

Говорящий ящик не заменит родителей



Мальшу нужно помочь водить карандашом по бумаге.

ВПЕРЕДИ НОВОГОДНЕ-РОЖДЕСТВЕНСКИЕ КАНИКУЛЫ: ОТЛИЧНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ОБЩЕНИЯ С РЕБЕНКОМ

О том, как можно с пользой провести каникулы, рассказывает Ульяна Александровна КУХАРЕВА (на фото), психолог школы №639.

— Дети обычно ходят на елки один-два раза. Но что предложить им еще? Можно водить в театры, на различные экскурсии, в музеи. Если повезет с погодой, очень рекомендую встать всей семьей на лыжи, на коньки.

Все это замечательно. Но детям (особенно начиная с 7 лет) необходимо общение со сверстниками. Устройте дома встречу с другими ребятами. Продумайте не только меню, но и программу. Для детей младшего школьного возраста и моложе необходим хотя бы минимальный сценарий (иначе дети будут лишь баловаться и шалить).

ВАЖНО: маленьким детям еще нужно учиться общаться и находить друзей. Помогите им. Расскажите, какие друзья были у вас, когда вы учились в первом, втором классах, где познакомились, какие чувства испытывали. Объясните ребенку, что если он может дружить с Васей (которого знает по детскому саду) или Петей (с которым занимается плаванием), то сможет подружиться и с кем-то из одноклассников. Если у вашего ребенка появятся друзья в классе, он будет чувствовать в школе себя гораздо комфортнее.

Современным мальчикам и девочкам, особенно из числа жителей мегаполиса, катастрофически не хватает эмоционального общения с родителями. Так что наступающие длительные выходные — отличная возможность как можно больше быть с детьми.

Сразу скажу: включение мультика или компьютерной игры вместо общения — очень порочная практика. Как обычно происходит? Ребенок приходит к маме с папой общаться, рассказать о своих делах (это для нас детские дела кажутся ерундой, а для ребенка они жизненно важны). Мы отмахиваемся от ребенка, предпочитая включить ему мультик, компьютерную игру. Теперь разберемся, что происходит с ребенком.

ПЕРВОЕ. Он понимает, что маме с папой не до него, что он — не главное в их жизни, что он и не очень-то нужен. И, что называется, почва из-под ног у него уходит, появляется тревожность, неврологические проблемы.

ВТОРОЕ. Появляется компьютерная зависимость. Компьютер заменяет эмоциональную поддержку родителей, становясь утешением для ребенка. И в дальнейшем, когда у ребенка будут неприятности, проблемы, он станет прибегать к этому спасительному средству. Так что не давайте ребенку вместо родителей железный ящик!

Совместные игры (например, лото), чтение, выполнение домашних дел будут только на пользу вашему ребенку.

Очень полезно занятие так называемым симметричным рисованием. Рекомендуется для любого возраста (подойдет и старшему поколению, в том числе людям, перенесшим инсульты). Если ребенок совсем маленький (до 3 лет), то нужно помогать ему водить карандашом по бумаге (см. рисунок).



ДОКАЗАНО

ЭФФЕКТИВНОСТЬ симметричного рисования увеличивается, если во время занятия звучит классическая музыка. Только, выбирая произведения, помните: чем младше ребенок, тем короче должна быть музыкальная фраза. То есть лучше выбирать классическую музыку в исполнении, адаптированную для детей.

Примеры музыкального фона

1. Чайковский. «Времена года», «Вальс цветов».
2. Бетховен. «Лунная соната», часть первая.
3. Брамс. «Венгерский танец».
4. Произведения Моцарта.
5. Марши из классических балетов и опер. Но прослушивание маршей подходит не всем детям.

ЧТО ДАЕТ СИММЕТРИЧНОЕ РИСОВАНИЕ?

Известно, что одно полушарие головного мозга у нас ведущее (может быть как левое, так и правое, у кого как), второе — вспомогательное. Но для лучшего развития интеллекта и способностей, данных от природы, было бы лучше задействовать оба полушария. К тому же, к сожалению, при сильной стрессовой ситуации, а также при интенсивном обучении эффективность работы вспомогательного полушария может значительно снизиться, что создаст проблемы с процессом восприятия и переработки информации. Поэтому очень важно заставить полноценно работать оба полушария. Это ключ к успешному интеллектуальному и творческому развитию. И мы помним: **не только мозг управляет телом, но и тело подает сигналы мозгу.** На этом, собственно, и основана методика симметричного рисования, благодаря которому:

- 1) увеличиваются интеллектуальные способности;
- 2) улучшается память;
- 3) повышается внимательность (что крайне важно для гиперактивных детей, страдающих синдромом дефицита внимания);
- 4) тренируются усидчивость, терпение;
- 5) происходит релаксация, расслабление (поэтому симметричное рисование особенно рекомендуется после уроков, напряженной умственной работы). Ребенок отдыхает.

То же относится и к взрослым. **Дополнительно техника симметричного рисования может использоваться в программе реабилитации инсультных больных.**

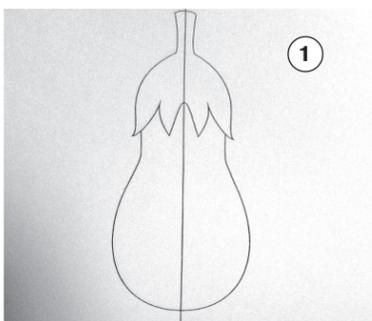
ТЕХНИКА СИММЕТРИЧНОГО РИСОВАНИЯ

1 Подготовительная часть. Родитель берет чистую бумагу, рисует на ней любую фигуру (желательно без острых углов). Для начала возьмите что-то простое: матрешку, солнышко, цветочек. Далее проводим ось по центру фигуры. Правая и левая части должны быть идентичны (рис.1). (Совсем плохо рисуете? Вырежьте фигуру из журнала и обведите ее по контуру.) На втором листе должна быть лишь половинка фигуры. На третьем — другая половинка.

2 Теперь дело за ребенком. Берем лист №1 (на котором изображена фигура, поделенная осью пополам). Предложите ребенку рисовать сразу двумя руками. Сначала нужно будет обвести контуры фигуры. Важно: обводим только в направлении снизу вверх!

3 Берем лист №2 (с половинкой фигуры). Ребенок дорисовывает недостающую половинку (если не хватает правой половинки — правой рукой, если левой — то левой).

4 Берем лист №3 (с другой половинкой фигуры). То же самое (рис. 2).



ДОПОЛНЕНИЕ: очень полезно во время работы правой рукой проговаривать звуки, во время работы левой рукой — считать.

5 Раскрашиваем фигуры. Если у ребенка есть желание, можно нарисовать что-то дополнительное, чтоб получилась целая картина. Пусть ребенок сочинит по этой картине сказочную историю. Например, один мальчик добавил к базовой фигуре (изображению луковицы) крота, рассказал, как крот обрадовался, когда увидел луковицу, какая вкусная она оказалась (рис.3).

Для того чтобы раскрасить наши картины, вполне достаточно набора карандашей шести цветов.

