

Игры и упражнения

Для повышения работоспособности рекомендуется:

питьевой режим, использование массажных ковриков, перекрестные шаги, дыхательные упражнения (сдуть со своей ладони на ладонь соседа перо, ватку; «Футбол»), контрастные упражнения на напряжение и расслабление мышц: «Силач», «Раскачивающееся дерево», «Огонь и лед», «Рыбки и водоросли».

Упражнения на развитие произвольности

включают в себя игры с правилами, запретными словами и движениями, стоп-сигналами: «Ключик», «Тиши едешь, дальше будешь», «Пианино», «Лунный мячик», «Болгария», «Капитаны», «Запретное движение».

Упражнения для развития пространственных представлений

Формирование пространственных представлений происходит поэтапно:

1. Ребенок учится понимать схему собственного тела.
2. Формируется "перекодировка" - понимание схемы тела человека напротив.
3. Ребенок понимает плоскость листа (начало строки, графические диктанты).
4. Формируется понимание логико-грамматических конструкций.

Поэтому рекомендуется использовать игры и упражнения: маркировка левой руки, ежедневный повтор левой и правой стороны тела, спереди – сзади, раскладывание предметов на столе по инструкции, игры: «Робот», «Диспетчер и робот», «Муха», «Танчики».

Развитие межполушарного взаимодействия

заключается в тренировке реципрокных движений. Рекомендуется пальчиковая гимнастика и упражнения для рук с различными движениями, двучленное рисование, двигательные упражнения с пересечением средней линии тела, игра на музыкальных инструментах.

Рекомендации педагогам, если ребенку тяжело учиться:

-желательно посадить на первую парту не у окна (необходимо максимально исключить отвлекающие стимулы между партой ребенка и школьной доской);

- давать четкие инструкции, при необходимости повторить задание, разделять инструкцию на короткие фразы (пошаговое объяснение), обращать внимание ребенка на последовательность выполнения задания;

- при снижении концентрации на уроке для привлечения внимания использовать телесный контакт (например, рука на плечо);

- исключить выполнение домашнего задания на черновике с переписыванием на чистовик, поощрять самостоятельное исправление ошибок, не снижать оценки за исправление;

- не требовать повышенного качества выполнения заданий в конце работы (конец занятия, конец дня, недели);

- привлекать к активной деятельности на переменах (подвижные игры с правилами);

- регулярно проветривать помещение в перерывах между занятиями;

- свободный доступ к питьевой воде.

