один участник встает на канат, а другой должен с помощью подушки сбить своего противника с каната, вывести из равновесия. Потом меняются местами.



## Нарушения в развитии коммуникативных навыков у ребёнка

Еще Аристотель сказал, что человек – существо социальное.

Его жизнедеятельность неразрывно связана с обществом, которое играет огромную роль в формировании личности.

С раннего детства малыш постигает секреты поведения в различных ситуациях дома, в кругу сверстников, в общественных местах и т. д. Важнейшая роль на этапе взросления отводится именно родителям. Члены семьи первыми приобщают ребенка основные правила поведения, умение ясно выражать свои мысли. Это необходимо для того, чтобы дети могли комфортно ощущать себя среди окружающих, общаться, развиваться, получать знания.

**Приобретаемые навыки межличностных отношений называют коммуникативностью.**

**Они закладываются еще в дошкольном возрасте, а развиваются и совершенствуются всю жизнь.**

### Что такое коммуникативные навыки?

Латинское communicativeness переводится как «сообщающийся», то есть, умеющий общаться.

Понятие «коммуникативность» – это положительное качество человека, которое характеризует одну из нравственно-этических сторон его воспитания. Оно выражается в умении личности устанавливать контакт («сообщаться») с другими людьми, строить с ними определенные отношения.

Поэтому перед взрослыми изначально стоит важная задача – научить ребенка: понятно выражать и пояснять свои мысли, ощущения, эмоции и т. д.; правильно и без искажения воспринимать получаемую информацию, то есть, обмениваться мыслями, идеями, переживаниями с другими людьми.

**Психологические способности к коммуникации носят индивидуальный характер.**

Они обеспечивают степень эффективности взаимодействия людей между собой. Кому-то это удается проще, легче, а другой испытывает затруднения, дискомфорт.

Разумеется, следует учитывать врожденные качества человека.

Но, благодаря применению специальных методик, можно существенно улучшить степень взаимодействия личности с окружающими.



## Какие коммуникативные навыки нужно развивать у ребёнка?

Опытные педагоги и психологи считают, что существует несколько основных навыков коммуникативности, которые необходимо развивать.

Прежде всего, стоит вырабатывать у ребенка желание общаться.

Второе – объяснять правила и демонстрировать нормы эффективного взаимодействия с другими людьми (например, поддерживание беседы, умение уходить от конфликта или выходить из сложной ситуации).

Третье – развивать комплекс практических умений, к которым относится:

- непосредственное обращение к собеседнику;
- тактичное привлечение внимания к собственной персоне;
- аргументация выдаваемой информации;
- дружелюбие; принятие позиции собеседника;
- навык увлечь другого человека собственной идеей, мнением;
- умение выслушивать и сопереживать;
- баланс «не конфликтности».

**Присутствие всех этих составляющих в человеке дает возможность успешно взаимодействовать в социуме, то есть быть коммуникабельным**

## Особенности формирования навыков коммуникации у дошкольников

Дошкольный возраст делится на несколько стадий. Каждая из них отличается своими особенностями общения:

**-от рождения до 2-х лет** – ребенок контактирует с ограниченным кругом лиц, постигая первые азы взаимодействия;

**-2-4 года** – время от времени малыш уже вступает в эмоционально-практическую (играет, разговаривает) связь со сверстниками;

**-с 4 и до 6 лет** наступает ситуативно-деловой период коммуникации (взаимодействуя со взрослыми и сверстниками, малыш познает мир, поведенческие нормы и другие стороны жизнедеятельности), который происходит, в основном, в игровой форме;

**-к 7 годам** формируются избирательно-постоянные предпочтения коммуникации, где ребенок общается с определенным кругом людей. Кроме семьи, это могут быть воспитатели, репетиторы, а также друзья, разделяющие его интересы в играх и другой деятельности.

**Подрастая, ребенок расширяет представление о практических навыках партнеров по взаимодействию, проявляет интерес к неизвестным сторонам личности. Благодаря полученным знаниям, появляется способность оценивать самого себя и свои возможности.**



## Возможные нарушения коммуникативных навыков

В комфортной и знакомой обстановке дети хорошо контактируют как со Взрослыми, так и со сверстниками, отличаются непосредственностью, любознательностью, желанием совместно выполнять какие-то действия, играть. Но бывают случаи, когда Взрослые замечают периодическое или стойкое нежелание ребенка общаться с другими людьми.

**Такое поведение может быть вызвано:**

- определенными физиологическими причинами (нарушением мозговых функций, наличие отклонения слуха, речи, наследственными заболеваниями);
- психологическими нюансами – неполадками в семье, неудачами в предыдущих попытках общения с ровесниками или Взрослыми и, как следствие, получением эмоциональной травмы.

Не стоит забывать, что темперамент ребенка также влияет на развитие навыков коммуникации:

- **сангвиники** общаются свободно, просто и легко сходятся с людьми;
- эмоциональность и вспыльчивость **холериков** накладывает свой отпечаток на взаимодействие с окружающими;
- сложно сходятся с людьми **флегматики**, но они спокойны, отличаются постоянством в своих привязанностях;
- **меланхолики** – замкнутые, часто не уверены в себе, обидчивы.

Некоторые затруднения в общении испытывает практически каждый ребенок. Но если родители наблюдают явно выраженные проблемы в общении, поведении ребенка, стоит обратиться к специалисту. Только детский психолог поможет определить причину, найдет способ ее исправить.

### Ошибки родителей

Каким вырастет маленький человек в будущем, зависит от ближайшего окружения. Семейные взаимоотношения оказывают важнейшее влияние на формирование личности. Малыш рано начинает понимать, какое поведение уместно в определенной ситуации.

**Иногда родители допускают серьезные ошибки, которые значительно затрудняют развитие коммуникабельности. Вот некоторые из них:**

-Малыш вырастет капризным и избалованным, будет болезненно воспринимать отсутствие обожания от окружающих, если в семье каждый его поступок воспринимается с восхищением, а Взрослые выполняют все его прихоти.

-Если родители поощряют только соблюдение внешних приличий, не интересуясь внутренними ощущениями подрастающего человека, то его нормой поведения станет лицемерие.

-У детей, которые постоянно получают наказание за малейшие шалости, формируется сознание «трудного ребенка». Это приводит к деформации неокрепшей психики малыша. Ребенок стремится угодить, помочь, выполнить, а похвала достается кому-то другому. Итогом подобной ошибки станет развитие неуверенности в себе, завистливости.



## Игры на развитие коммуникативных навыков

Следует помнить, что игра должна соответствовать возрасту ребенка. То есть быть понятной и доступной.

Если в семье несколько детей или игра предлагается среди других малышей (во дворе), то роль ведущего предлагается каждому по очереди. Взрослый первым показывает пример, объясняет правила, следит, чтобы участвовали все. Кто-то застенчив, отстранился – необходимо мягко и ненавязчиво помочь ему присоединиться к играющим.

1. Двух-трехлетним малышам (и детям постарше, если они впервые собрались вместе) можно предложить игру, которая помогает установить контакт, например, **«Поезд»**. Взрослый (у старших детей это может быть один из ребят) играет роль «Паровозика». Он говорит: «Я веселый Паровозик, меня зовут (имя)». Обращаясь к ребенку, спрашивает: «Вагончик, а тебя как зовут?». Малыш называет свое имя, «Паровоз» предлагает ехать дальше вместе. Они «подъезжают» к другому малышу, знакомятся с ним и двигаются дальше уже втроем и т. д. Действия могут быть дополнены специфическими звуками («чух-чух», «ту-ту»), а маршрут продлевается и разнообразится с каждым «присоединившимся вагоном».
2. Чтобы показать ребенку, что общение может быть бессловесным, вызывать эмоции, можно поиграть в игру **«Рассмеши Несмеяну»**. Взрослый делает «серьезное лицо», а ребенку предлагается мимикой, жестами, позами заставить «Несмеяну» улыбнуться. Дальше можно поменяться местами (ребенок «Несмеяна», а взрослый его смешит).
3. Эмоциональный контакт и взаимоведливость можно развивать, играя с детьми в **«Комплименты»**. По очереди говорить друг другу приятные слова, не повторяясь. При этом смотреть в глаза. В ответ – благодарить.
4. Игра **«В королевстве зеркал»** научит детей разбираться в эмоциях, выражать их жестами, мимикой. Например, ведущий показывает, как он радуется. Дети повторяют, называют эмоцию. Также изображают, как еще можно выразить радость и т. д.
5. Понимание другого человека, желание сделать для него что-либо можно раскрывать, играя в **«Цветик-семицветик»**. Отрывая лепесток заранее сделанного цветка, ребенок загадывает простое желание. Например, подпрыгнуть – играющие выполняют его. Очередь переходит к другому и т. д.
6. Играя с малышами в **«Мышеловку»**, помогаем понять, как можно находить выход из затруднительного положения. Все играющие становятся в тесный круг. В середине «Мышка», которая должна найти «лазейку» или уговорить кого-то «выпустить ее. Если ребенок играет с одним из родителей, его можно просто крепко обнять и предложить «ускользнуть» или «освободиться», уговорив маму или папу.

**Любую ситуацию можно обыграть так, чтобы показать важность взаимодействия друг с другом.**

**Читая ребенку сказку, беседуя о содержании, комментируя действия, вы также воспитываете коммуникативные навыки.**





## Упражнения, развивающие коммуникативность

Простые упражнения также способствуют приобретению ребенком коммуникативных навыков.

1. Например, малышу предлагают выбрать картинку. Он взял изображение грустного мальчика. Взрослый рассказывает: «Это Андрейка. Он потерял машинку. Ему грустно». Дальше можно спросить у ребенка о том, как ему помочь.
2. Разделив пространство (стол) на две половины, предложить малышу разложить позитивные и негативные картинки: на одну сторону изображение с улыбающейся девочкой, на другую – с плачущей; целая чашка – разбитая; новая машинка – без колес и т. д.
3. Старшим дошкольникам можно предложить составить небольшой рассказ по одной из пар иллюстраций. Определенными картинками выкладывается пословица. Детям читаются несколько. Они должны выбрать более подходящую к подобранным изображениям и объяснить свой выбор.
4. Можно прочесть сказку, предложить выбрать серию иллюстраций к ней, разложить в правильной последовательности. Затем обсудить действия героев повествования.
5. Ролевые игры, инсценировки также способствуют приобретению коммуникативных навыков у дошкольников.

## Настольные игры

**Настольные игры могут стать замечательным способом не только развития коммуникативных навыков ребёнка, но и семейного досуга.**

**"Активити для малышей".** Отлично тренирует ораторские способности и умение понимать, что имеют в виду оппоненты: здесь нужно тремя способами объяснить слова с карточек. Чтобы могли и совсем маленькие, слова сопровождаются картинками. Эдакая яркая угадайка.

**"Крокодил Детсколегкий".** Это компактная версия большого классного Крокодила, задания в котором сделаны специально для детей с 6 лет. Это игра на объяснение слов, поэтому она здорово тренирует и риторику, и свободу движений, и делает вклад в развитие коммуникации разными способами: жестами, словами, рисунками.

**"Имаджариум".** Это игра на ассоциации, которая работает в коммуникации со стороны понимания чужого мышления. Кто-то берёт картинку и произносит ассоциацию с ней, а другие пытаются и у себя найти подходящие картинки. Потом все пытаются угадать, какая же была изначальной.

**"Данетки".** Это известная многим с детства игра. В ней есть финалы историй, а игроки должны распутывать причины этих финалов, задавая ведущему вопросы на Да и Нет. Отлично работает дедукция, коллективный разум и умение задавать закрытые вопросы.



## Интеллектуальные нарушения развития у детей

Нарушения интеллектуального развития у детей - острая проблема современности. Самый частый диагноз, который ставят детям - задержка психического развития.

ЗПР диагностируется с 3 лет

Чем раньше родители обратят внимание на проблему, тем лучше.

### К каким специалистам обращаться, если у ребенка задержка психического развития

Обследование должна осуществлять психолого-медико-педагогическая комиссия.

В её состав входят:

- **Детский психолог**, способный отличить ЗПР от других проблем или установить, что школьник формируется в пределах нормы.
- **Логопед**, анализирующий развитие речевого аппарата, выявляющий проблемы по своему профилю.
- **Дефектолог** - в узком смысле, коррекционный педагог. В широком - специалист, оказывающий помощь малышам дошкольного возраста и ребятам постарше, у которых выявили отклонения в развитии.
- **Педиатр**, выступающий в качестве некоего координатора. Выясняет общие проблемы и решает, какие узкие специалисты могут с ними справиться.
- **Детский невролог**, определяющий заболевания по профилю.
- **Нейропсихолог**, помогающий развивать мозг ребенка через игровые и двигательные техники.
- **Психиатр**.

В состав комиссии при необходимости могут быть включены другие специалисты.

Перечисленные врачи собирают и изучают анамнез, анализируют условия жизни пациента, проводят нейропсихологическое тестирование, обследуют речь, читают имеющуюся медицинскую документацию, относящуюся к школьнику, беседуют с пациентом.

**Заключение о наличии или отсутствии ЗПР у ребенка делают на основании данных, полученных в результате обследования.** Но если понадобится, могут назначить электроэнцефалограмму, компьютерную томографию, МРТ и так далее.

### Особенности игровой деятельности ребенка с ЗПР

Ролевая игра - это вид непродуктивной деятельности, где важен не результат, а процесс.

Сначала дети учатся взаимодействовать с предметами, а потом примеряют на себя роли взрослых.

**Игровая деятельность дошкольников с ЗПР имеет такие особенности:** дети не заинтересованы в выполнении выданной им роли; ребята не могут развернуть игру, предложенную взрослым человеком; характерна «игра рядом», когда несколько детей договариваются участвовать в одном сюжете; ярко выражены манипуляции с предметами.

Для старшего дошкольного возраста - 5, 6 и 7 лет - это не является нормой. Такие особенности в играх характерны для детей с ЗПР, но не наблюдаются в других случаях, когда у ребенка нет задержки психического и речевого развития.



## Что нужно учитывать взрослым, приступая к занятиям

К процессу необходимо подходить максимально ответственно. Нужно учитывать, что дети с задержкой психического развития воспринимают информацию и реагируют на события не так, как сверстники без нарушений. Необходимо помнить важные моменты:

**1. У таких детей ослабленная память.** Они не могут запоминать даже относительно небольшие объемы информации. В процессе игровой деятельности ребенку нужно указывать на важные моменты. Желательно делать это регулярно, с определенной периодичностью, не перегружая его большим объемом данных.

**2. Есть проблемы с формированием образов в детском мозге.** И даже если с этим всё в порядке, то ребятам с ЗПР сложно переносить имеющиеся представления, которые были получены в стандартных ситуациях, на новое и еще не совсем понятное.

**3. Ребята с ЗПР отличаются импульсивностью.** Это характерная черта ролевых игр с участием детей, у которых есть нарушения: младших дошкольников и даже учеников старших классов. Она проявляется по-разному, в зависимости от возраста. Дети 2, 3 и 4 лет быстро переключаются с одних игрушек на другие. Например, малыш может с большим желанием надевать костюм пожарного и тут же, забыв про все, начинает играть в машинки. У старших всё немного сложнее. Но признаки импульсивности тоже можно выявить. Например, ребенок принимал участие в какой-то подвижной игре, и ему нравилось, а потом быстро переключился на что-то спокойное.

**4. Возникают трудности при организации ролевой игры с участием ребят с ЗПР.** Дети мало общаются друг с другом, слабо взаимодействуют, поэтому возникают конфликты. Всё это касается сюжетно-ролевых игр, где необходимы внимание, заданное поведение и понимание сути.

Все эти моменты очень важно учитывать в работе и следует прилагать усилия для того, чтобы развивать интеллект детей. Это касается родственников, сотрудников ДОУ, психологов – всех, кто должен или вызвался заниматься с детьми, у которых наблюдается ЗПР.

Нужно создать комфортные условия, чтобы ничего не мешало играть, развиваться, улучшать коммуникативные функции. Роль взрослого в этом сложно переоценить. Зная особенности детей с ЗПР, он должен контролировать процесс, вовлекать, помогать.

## Где брать материалы для игр

Для примера назовем профессиональную литературу, где можно ознакомиться с играми для детей с ЗПР.

**Занятия развивают фантазию, повышают интеллект, помогают догнать сверстников:**

- Е.С. Слепович «Игровая деятельность дошкольников с задержкой психического развития»;
- «Театрализованные игры в детском саду». Авторы: Петрова Т.И., Сергеева Е.Л., Петрова Е.С.;
- Карабанова О.А. «Игра в коррекции психического развития ребенка».

Можно использовать учебники других авторов.



## Развитие Внимания у дошкольников с ЗПР

Можно было бы кратко перечислить самые часто используемые игры, но тема важная, поэтому будем разбирать подробно. При развитии детей с ЗПР необходимо отдельно прорабатывать каждую психологическую сферу. Для улучшения внимания можно применять такие игры:

1. **«Ладочки»**. Простая игра, суть которой не всегда и не всем просто понять по описанию. Детей рассаживают рядом друг с другом. Левую руку каждый ребенок кладет на правое колено сидящего слева. Правую руку – на левое колено сидящего справа. Получается, что у каждого ребенка на коленях лежат руки товарищей. По команде ведущего дети должны поднимать руки. Получается волна. Задание легкое, но бывают ошибки. Если рука поднимается не вовремя, то участник выбывает из игры.

2. **«Летает, не летает»**. Дети становятся полукругом и внимательно слушают ведущего. Он называет летающие и нелетающие вещи: технику, насекомых, животных, неодушевленные предметы. Когда произнесено то, что летает, например, самолет, дети должны поднять руки. Если говорится «чемодан», а это нелетающий предмет, ребятам нужно оставаться неподвижными. Ведущий умышленно должен иногда поднимать руку, когда называет нелетающие предметы. Это нужно, чтобы запутать детей. Ведь они должны научиться не просто подражать, а, рассуждая, определять, летает ли предмет или нет.

3. **«Найди отличия»**. Как можно догадаться, суть игры в том, чтобы ребенок находил отличия между двумя картинками. Если речь идет о 3-летнем малыше, раннем возрасте, то различий должно быть минимальное количество. Например, два или три. Если дошкольник будет хорошо справляться с задачей, нужно усложнять ее. Картинки можно рассматривать онлайн, дистанционно. Лучше, чтобы они были на бумаге, чтобы ребенок мог их держать и внимательно рассматривать.

4. **«Где звонили?»**. Игра подойдет как для младших дошкольников, так и для детей начальной школы. Ребята делятся на несколько групп, каждой из которых выдают какой-нибудь инструмент, издающий звуки. Например, колокольчик, дудку, свистульку и так далее. Главное, чтобы предмет издавал звук. Можно брать вещи, которые не свистят, не звенят, а, например, шуршат или гремят. Выбирают ведущего. Он с закрытыми глазами должен определить, в какой части комнаты звонили. Если угадает правильно: даст ответ и укажет рукой, то водить начинает другой участник игры.

5. **«Кто услышит?»**. Еще одна игра, связанная с ушами и восприятием мира. В школьном или детсадовском актовом зале педагог прячется за ширмой и с помощью разных предметов издает звуки. Задача детей: рассказать, что они услышали.

6. **«Краски»**. Это психологическая игра на внимание, в ней нужно использовать органы зрения. Ребенку показывают картинку и потом быстро прячут её. После этого он должен назвать цвета, которые были на изображении. Внимание: важно, чтобы ребенок запомнил именно цвета, а не то, что было нарисовано. Если он способен рассказать обо всем сразу – это хорошо.

7. **«Девочки» или «Хрюши»**. Ребенку выдают лист бумаги с напечатанными лицами детей или порсят и просят сосчитать одинаковые изображения либо те, в которых есть что-то общее. Например: «Сосчитайте девочек со светлыми волосами».



## Игры на развитие памяти у дошкольников с ЭПР

Это тоже большой блок. Задача занятий – стимулировать ребенка запоминать различные вещи, предметы, события. Расскажем о нескольких, чтобы понять их смысл:

1. **«Картинки»**. Ребенок должен называть все предметы, которые он видел на картинке. Игра подходит для разных групп – дошкольников и тех, кто посещает подготовительные классы, потому что есть возможность выбрать уровень сложности. Например, ребенку в 4 года показать 2-3 предмета, а тому, кто старше – 6-7. Это полезное упражнение для детей, у которых нет ЭПР, ведь умственное развитие необходимо всем.

2. **«10 отличий»**. Для развития памяти игру можно усложнить, немного поменять условия. Например, ребенок смотрит 10 минут на картинку, её убирают, и он разглядывает другое изображение. Задача – назвать отличия, не имея возможности посмотреть на обе картинки сразу.

3. **«Запомни зоопарк»**. Ребенку показывают различных животных – мягкие игрушки или карточки с ними. Затем дошкольник должен рассказать, кто именно был в зоопарке. Чем больше животных будет названо, тем лучше.

4. **«Опиши игрушку»**. Это упражнение выполняют дети 5-7 лет, и уровень интеллекта у них становится выше. Суть проста: ребенку в течение 2 минут показывают игрушку. Малыш должен выработать навык запоминания, не забыть детали. Игрушку забирают. Спустя полчаса ребенка нужно попросить описать предмет, который он рассматривал. Это упражнение рекомендуется делать каждый день.

## Мышление и познание дошкольников с ЭПР

Маленьким детям можно предложить игру **«Кто что любит?»**. Для этого нужно купить или изготовить карточки, сделать аппликацию на бумаге. Ребенок должен сопоставить животное и еду, которую оно любит. Можно не усложнять и использовать стереотипы: ёжик – грибы, заяц – морковь и так далее. Игру с такими тематическими карточками нужно начинать заново каждый день. Важно тренироваться регулярно, чтобы интеллект повышался.

**«Назови одним словом»**. Можно играть со старшими дошкольниками или школьниками. Смысл такой: ребенку необходимо назвать слово, которое объединяет несколько вещей из одной сферы. Например, волк, заяц, рысь, лев, тигр – это все животные. Для детей постарше, с которыми работают индивидуально дома, у психолога или в коррекционной группе, можно устраивать «игру наоборот». Задается какое-то слово, отталкиваясь от которого ребенок должен назвать понятия, соответствующие специфике. Например, транспорт: самолет, поезд, автомобиль, пароход и так далее.

**«Чередование»**. Можно использовать разные вещи: краски, в том числе и пальчиковые, однородные предметы, например, палочки и так далее. Ребенку предлагают сделать бусы или «выстроить» заборчик с определенной последовательностью цветов. «Бывает, не бывает».



## Особенности коррективы ЭПР у школьников

Лучше, когда задержку психического развития выявляют в более раннем возрасте. Но ситуации бывают разные: родители не обращали внимания на то, что у малыша есть отклонение, не приходили ранее к врачу с этой проблемой; специалисты проводили коррекцию в дошкольном возрасте, но диагноз не сняли, ребенку еще требуется лечение.

**ЭПР – пограничное состояние между нормой и умственной отсталостью. И проблема не только в задержке развития психики, страдает всё: память, внимание, эмоции, волевая сфера.**

Если у малыша в 3-4 года остались тревожные симптомы, то в школе с ними справиться сложнее. Например, от ребенка будут требовать вести себя тихо, спокойно, не вставать с места. А он из-за сниженной способности контролировать свое поведение не в состоянии все это выполнять. **Велика вероятность появления социальной дезадаптации.**

Ребенок с задержкой в развитии не сможет:

- нормально учиться;
- запоминать большие объемы информации;
- без проблем общаться со сверстниками и педагогами;
- проявлять активность там, где это требуется, и сдерживать себя в моменты, когда нужно просто сидеть тихо и слушать.

В сложных случаях ЭПР, если её не лечить, может превратиться в умственную отсталость. Проще и эффективнее поработать определенное количество времени с дошкольником, на которого пока не возлагают большую нагрузку в плане обучения. Желательно провести полную коррекцию до 7-летнего возраста.

При грамотной работе специалистов ребенок не будет отставать от своих одноклассников. **ЭПР – это отклонение, которое вполне поддается коррекции.**

## Как помочь ребенку в домашних условиях

**Родители могут организовывать игры, способствующие развитию.**

Например: поиск в квартире или доме игрушек, соответствующих определенным признакам; нахождение отличий на картинках; работа на внимательность. Нужно развивать мелкую моторику, проводить интеллектуальные занятия.

Важно обеспечить хорошую атмосферу в доме, чтобы не было стрессов, не возникало переживаний и тому подобного. **Остальным должны заниматься специалисты.**



## Особенности коррективной ЗПР у школьников

В этом разделе расскажем о методических приемах, которые помогут включить ребенка-школьника с ЗПР, в образовательный процесс, облегчат обучение.

1) Для развития артикуляционной моторики ежедневно перед уроками проводите с ребенком **артикуляционную гимнастику** - её **посоветует логопед**. Достаточно выбрать два-три упражнения из комплекса, для «показательных выступлений укротителя языка». Снимите ребёнка на свой мобильный телефон и покажите ему видео. Старательные повторения будут обеспечены вплоть до идеального выполнения упражнения. А после уроков и отдыха ребенок должен ежедневно выполнять весь комплекс упражнений.

2) Для **развития мелкой моторики рук** широко используется работа с пластилином, выкладывание мозаики, работа с ножницами (аппликации), разработаны комплексы упражнений (пальчиковая гимнастика). В интернете найдите и используйте штриховки, обводки, раскраски.

3) **При работе с прописями** дайте больше времени для обводки букв, чтобы ребенок отработал навык. Возможно, ребёнку понадобятся более крупные прописи. «Писать» буквы можно в воздухе, лепить их, раскрашивать, дописывать незаконченные. Не стоит обращать внимание на красоту письма, ведь мы понимаем, что ребенку со сниженной моторикой крайне трудно переключиться с одного мелкого и точного движения на другое. В случае невозможности осуществления ребенком слитного письма (что равносильно игре на фортепиано), можно разрешить в порядке исключения писать каждую букву отдельно («печатать прописными»). Не ругайте ребенка за то, что все валится у него из рук. Возможно это остаточные явления самого «легкого и стертого», но все же детского церебрального паралича.

4) **Развивая произвольное внимание**, необходимо широко использовать приемы его активизации: сюрпризные моменты («У меня что-то интересненькое»), игровые ситуации («Готов ли ты стать лучшим другом всех белых котят? Спаси их от собаки! То есть найди и сосчитай»). Задавая вопрос, предупредите ребенка: «Готовься, скоро твой вопрос». Просите ребёнка повторить короткое задание «как приказ солдату», «как просьбу бабушки» с соответствующей интонацией. Поощряйте ребенка: «Какой ты внимательный, не пропустил ни одной бусинки при раскрашивании». Задавайте ребенку уточняющие вопросы: «Что еще здесь нарисовано?». «Кто это в синей шляпе?» Самый непродуктивный прием: «Еще раз смотри внимательно!».

5) Если дано задание, **найти различия на двух изображениях, помните о замедленности восприятия ребенка**, не спешите спрашивать: «Нашел?», но и не давайте ребенку сидеть над рисунками долго, помните, что, смотря на картинку, он может не видеть ее, а рассматривать царяпину на столе. Активизируйте ребенка: «Начни смотреть сверху». «Обрати внимание на цвет бантиков»

6) В качестве наглядного материала **используйте рисунки с четкими контурами, яркие, контрастные, реалистичные**. В начале обучения на карточке, которую рассматривает первоклассник не должно быть более двух объектов (два предметных рисунка, две буквы, две цифры), их количество надо увеличивать постепенно (до пяти к концу первого класса).

7) Внимание школьника с задержкой психического развития в начале обучения редко может быть распределено по нескольким признакам (слушаю и пишу). Поэтому **подсказывайте**: «Слушаем, а теперь пишем», «напиши буквы красиво, только помни о границах строчки».



## Особенности коррективы ЭПР у школьников

8) **Достаточный уровень сформированности произвольного внимания помогает развитию произвольного восприятия.** Вглядываясь в рисунок в начале обучения, дети в качестве определенного, знакомого предмета, узнают чрезмерно большой круг объектов. Это происходит из-за того, что при восприятии предмета ребенок с задержкой психического развития «выхватывает» любую его часть и делает заключение об изображенном объекте по ней, без анализа других частей и заключительного синтеза. Так вместо контурного изображения настольной лампы ребенок видит гриб, вместо кошки - лису.

Присматриваться к предмету, видеть все детали поможет простая игра «Часть и целое». Взрослый бросает ребенку мяч и говорит: «Рука». Ребенок бросает мяч взрослому и говорит: «Палец». Взрослый с броском мяча снова говорит: «Рука». Ребенок в ответ: «Ладонь». Так, в игре активизируются в речи многие образы-представления Рука (палец, ладонь, запястье, локоть, фаланга, плечо). Дом (окно, крыша, чердак, подвал, подъезд) Усвоение названия предмета неизменно влечет за собой совершенствование восприятия этого предмета и наоборот. **Все названное должно быть увидено (наглядность, иллюстративность). Все увиденное должно быть названо.** Номинативная функция речи тесно связана с запасом образов-представлений.

9) В начале обучения школьник с задержкой психического развития может дать название четырех или пяти предметов из группы «овощи», «фрукты», «одежда». Можно расширить эти ряды за счет новых названий. Ребенок знает наиболее часто употребляемые названия овощей, фруктов. Но ведь можно попробовать лайм, авокадо. **Попробовать и назвать, затем нарисовать и еще раз назвать.** И вот уже в речи не только яблоки и груши, но и нектарин, финик. **Изучайте и новые группы:** например, насекомые, музыкальные инструменты, головные уборы, молочные продукты. В этих группах ребенок сначала может называть два, три предмета. Поиграйте с ним в игру с мячом «Я знаю пять имен». Сначала разрешите ребенку подглядывать на разворот книги или самостоятельно сделанного альбома с изображениями различных насекомых, музыкальных инструментах, деревьев, мебели. Увеличивайте со временем количество элементов в ряду. А альбом можно со временем убирать. Так будет тренироваться зрительная память.

10) Активное действие с материалом также облегчает запоминание. **Напишите запоминаемое четверостишие на бумаге и разрежьте его на строчки.** Предложите школьнику разложить строчки в правильном порядке. Все, что надо запомнить, должно иметь эмоциональную окраску.

Повторяя грамматическое правило с целью заучивания, **варьируйте повторения**, например, попросите ребенка прокричать, проплакать, прохрипеть его («как старый капитан»). Объем слухоречевой памяти поможет увеличить игра «У бабушки в сундучке». Называем предметы, лежащие в сундучке, повторяя всю цепочку и прибавляя свое слово. **Запомнить текст помогут пиктограммы**, самостоятельно нарисованные ребенком и обозначающие различные части текста. Необходимое условие запоминания - осмысливание материала, осознание содержащихся в нем фактов. Осмысленное запоминание отличается от механического («зазубривания») тем, что оно всегда происходит в единстве с процессами мышления, способствующими лучшему закреплению материала в памяти, большей точности и прочности.

**Используйте при запоминании сравнения** (пишем цифру два - лебедь плывет к окну, налево), учите ребенка разбивать запоминаемый текст на смысловые части и коротко называть их. Подбирая материал, **ищите информацию, имеющую для ребенка личностное значение:** «Сегодня учим стихотворение о твоих любимых машинах». Разучивая стихотворения, ребенок усваивает образцы правильного согласования частей речи, овладевает нормами грамматики.





## Особенности коррективы ЗПР у школьников

11) **Совершенствование диалогической речи** - одно из необходимых звеньев работы, направленной на повышения уровня общего развития ребенка. Выработайте умение задавать вопросы, побуждайте к речевым высказываниям: «О чем ты хочешь меня спросить? Про бабушку?». **Слушайте ребенка, задавайте уточняющие вопросы, давайте советы, помогайте сделать вывод.**

12) Трудности перехода детей с ЗПР к монологической речи обусловлены характерным для них слабо выраженным и быстро исчерпываемым побуждением в речи. С этой особенностью связано то, что более доступным для детей видом речи является диалог. В ходе развертывания беседы вопросы и реплики собеседника служат внешними опорами, создают все новые и новые мотивы для высказываний ребенка. Не пытайтесь на начальных этапах обучения просить ребенка: «Расскажи о .....**Начните с составления рассказа по картинкам**, на которых изображены понятные и близкие ребенку действия, явления. Наличие картинок поддерживает и конкретизирует начальный мотив, их последовательность предопределяет последовательность событий и ход развития сюжета.

13) Ошибочно на начальном этапе обучения повторять задание, требующее сложной деятельности в незнакомых условиях. Особенно трудны инструкции, где указывается только конечный итог деятельности. **Помните, что пересказ инструкции и воплощение ее в действие - два вида деятельности**, которые не соотносятся в должной мере у ребенка с ЗПР. Дайте задание и наблюдайте за деятельностью ребенка, организуя ее короткими уточнениями, служащими промежуточными этапами выполнения, или оценками: «Иди правее, увидел? Неси осторожно Молодец». То есть вы внешней речью организуете деятельность школьника.

14) **Самым сложным видом произвольной деятельности являются письмо и чтение.** Следует иметь в виду, что на каждом новом этапе обучения эти трудности проявляются в новом качестве. Помните об этом и наберитесь терпения.

15) **Резкое отставание в общем речевом развитии - основная причина, затрудняющая процесс овладения грамотой.** Трудности соотнесение звука речи с буквой - следующая причина, затрудняющая письмо и чтение. Имеются в виду трудности запоминания буквы как образа звука, причем параллельно идет смешивание сходных по написанию букв (по оптическому, кинематическому признаку и пр.). Здесь **поможет лепка букв, обводка буквы по бархатной бумаге пальцем или даже носом, дописывание незаконченных букв, моделирование букв из проволоки.**

16) Серьезным препятствием для усвоения грамоты служат **выраженные нарушения пространственной ориентировки и пространственных представлений.** Ребенок путает буквы с одинаковыми, но различно расположенными элементами, теряет строку, пишет зеркально, читает справа налево. Здесь очень действенным приемом является **очерчивание полей слева и срезание их ножницами справа: «Пиши только от моей красной линии».** На правую руку ребенка **повяжите красную шерстяную нитку. Указывая направления, дублируйте их названия реальными предметами (налево - к окну, направо - к двери).**

17) Отдельно следует остановиться на особенностях усвоения орфографических правил детьми с ЗПР, ведь правило надо запомнить, в правиле говорится о том, что нельзя потрогать руками. Это сразу затрудняет работу над ним. Даже если ребенок запомнил правило, он с трудом распространяет его на слова, не указанные в примерах, особенно редко употребляемые. Так зная, что предлоги с именами прилагательными и существительными пишутся отдельно, дети с нарушенным интеллектом начинают писать отдельно приставку и корень слова («на грады», «встанешь»). Здесь **главное не переходить к изучению нового правила, пока не автоматизировано ранее изученное.** Изучая новое правило, повторяйте выученное в прошлом. Постоянно искать новые примеры, иллюстрирующие правило. Сколько повторений, столько новых примеров. И не опускать руки, если «отбарабанил» правило про существительное и предлог, ребенок старательно пишет: «широкая у лица». Ведь пока «улица» и «у лица» для него совершенно одинаковые слова



## В заключение

### Нейропсихологические занятия с детьми: упражнения, игры, зарядка для коррекции нарушений от 1 до 12 лет

Нейропсихологические занятия с детьми – это не панацея, но результат есть, и он весомый, особенно если родители вовлечены в процесс и помогают своему ребёнку дома.

Нейропсихологическая коррекция – это исправление, изменение, приведение в норму процессов и функций, связанных с работой головного мозга: восприятия, внимания, пространственной ориентации, эмоционального реагирования, речи, памяти, моторики.

Все это определяет, насколько ребенок будет успешно учиться, взаимодействовать со сверстниками. В целом – как хорошо он сможет существовать в обществе.

Речь идет о детях разного возраста. Например, 4-5-летние малыши в дошкольных образовательных учреждениях, если имеют какие-то нарушения, не могут нормально играть в коллективе, общаться с другими ребятами и взрослыми.

Когда мальчик или девочка уже достигли школьного возраста, то им сложно дается учеба: чтение, счет и всё остальное. Проблемы могут быть и у подростка.

**В домашних условиях нельзя поставить точный диагноз.**

**Необходимо комплексное обследование, которое проводят специалисты. Родители могут лишь подозревать, что у ребенка есть нарушения психики или даже умственная отсталость. Но паниковать раньше времени не стоит. Если есть подозрения, что мальчик или девочка отклоняются в своем развитии от нормы, то нужно, чтобы это подтвердил врач.**

С 2-3 лет диагностируют задержку в развитии речи. С ребенком нужно работать над запоминанием новых слов, пополнением их запаса. Уделяют внимание развитию речевого аппарата. Необходимо работать над мелкой моторикой, потому что она напрямую связана с речью.

В 3-4 года, когда детей зачисляют в младшую группу дошкольного учреждения, малышам нужно учиться играть вместе, познавать мир.

В 5-7 лет дети должны осваивать первые навыки письма, знакомиться с книгами, рассматривать картинки и пробовать читать, учить стихи.

7-10 лет – возраст, когда у ребенка могут начаться проблемы с обучением. Если школьник не осваивает рабочую программу, не способен высидеть урок, коммуницировать со сверстниками, плохо пишет в тетради – это всё тревожные моменты. Возможно, нужны решения из области нейропсихологии. Решение принимается после консультации со специалистом.

**Нейропсихологические упражнения разрабатываются для  
различных возрастных групп.**

**При выборе одного из них лучше консультироваться со  
специалистом, поскольку в зависимости от тяжести проблемы  
могут понадобиться особые приемы, подходы к выполнению.**



## Первые 12 месяцев жизни

Ребенок еще мал, чтобы с ним серьезно заниматься. На первом году жизни ему **важно слышать речь родителей, тактильно изучать мир. Самые полезные вещи: массаж и купание (плавание).**

### От года до двух лет

Упражнения по нейропсихологии для детей такого возраста просты и набор их очень скромный. Нужно **читать малышу стихи и сказки**. Желательно, чтобы «репертуар» был ограниченным. Повторения полезнее, чем многообразие. Можно **играть в кубики, работать с небольшими предметами, чтобы активировалась мелкая моторика** – исключительно под присмотром взрослых. **Главное – заниматься.** Простые развлечения способствуют функциональному развитию.

### От 3 до 4 лет

Возраст, когда ребенок уже умеет говорить, вероятно, ходит в детский сад, у него есть довольно устойчивые представления о мире.

И тут игры более разнообразные:

«**Змейка**». Расставьте несколько стульев в шахматном порядке. Задача ребенка – аккуратно поползти между стульями на животе и на спине.

«**Хлопки**». На один хлопок малыш начинает двигаться. На другой – останавливается и замирает. В конце игры посчитайте до 10. После этого ребенок должен тихонечко присесть, успокоиться.

«**Замри-отомри**». Включите веселую музыку. Ребенок может под неё двигаться, танцевать. По команде «Замри!», малыш останавливается. «Отомри!» – начинает опять двигаться.

«**Канатоходец**». Положите на полу веревку. Ребенок должен по ней шагать, плотно прижимая стопы к полу. Нужно представить, будто веревка не лежит на земле, а натянута в воздухе.

Переходим к дыхательным упражнениям:

«**Нюхаем цветок**». Положите перед ребенком игрушку в виде растения. Можно вырезать цветок из бумаги. А можно взять и настоящий, если нет аллергии и других противопоказаний. Далее, ребенок носом глубоко втягивает воздух. Рот закрыт. Выдыхать малыш должен ртом. Так же сильно. Упражнение повторите 5 раз.

«**Свечка**». Можно взять настоящую свечу или муляж, если нет желания или возможности работать с огнем. Ребенок вдыхает через нос и сильно выдыхает через почти закрытый рот. Постепенно пламя необходимо отдалять от малыша, объяснив ему, что дуть с каждым разом нужно сильнее.



## 4-5 лет

**«Река и берег».** На полу положите Веревку. Она будет границей между рекой и берегом. По команде «Река!» малыш должен «нырнуть». По команде «Берег!» – «выбраться на сушу». Сначала команды чередуются последовательно. Затем, можно менять порядок. Например, несколько раз сказать: «Река!». Ребенок должен оставаться «в воде».

Есть более сложный вариант игры: Взрослый не только говорит, но и показывает, что нужно делать. Причем, сказав: «Река!», Взрослый может остаться «на берегу». Малыш должен слушать и реагировать на то, что произносятся, а не повторять движения. Если есть проблемы с этим упражнением, то можно предложить мальчику или девочке сначала проговаривать свои действия, мысленно определять, что нужно совершить, а потом уже «прыгать в воду» или «выбраться на берег». Это поможет успокоиться, сосредоточиться и выполнить всё правильно.

**«Теннис без ракеток».** На пустую ровную поверхность стола положите легкий шарик – как для пинг-понга. Задача каждого из двух игроков – задуть спортивный снаряд на сторону соперника. Идеально – чтобы шарик упал со стола. Условие: не касаться мячика руками, носом, ушами и всем остальным. Отличная тренировка для легких.

## 5-7 лет

**«Мама ничего не знает».** Делают карточки как фанты, на которых написаны задания. Мама тянет листок, на нем – простое упражнение. Но она не знает, как его выполнять. Например: «Сделай бутерброд». **Ребенок должен давать четкие инструкции:**

- Взять хлеб;
- нарезать его;
- Взять из холодильника соус и так далее.

Задания стоит придумывать любые, но такие, чтобы ребенок в 5-7 лет мог их детально описать. Можно привлечь к игре еще и папу – чтобы он помогал сыну или дочери, если малыш запутался.

**Существует вариант этой игры с рисованием.**

Ребенок изображает на листе какие-то простые фигуры, затем – рассказывает маме, что ей нужно сделать, чтобы получилось то же самое.

**Дыхательное упражнение «ветерок»:** ребенок набирает в рот воздуха. Далее, он должен изобразить с его помощью шум ветра, свист птицы или воинственный клич аборигена. То есть нужно каким-то образом прикладывать палец или целую ладонь к губам. Как именно – это он сам должен понять. Вначале могут подсказывать взрослые.



## 7-10 лет

Следующие упражнения можно делать и в 6 лет, и в 9, и в 7, 8, 10.

**«Угадай».** Возьмите 30–40 карточек. Например, с изображениями животных. Взрослый выбирает карточку. Ребенок должен узнать, какую именно. Для этого школьник может задавать вопросы. Но только такие, на которые можно ответить односложно. То есть, «да» или «нет». У ребенка 20 попыток. Перебирать карточки по очереди нельзя.

**Есть вариант сложнее:** карточки не используются. Взрослые загадывает любой предмет из конкретной категории. Например: птицы. Ребенок задает вопросы, получает на них ответы и, учитывая признаки загаданного, предполагает, что именно это было.

## Для подростков

**«Кулак-ребро-ладонь».** Можно выполнять упражнение за столом. Утром, днем и вечером. Оно простое, но положительно влияет на укрепление межполушарных связей. Нужно по очереди менять положение руки – сжать в кулак, поставить ребром на стол, затем положить ладонь.

**«Гравитационный планер».** Ребёнок садится и скрещивает ноги в лодыжках. Наклоняясь вперед, опускает руки вниз с одновременным выдохом. На вдохе поднимается, принимает исходное положение.

**«Сова».** Крепко взяться правой рукой за левое плечо, повернуть голову назад, глубоко вдохнуть, повторить то же самое с другим плечом, развернуть плечи, опустить подбородок на грудь, глубоко вдохнуть. Это упражнение помогает расслабиться, если подросток долго сидит.

## Универсальный комплекс для детей любого возраста

**«Следи за предметом».** Взрослый водит перед глазами ребенка игрушкой или любым предметом. Малыш должен следить глазами за вещью.

**«Реакция на звук».** Играющие договариваются, что на определенный звук ребенок должен показать какой-то знак. Например, выставить большой палец на руке. Малыш закрывает глаза. Взрослый издает звуки.

**«Вдохи, выдохи».** Ребенок принимает положение лежа на спине. На счет он должен делать вдохи и выдохи. Сначала – на ровный. Например: на 3 вдох, на 3 выдох. Далее, можно менять договоренности. Скажем: на 3 вдох, на 5 выдох.

**Это примеры упражнений. Их существует множество  
Можно найти видео с демонстрацией, посмотреть его онлайн бесплатно,  
изучить пособия.**

**Полные практические занятия со знанием дела проводят специалисты  
АНО "Сателлит"**