

Курс: **Комплексная коррекция познавательной сферы.**  
(учитель-дефектолог Иванова Людмила Геннадьевна)

Тема: **Формирование навыков внимания.**

Рекомендации к выполнению задания:

*Уважаемые родители,* упражнения на внимание строятся по следующему принципу: задается условный сигнал (хлопок, свисток, колокольчик и т.д.) и соответствующая ему реакция.

В ходе игры ребенок должен как можно быстрее отреагировать на определенный сигнал необходимой реакцией. Во всех этих играх-упражнениях важно поддерживать эмоциональный настрой, создавать условия соревнования (возможно с членами семьи), поддерживая мотивацию ребенка к выполнению задания. Например: «Кто самый внимательный, усидчивый, выдержанный (и т.д.)?»

«*Стоп-упражнения*». Ребенок свободно двигается под музыку, делает какие-либо упражнения и т.д. По условному сигналу он должен замереть и держать определенную позу, пока взрослый не предложит ему продолжить. (По этому же принципу построены известные упражнения «Море волнуется») Повторите не менее 3-х раз.

Далее: *релаксирующее занятие «Загораем на солнышке»*. Ребенок ложится на спину и закрывает глаза. Взрослый говорит: «Представь, что ты лежишь на мягкой траве, светит солнышко и его теплые лучи прогревают твои ножки, живот, ладошки, руки... (перечисляем все части тела, включая шейку, глазки, уши)».

Заканчиваем занятие: «Делаем 3 глубоких вдоха и выдоха, открываем глазки и потягиваемся (как после сна)».

Общее время для выполнения занятий - не более 20 минут.

*Хорошего самочувствия вам всем и здоровья!*