

Простые упражнения на заметку родителям

Знакомимся с простым упражнением «Фигуры» для развития зрительно-моторной координации у детей 5-7 лет.

👁️ Что такое зрительно-моторная координация и почему она важна?

Простым языком это скоординированная работа системы «мозг, глаза, руки», когда ребенок глазами видит и контролирует то, что делают его руки. От зрительно-моторной координации зависит аккуратность, скорость и ровность почерка, четкость и плавность чтения, навык аккуратного раскрашивания, штриховки, вырезания и т.д.

Поэтому рекомендуем использовать это упражнение со своим ребенком, тем самым вы поможете ему в дальнейшем в обучении.

Итак, предложите ребенку представить круг, треугольник и квадрат и проследить глазами по контуру воображаемых фигур. Сначала следует «рисовать» их глазами по часовой стрелке, затем против часовой. Повторите 4-6 раз.

👄 Также знакомимся с полезным упражнением для развития артикуляции, а именно для тренировки мышц челюсти.

Предложите ребенку встать и согнуть колени, завести ладошки за уши (большие пальцы должны касаться нижней челюсти), помассировать пальцами голову. Теперь нужно широко открыть глаза, поднять голову вверх, потянуть шею и сморщить рот, имитируя рыбу. Далее - медленно смотрим вокруг и имитируем разговор с другими рыбами.

🐟 Если ребенку сложно самому выполнить алгоритм действий - просто станьте второй «рыбкой» и сделайте упражнение вместе с ним.

И еще одно простое и веселое упражнение для развития координации движений.

Его можно выполнять разными способами. Например, предложить ребенку потанцевать, и когда музыка выключится, ему нужно замереть в позе, в которой он был. Задача ребенка - сохранять неподвижность столько времени, сколько *не звучит музыка*. Можно начинать с пауз по 3-4 секунды, а затем постепенно увеличить их до 10-13 секунд.

Беседа с ребенком из серии «Что хорошо?»

Для рассмотрения предлагается ситуация, с которыми ребенок мог сталкиваться или видеть со стороны. Обсудить с ребенком картинку, на примере можно объяснить поступок персонажа - правильный и неправильный. Ведь нельзя же все время быть идеальным ребенком! Обсудить и сделать правильные выводы из любых происшествий - всегда очень полезно.

Рассмотреть с ребенком ситуацию с мальчиком, который кормил голубей хлебом, но прогнал кошку - охотницу на птиц.

«Хорошо ли ребенок поступил в этот момент?» - данный вопрос и следует обсудить с ребенком, приходя к правильным выводам.



Добрый

примерный текст
для пересказа

Серёжа и мама гуляют. Серёжа ест вкусную булку. К нему подлетел голубь. Серёжа бросил птице кусочек хлеба. Тут же налетело много голубей! Голуби клюют хлебные крошки. Вдруг к голубям стала подкрадываться кошка. Серёжа замахал руками. Голуби испугались и улетели. А кошка обиделась и убежала.

– Кошка плохая! – сказал Серёжа.

– Да нет, – возразила мама, – кошка не плохая. Она просто охотник. Это в природе кошек, ничего тут не попишешь. Её нельзя отучить охотиться, как нельзя отучить мяукать и заставить лаять или кукарекать.

Любое понятие (в данном случае «добрый»), а не предмет усваивается и уточняется ребёнком достаточно продолжительное время. Обсуждения очень помогают правильному пониманию. Вот, к примеру, Серёжа добрый, потому что голубей накормил? Или потому что кошку прогнал? Ведь для кошки он в этом случае совсем не добрый, а даже наоборот!

Учите ребёнка доброжелательно и осознанно, без умиления или паники, относиться к животным. Голуби хорошие, кошка плохая – это не та оценка, которая должна быть у малыша. Собаки и кошки, хоть и давно одомашнены, хищники и охотники. Для того, чтобы у ребёнка появилось разумное отношение к живому, объясняйте повадки собак и кошек, чтобы детка не бросался со всех ног гладить их, но и не боялся панически. Объясните, что животные не любят резких движений, криков и опасаются незнакомых людей. И даже могут начать защищаться.