Консультация для родителей

«Помогаем расти и развиваться: как родителям организовать занятия с ребенком 4-5 лет с ЗПР»



Вашему ребёнку 4–5 лет — это возраст, когда малыш активно познаёт мир через игру, предметные действия и общение со взрослыми. В этом возрасте закладываются основы всех психических функций: памяти, внимания, мышления, воображения. Поэтому очень важно уделять внимание формированию и развитию этих процессов и начинать действовать.

Что такое «уровень актуального развития» и «зона ближайшего развития»?

Эти два важных понятия ввёл выдающийся психолог Лев Семёнович Выготский. Они помогают понять, как правильно помогать ребёнку.

Уровень актуального развития — это то, что ребёнок умеет делать самостоятельно, без помощи взрослого. Например: сам одевается, сам называет цвета, сам собирает пирамидку. Это его «островки самостоятельности».

Зона ближайшего развития (ЗБР) — это то, что ребёнок пока не умеет делать сам, но может выполнить вместе со взрослым, с его подсказкой, показом или совместными действиями. Это его «завтрашние успехи», которые мы помогаем ему достичь.

Простой пример: ребёнок 4 лет сам не может завязать шнурки (это вне его актуального развития). Но если мама показывает, как держать шнурок, и вместе с ним делает первые петли — у него получается. Значит, завязывание шнурков находится в его зоне ближайшего развития. Именно здесь и нужна наша помощь.

Почему это важно знать родителям?

Когда мы понимаем, что ребёнок может сам, а что — только с нашей помощью, мы:

- не требуем от него невозможного (не заставляем делать то, что пока не в его силах);
- не делаем за него то, что он уже может сам (иначе он не научится);
- помогаем именно там, где нужна наша поддержка.

Приоритетные направления развития для возраста 4–5 лет

По результатам нашей диагностики, у детей этого возраста особенно нуждаются в поддержке следующие функции:

1. Произвольная память — способность запоминать по заданию взрослого, а не только то, что само запомнилось.

2. Понимание простых инструкций — умение услышать, удержать в голове и выполнить 2–3 последовательных действия.

3. Эмоциональная сфера — узнавание и называние основных эмоций (радость, грусть, удивление, страх).

4. Наглядно-образное мышление — способность сравнивать, обобщать, находить общее у предметов.

Игры и упражнения для развития памяти

«Что изменилось?»

Поставьте на стол 3–4 игрушки. Попросите ребёнка запомнить, затем попросите закрыть глаза. Уберите одну игрушку или поменяйте местами две. Спросите: «Что изменилось?» Начните с 3 игрушек, постепенно увеличивайте до 5.

«Принеси по памяти»

Попросите ребёнка: «Принеси из комнаты красный мячик, синюю машинку и жёлтого мишка». Сначала — 2 предмета, затем — 3. Это тренирует слухоречевую память.

«Повтори за мной»

Хлопните в ладоши 2–3 раза, попросите ребёнка повторить. Затем усложните: «Хлопни, топни, хлопни». Ребёнок повторяет последовательность. Это развивает и память, и внимание.

Игры и упражнения для понимания инструкций

«Сделай как я»

Покажите простое действие (постучать по столу, похлопать, присесть) и попросите повторить. Затем добавьте словесную инструкцию: «Сначала хлопни, потом топни». Начинайте с одного действия, постепенно добавляйте.

«Помоги кукле собраться на прогулку»

В игровой форме: «Давай оденем куклу. Сначала шапку, потом шарфик, потом сапожки». Ребёнок выполняет действия по порядку. Это тренирует удержание последовательности.

«Найди по описанию»

«Найди игрушку, которая круглая и мягкая». Ребёнок выбирает из 3–4 предметов. Это учит соотносить словесное описание с предметом.

Игры и упражнения для развития эмоциональной сферы

Покажи эмоцию»

Назовите эмоцию: «Покажи, как ты радуешься». Ребёнок изображает мимикой. Используйте зеркало — детям это очень нравится. Начинайте с 3–4 основных эмоций.

«Эмоциональные истории»

Расскажите короткую ситуацию: «Маша потеряла любимую куклу. Что она чувствует?» Ребёнок называет эмоцию. Затем: «А что можно сделать, чтобы Маша снова обрадовалась?» Это развивает и эмоции, и мышление.

«Угадай, кто это»

Изобразите эмоцию мимикой или пантомимикой, пусть ребёнок угадает. Потом поменяйтесь ролями. Это весёлая игра, которая незаметно учит распознавать чувства.

Игры и упражнения для развития мышления

«Четвёртый лишний»

Разложите 4 картинки: три яблока и одну машинку. Спросите: «Что здесь лишнее? Почему?» Сначала ребёнок убирает, потом объясняет. Если не получается — помогите наводящим вопросом: «Что из этого можно съесть?»

«Подбери пару»

Карточки с парными изображениями: мама-малыш, зонтик-дождь, ложка-тарелка. Ребёнок находит пары и объясняет, почему они вместе.

«Что сначала, что потом»

Две сюжетные картинки: «Маша моет руки» и «Маша вытирает руки полотенцем». Ребёнок раскладывает по порядку и рассказывает, что было сначала.

Общие рекомендации для родителей

1. Играйте каждый день. Даже 15–20 минут совместной игры дают больше, чем час «занятий» через силу.

2. Хвалите за усилие, а не только за результат. «Ты так старался!» — важнее, чем «Ты молодец, правильно сделал».

3. Повторяйте одно и то же упражнение в разных ситуациях. Ребёнок с ЗПР нуждается в многократном повторении, чтобы навык закрепился.

4. Не торопите. Дайте ребёнку время подумать. Пауза в 5–10 секунд — это нормально.

5. Опирайтесь на то, что ребёнок любит. Если он обожает машинки — используйте машинки в играх на память, мышление, счёт.

6. Следите за утомлением. Если ребёнок стал отвлекаться, зевать, капризничать — занятие пора заканчивать. Лучше меньше, но с удовольствием.

Помните!

Ваш ребёнок развивается в своём темпе. Ваша задача — не сравнивать его с другими детьми, а помогать ему двигаться вперёд от того, что он уже умеет, к тому, что он скоро сможет. Именно это и означает «работать в зоне ближайшего развития».

Педагог-психолог
Черникова Е.В.