

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ» (ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ИНКЛЮЗИВНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАФЕДРА СПЕЦИАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

Психолого-педагогическое сопровождение формирования коммуникативной готовности старших дошкольников с задержкой психического развития на этапе подготовке к школе

Выпускная квалификационная работа по направлению 44.04.03 Специальное (дефектологическое) образование

Направленность программы магистратуры «Психолого-педагогическое сопровождение лиц с ОВЗ»

Форма обучения заочная

Проверка на объем заимствований	Выполнила:
% авторского текста	Студентка группы 3Ф-306-188-2-2
Работа меновине. к защите рекомендована/не рекомендована	Пичугина Марина Андреевна
"20" 11 20/9	Научный руководитель:
" _ " _ 1 C 20 _ 1.	к.б.н., доцент кафедры СПП и ПМ
зав. кафедрой СПЦИПМ	Лапшина Любовь Михайловна
к.п.н., доцент Л.А. Дружинина	Manuey -

Челябинск 2020

Приложение 1

Методика изучения словесно-логического мышления

Цель: методика разработана Э. Ф. Замбацявичене на основе теста структуры интеллекта Р. Амтхауэра с целью исследования уровня развития и особенностей понятийного мышления, сформированности важнейших логических операций.

Оборудование: опросник, включающий четыре вербальных субтеста.

Описание методики: в методику входят задания четырех типов, направленные на выявление умений ребенка осуществлять различные логические операции с вербальным материалом. Каждый субтест включает 10 заданий.

В состав первого субтеста входят задания, требующие от школьников навыков дифференциации существенных и несущественных признаков предметов и простейших понятий. По результатам субтеста можно также судить о словарном запасе школьников.

Второй субтест представляет собой словесный вариант методики исключения «пятого лишнего». Результаты его проведения позволяют судить об уровне сформированности операций обобщения, абстрагирования, выделения существенных признаков предметов и явлений.

Третий субтест — задания на умозаключения по аналогии. Они требуют умственных навыков установления отношений и логических связей между понятиями.

Четвертый субтест также направлен на исследование важнейшей для данной ступени интеллектуального развития операции обобщения.

Инструкции и порядок работы. Перед предъявлением контрольных десяти заданий каждого субтеста необходимо дать несколько тренировочных, Для того, чтобы ввести детей в задачу, помочь уяснить суть предстоящей интеллектуальной работы. Во время выполнения контрольных заданий текст может зачитываться как самим педагогом, так и детьми про себя. Возможно также комбинированное предъявление инструкции (сначала ее зачитывает педагог, затем дети повторно читают про себя). Наибольшие сложности у школьников обычно вызывает третий субтест. Инструкцию к нему нужно обязательно пояснить на разнообразных тренировочных упражнениях.

Обработка полученных данных. Каждый правильный ответ оценивается определенным баллом, в зависимости от своей изначальной сложности. Ниже приводится таблица, в соответствии с которой оценивается каждый ответ школьника.

Таблица 1 «Оценочные индексы методики Э. Ф. Замбацявичене»

№	1 субтест	2 субтест	3 субтест	4 субтест
1	1.9	2.6	2.0	2.6
2	2.8	2.3	2.4	3.0
3	2.7	2.7	2.2	2.1
4	2.3	2.6	2.6	2.2
5	2.6	2.4	2.4	2.6
6	2.2	2.5	2.1	3.0
7	2.8	2.3	2.5	2.8
8	3.4	2.5	2.2	2.2
9	2.8	3.0	2.2	2.4
10	2.6	2.7	2.2	2.2

Следующим шагом обработки является подсчет общей суммы баллов, полученных каждым школьником по каждому субтесту и всем четырем субтестам вместе. Данные по субтестам сравниваются с максимально возможным результатом, который составляет:

для 1 и 2 субтеста – 26 баллов; для 3 субтеста – 23 балла; для 4 субтеста – 25 баллов.

Общий балл сравнивается с максимально возможным баллом по данному тесту в целом (он составляет 100 баллов), и в соответствии с ним устанавливается уровень развития, словесно-логического мышления школьников: Таблица 2 — Уровни сформированности словесно-логического мышления

Уровни	Низкий	Ниже среднего	Средний	Высокий
Определение уровня	20-40	40-60	60-80	80-100
сформированности	баллов	баллов	баллов	баллов
словесно-логического				
мышления				

Представление и анализ индивидуальных данных. Подробный анализ индивидуальных данных возможен в рамках общей сводной таблицы, в которой фиксируется не только численный результат по каждому субтесту, но и отмечаются номера заданий, с которыми не справился школьник.

Как правило, в первом субтесте многие ученики 2 -3-х классов допускают ошибки в заданиях 7—10, так как они требуют не только владения определенной логической операцией, но и конкретными предметными знаниями. Если же в дополнение к ним школьник плохо справился с остальными заданиями субтеста, мы можем говорить не только о низком словарном запасе, но и о несформированной операции выделения существенных признаков.

Во втором субтесте сложности часто возникают при выполнении заданий 4, 5, 8, 10 (по изложенным выше причинам). Наиболее информативными именно с точки зрения владения операцией обобщения и сравнения являются остальные задания.

Третий субтест на практике часто оказывается наиболее сложным для младших школьников. Это связано как с достаточно необычной формой построения заданий, так и с теми требованиями к интеллектуальной деятельности, которые они предъявляют. Данный субтест информативен как с точки зрения развития понятийного мышления, так и с точки зрения

понимания инструкции, навыков разнообразной интеллектуальной деятельности, наличия самого опыта подобного рода интеллектуальной внеучебной деятельности.

При выполнении заданий четвертого субтеста дети часто допускают ошибки в 5, 7, 8-м заданиях, требующих не только навыков обобщения, подведения явлений или предметов под понятие, но и конкретных знаний окружающего мира. Они также информативны с точки зрения запаса знаний ребенка.

В целом индивидуальный анализ данных должен позволить выделить детей с общим низким уровнем развития понятийного мышления или его отдельных компонентов.

Представление и анализ групповых данных. Анализ результатов, полученных по классу в целом, чрезвычайно важен для построения эффективного педагогического процесса. Прежде всего, результаты фиксируются в следующих сводных таблицах:

Таблица 3 — Анализ результатов исследования по методике изучения словесно-логического мышления (Э.Ф. Замбацявичене)

No॒	Фамилии школьников	1 cy6	бтест	2 cy6	бтест	3 cy6	отест	4 cy6	бтест	Общий балл	Уровень развития
		№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма Баллов	№ задания	Сумма баллов		

В таблице фиксируется, с какими именно заданиями не справился школьник (в графе «№ задания»).

Таблица 4 — Уровни сформированности словесно-логического мышления (по результатам исследования по методике изучения словесно-логического мышления, автор Э.Ф. Замбацявичене)

	Высокий уровень развития	Средний уровень развития	Низкий уровень развития
Кол-во			
школьников			

В данной таблице фиксируется число учеников класса, имеющих различный уровень развития словесно-логического мышления.

Качественный анализ данных осуществляется по следующим направлениям:

- преобладающий уровень развития словесно-логического мышления в классе;
- наличие индивидуальных результатов, существенно отличающихся от средних по классу;
- наиболее хорошо развитые компоненты словесно-логического мышления (логические операции);
- наиболее слабо развитые компоненты словесно-логического мышления;
- словарный запас учеников и его особенности;
- интерес к интеллектуальной деятельности, отличающейся от принятых учебных форм.

Субтест № 1

Продолжи предложение одним из слов, содержащихся в скобках. Для этого подчеркни его.

- 1. У сапога есть (шнурок, пряжка, подошва, ремешки, пуговица)
- 2. В теплых краях обитает (медведь, олень, волк, верблюд, тюлень)
- 3. В году (24, 3, 12, 4, 7 месяцев)
- 4. Месяц зимы (сентябрь, октябрь, февраль, ноябрь, март)
- 5. В России не живет (соловей, аист, синица, страус, скворец)
- 6. Отец старше своего сына (часто, всегда, иногда, редко, никогда)
- 7. Время суток (год, месяц, неделя, день, понедельник)
- 8. Вода всегда (прозрачная, холодная, жидкая, белая, вкусная)
- 9. У дерева всегда есть (листья, цветы, плоды, корень, тень)
- 10. Город России (Париж, Москва, Лондон, Варшава, София)

Субтест № 2

Одно из пяти слов в ряду не подходит к остальным. Вычеркни его:

- 1. Тюльпан, лилия, фасоль, ромашка, фиалка
- 2. Река, озеро, море, мост, болото
- 3. Кукла, медвежонок, песок, мяч, лопата
- 4. Киев, Харьков, Москва, Донецк, Одесса
- 5. Шиповник, сирень, каштан, жасмин, боярышник
- 6. Окружность, треугольник, четырехугольник, указка, квадрат
- 7. Иван, Петр, Нестеров, Макар, Андрей
- 8. Курица, петух, лебедь, гусь, индюк.
- 9. Число, деление, вычитание, сложение, умножение
- 10. Веселый, быстрый, грустный, вкусный, осторожный

Субтест № 3

Найди среди пяти слов, написанных под чертой, одно, которое так же подходило бы к слову, написанному над чертой, как подходят друг к другу слова соседней пары:

1. Огурец георгин

Овощ сорняк, роса, садик, цветок, земля

2. Учитель врач

Ученик очки, больные, палата, больной, термометр

3.Огород сад

Морковь забор, грибы, яблоня, колодец, скамейка

4. Цветок птица

Ваза клюв, чайка, гнездо, яйцо, перья

5. Перчатка сапог

Рука чулки, подошва, кожа, нога, щетка

6.Темный мокрый

Светлый солнечный, скользкий, сухой, теплый, холодный

7. Часы термометр

Время стекло, температура, кровать, больной, врач

8. Машина лодка

Мотор река, моряк, болото, парус, волна

9.Стул игла

Деревянный острая, тонкая, блестящая, короткая, стальная

10.Стол пол

Скатерть мебель, ковер, пыль, доска, гвозди

Субтест № 4

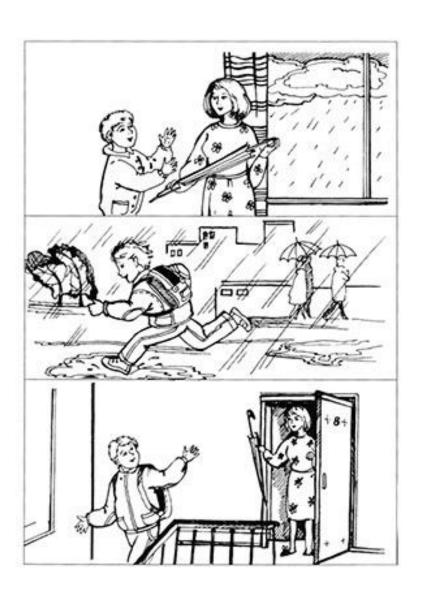
Подбери общее слово к двум, указанным в строчке.

- 1. Метла, лопата -
- 2. Окунь, карась -
- 3. Лето, зима -

- 4. Огурец, помидор -
- 5. Шкаф, диван -
- 6. День, ночь -
- 7. Июнь, июль -
- 8. Дерево, цветок –

Таблица 5 – Ключ к тесту «Определение уровня умственного развития

Задание 1	Задание 2	Задание 3	Задание 4
1. подошва	1. фасоль	инструменты, 2,6	1. цветок
2,3	2,6	орудия труда	2,0
2. верблюд	2. мост	2. рыба	2. больной
2,8	2,3	3,0	2,2
3. 12	3. песок	время года, 2,1	3. яблоня
2,7	2,7	сезон	2,4
1 dopposi	4. Москва	4 anavyy	4. клетка
4. февраль	2,6	4. овощи	
2,3	Одесса	2,2	2,6
5. страус	5. указка	кустарники 2,6	5. нога
2,6	2,5	растения 1,3	2,4
6. всегда	6. Нестеров	6. мебель	6. сухой
2,2	2,3	3,0	2,1
7. жидкая	7. каштан	время суток 2,8	7. температура
3,4	2,4	сутки 1,4	2,5
8. день	лебедь, 2,5	животные, 2,2	8. весло
2,8	курица	живые существа	2,2
9. корень	9. число	9. месяцы	9. стальная
2,8	3,0	2,4	2,2
10. Москва	10. вкусный	10. растения	10. ковёр
2,6	2,7	2,2	2,2
Сумма	Cyango	Cynna	Cynna
баллов	Сумма баллов 25,6	Сумма баллов 25,1	Сумма баллов 22,8
26,5	баллов 25,6	баллов 25,1	баллов 22,8



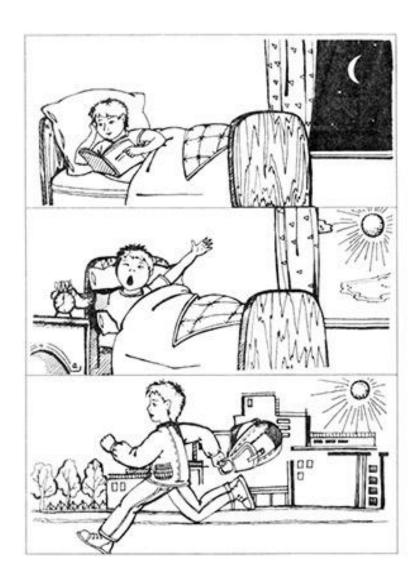




Таблица 6 – Определение уровней сформированности словесно-логического мышления (по методики «Последовательные картинки», Р. Р. Калининой по трём сериям картинок)

No	Фамилии	Кол	ичество бал.	Сумма баллов	Уровень	
	школьников					
		1 серия	2 серия	3 серия		

Таблица 7 — Уровни сформированности словесно-логического мышления по результатам методики «Последовательные картинки», автора Р.Р. Калининой по трём сериям картинок

Уровни	низкий	ниже	средний	выше	высокий
		среднего		среднего	
Определение уровня	0	1-3	4-6	7-9	10-12
сформированности					
словесно-логического					
мышления по всем трём					
рассказам, в баллах					

Таблица 8 — Анализ результатов исследования по методике изучения словесно - логического мышления (Э. Ф. Замбацявичене), экспериментальная группа

No	Имя Ф. школьника	1 c	убтест	2 субт	ест	3 суб	тест	4 cy	бтест	Общий балл	Уровень развития
		№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов		
1	Регина Ж.	5-9	12,3	6,8,10	17,9	3,5,6,8-10	9,5	1,2,6,7	9,1	48,8	Ниже среднего
2	Настя П.	6,9	21,1	3-5,10	15,2	3,5	18,2	1	17,9	72,4	Средний
3	Арсений Г.	5-7	16,2	3-6	12,4	3,8,9	16,2	6,7	14,7	59,5	Ниже среднего
4	Настя С.	7-9	17,1	3-8,	10,6	3,5,9,10	13,8	1,6	14,9	56,4	Ниже среднего
5	Максим П.	1,4-10	5,5	1,4,5,9,10	12,3	3,4,9,10	13,6	1,6,7	12,1	43,5	Ниже среднего
6	Дима Ф.	4-6	18,4	4,5, 8-10	11,9	2,3,5,8,9	11,4	1,6	14,9	56,6	Ниже среднего
7	Максим К.	1,4-8, 10	10,9	3-7, 9,10	7,4	3-5,8-10	9,0	1,5-7	9,5	36,8	Низкий
8	Дима О.	1,4,5,7,9	13,7	3-5, 8,9	12,4	3,5,7-9	11,3	1,3,6,7	10,0	47,7	Ниже среднего

Таблица 9 — Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно - логического мышления автора Э. Ф. Замбацявичене)

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение %
Высокий	0	0
Средний	1	12
Ниже среднего	6	75
Низкий	1	13
Итого	8	100

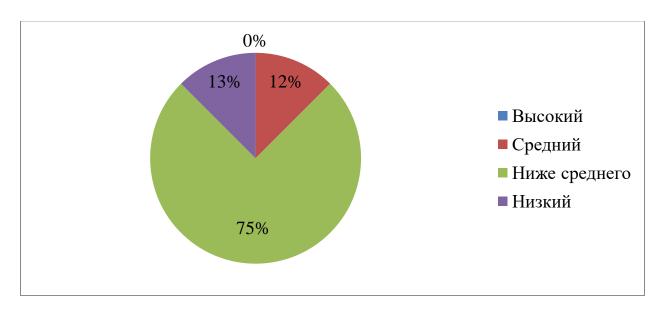


Рисунок 1. Уровень сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно-логического мышления, Э. Ф. Замбацявичене)

Таблица 10 — Анализ результатов исследования по методике изучения словесно - логического мышления (Э. Ф. Замбацявичене), контрольная группа

No	Имя Ф. школьника	1 cy	бтест	2 субтест		3 субтест		4 субтест		Общий балл	Уровень развития
		№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов		
1	Кирилл А.	1,5,8	18,2	4-6, 9	15,1	1,4,6,7	13,6	1,6,7	16,7	63,6	Средний
2	Алена М.	1,4-6, 8	13,7	1,4-5,7	15,7	1,5,8,9	14	1,3,6,7	14,6	58	Ниже среднего
3	Михаил Л.	5-7, 10	15,9	2-5, 8,10	10,4	1-3,8,9	11,8	1,2,5,6,7	11,1	49,2	Ниже среднего
4	Александр В.	2-5, 6, 9	12,9	2,4,7,8	15,9	3,5,6,7	13,6	1,3,6,8	15,2	57,6	Ниже среднего
5	Дмитрий С.	1,3,6,8,10	10,5	3-4,6,7,9	12,5	1,3,5,7,8	11,5	1,3,5,6,8	12,6	47,1	Ниже среднего
6	Алина Ш.	2-5, 9-10	10,3	1-4,7-9	10,1	1-4,7,8	8,9	1,2,6,7,8	11,5	40,8	Ниже среднего
7	Семён Н.	4-6, 8	12,8	1,4,5,6-7	13,2	1,3,7,8,9	11,7	1,2,7,10	14,5	52,2	Ниже среднего
8	Мария 3.	1,3,6,8	15,9	4,5,6,9	15,1	5,7,9	15,7	6,7	18,3	65	Средний

Таблица 11 — Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно-логического мышления автора Э. Ф. Замбацявичене)

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение %
Высокий	0	0
Средний	2	25
Ниже среднего	6	75
Низкий	0	0
Итого	8	100

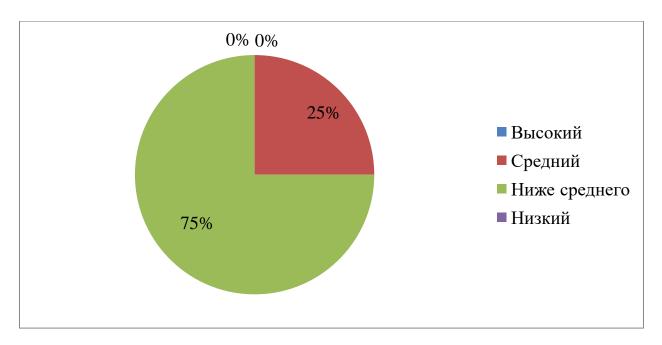


Рисунок 2. Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно-логического мышления автора Э. Ф. Замбацявичене»

Таблица 12 — Анализ результатов исследования по методике «Последовательные картинки» (автор Р.Р. Калинина) в экспериментальной группе

$N_{\underline{0}}$	Имя Ф.	Количество баллов			Сумма баллов	Уровень
	школьника					
		1 серия	2 серия	3 серия		
1	Регина Ж.	1	1	1	3	Ниже
						среднего
2	Настя П.	3	2	3	7	Выше
						среднего
3	Арсений Г.	2	3	3	6	Средний
4	Настя С.	0	1	2	3	Ниже
						среднего
5	Максим П.	1	2	2	5	Средний
6	Дима Ф.	1	1	1	3	Ниже
						среднего
7	Максим К.	0	1	1	2	Ниже
						среднего
8	Дима О.	1	2	2	5	Средний

Таблица 13 — Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки» автора Р.Р. Калининой)

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение %
Высокий	0	0
Выше среднего	1	13
Средний	3	37
Ниже среднего	4	50
Низкий	0	0
Итого	8	100

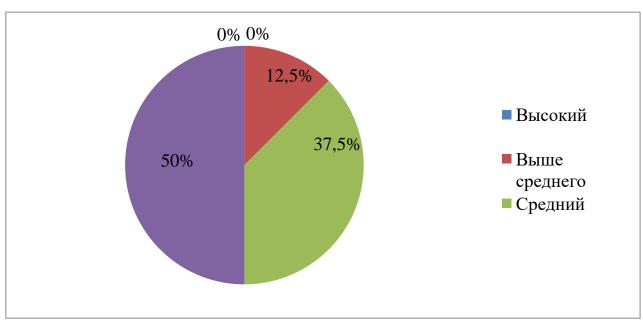


Рисунок 3. Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки», автора Р.Р. Калининой)

Таблица 14 — Анализ результатов исследования по методике «Последовательные картинки» (автор Р.Р. Калинина) в контрольной группе

№	Фамилии школьников	Количество баллов		Сумма баллов	Уровень	
		1 серия	2 серия	3 серия		
1	Кирилл А.	2	2	2	6	Средний
2	Алена М.	1	2	2	5	Средний
3	Михаил Л.	1	1	1	3	Ниже
						среднего
4	Александр В.	2	2	2	6	Средний
5	Дмитрий С.	1	1	1	3	Ниже
						среднего
6	Алина Ш.	1	1	1	3	Ниже
						среднего
7	Семён Н.	2	2	3	7	Выше
						среднего
8	Мария 3.	3	3	4	10	Высокий

Таблица № 15 — Уровень сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе (по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки» автора Р.Р. Калининой)

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение %
Высокий	1	12,5
Выше среднего	1	12,5
Средний	3	37,5
Ниже среднего	3	37,5
Низкий	0	0
Итого	8	100

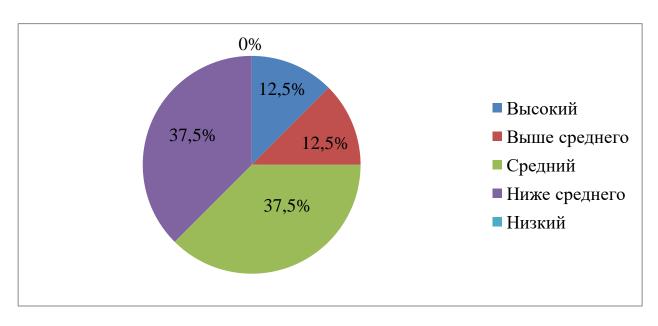


Рисунок 4. Уровень сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе (по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки» автора Р.Р. Калининой)

Таблица 16 – Анализ результатов исследования (контрольный эксперимент) по методике изучения словесно - логического мышления (Э. Ф. Замбацявичене), экспериментальная группа

№	Фамилии школьников	1 cy	убтест	2 субт	тест	3 cy6	гест	4 cy	бтест	Общий балл	Уровень развития
		№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов		
1	Регина Ж.	6-8	17,7	8,9	20,5	3-6,8,9	9,3	1,5,6,7	14	61,5	Средний
2	Настя П.	10	23,5	4,5,10	18,3	3,5,6	16,3	1,7,8	17,4	75,5	Средний
3	Арсений Г.	5-7, 8	15,1	1,3,5-7,9	10,8	3,7,9,10	14,1	1,3,6-8	12,3	53,2	Ниже среднего
4	Настя С.	7-10	14,5	4,5-7,9	13,2	3,5,9,10	14	6,7	19,2	56,9	Ниже среднего
5	Максим П.	5,6,8-10	12,5	1,5,6,10	15,8	3,9,10	16,4	1,6,7	16,6	61,3	Средний
6	Дима Ф.	8, 10	20,1	4,5,7,10	16	2,5,9	16	1,3,6	17,3	69,4	Средний
7	Максим К.	2,4,5,8,10	12,4	3-5,9,10	12,6	3,4,8-10	11,6	1,5-8	11,2	47,8	Ниже среднего
8	Дима О.	1-4,7-9	7,4	3-5,6,9,10	10,1	1,3-5,6,9,10	7,6	1,3,5,6	12,5	37,6	Низкий

Таблица 17 — Уровень сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно - логического мышления автора Э. Ф. Замбацявичене), контрольный эксперимент

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение
		%
Высокий	0	0
Средний	4	49
Ниже среднего	3	36
Низкий	1	15
Итого	8	100

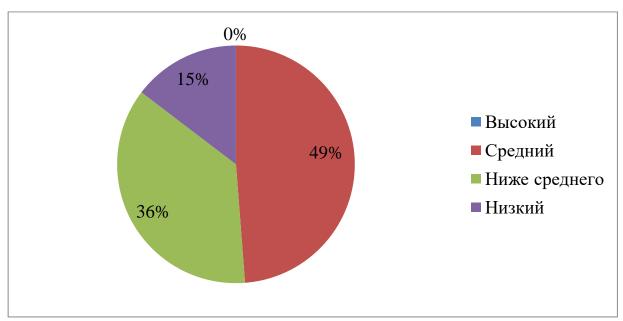


Рисунок 5. Уровень сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно-логического мышления автора Э. Ф. Замбацявичене, контрольный эксперимент)

Таблица 18 — Анализ результатов исследования (контрольный эксперимент) по методике изучения словесно-логического мышления (Э. Ф. Замбацявичене), контрольная группа

№	Фамилии школьников	1 субтест		2 субтест		3 субтест		4 субтест		Общий балл	Уровень развития
		№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов	№ задания	Сумма баллов		
1	Кирилл А.	1,5,7	18,7	4-5, 8,9	15,5	1,4,5,7	13,5	1,6,8	17,2	64,9	Средний
2	Алена М.	1,4-6	16,0	1,5,6,7	16,2	1,6-8,9	12	1-3,7	14,5	58,7	Ниже среднего
3	Михаил Л.	6,7,8,10	14	2-5,10	13,3	1-3,8	14,2	1,2,5,6	13,8	55,3	Ниже среднего
4	Александр В.	2-5, 6, 7	9,6	2,4,5,7,8	13,9	3-5,6,7	11,2	1,2,6,8	14,2	48,9	Ниже среднего
5	Дмитрий С.	1,3,6-8	13,0	2-4,6,9	12,9	1,3-5,8	11,6	1,3,5,7	14,9	52,4	Ниже среднего
6	Алина Ш.	2-5, 9-10	10,3	1-4,7,8	11	1-4,7	11,3	1,2,5,8	14,6	47,2	Ниже среднего
7	Семён Н.	4-6, 8	15,5	1,4,5,6,8	13,4	1,2,3,8,9,10	9,8	1,2,7,10	14,4	53,1	Ниже среднего
8	Мария 3.	1,3,5,8	15,4	4-6,9,10	13,3	5-7,10	13,9	6,8	19,8	62,3	Средний

Таблица № 19 — «Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно - логического мышления автора Э. Ф. Замбацявичене), контрольный эксперимент»

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение
		%
Высокий	0	0
Средний	2	25
Ниже среднего	6	75
Низкий	0	0
Итого	8	100

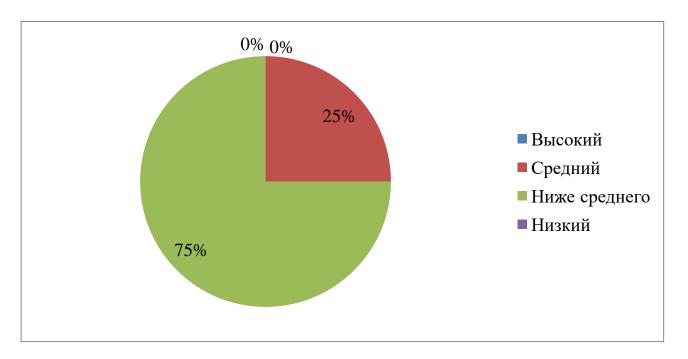


Рисунок 6. Уровень сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе (по результатам диагностики по методике изучения словесно-логического мышления автора Э. Ф. Замбацявичене, контрольный эксперимент)

Таблица № 20 — Анализ результатов исследования по методике «Последовательные картинки» (автор Р.Р. Калинина) в экспериментальной группе, контрольный эксперимент

No॒	Фамилии	Количество баллов			Сумма баллов	Уровень
	школьников					
		1 серия	2 серия	3 серия		
1	Регина Ж.	2	2	2	6	Средний
2	Настя П.	3	2	3	7	Выше
						среднего
3	Арсений Г.	2	3	3	6	Средний
4	Настя С.	1	1	2	4	Средний
5	Максим П.	2	2	2	6	Средний
6	Дима Ф.	1	1	2	4	Средний
7	Максим К.	1	1	1	2	Ниже
						среднего
8	Дима О.	2	2	3	7	Выше
						среднего

Таблица № 21 — «Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки» автора Р.Р. Калининой)

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение, %
Высокий	0	0
Выше среднего	2	13
Средний	5	37
Ниже среднего	1	50
Низкий	0	0
Итого	8	100

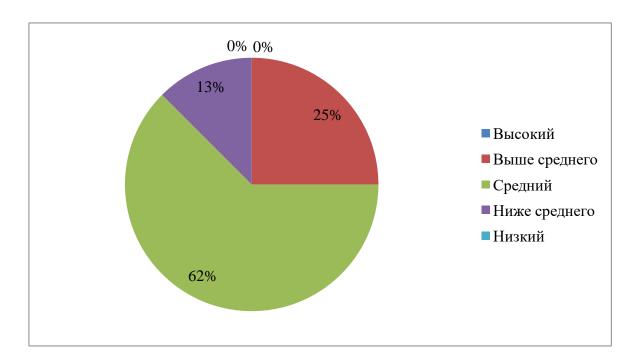


Рисунок 7. Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в экспериментальной группе (по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки», Р.Р. Калининой, контрольный эксперимент)

Таблица 22 — Анализ результатов исследования по методике «Последовательные картинки» (автор Р.Р. Калинина) в контрольной группе, контрольный эксперимент

No	Фамилии школьников	Количество баллов			Сумма баллов	Уровень
		1 серия	2 серия	3 серия		
1	Кирилл А.	2	2	3	7	Выше
						среднего
2	Алена М.	2	2	2	6	Средний
3	Михаил Л.	1	1	1	3	Ниже
						среднего
4	Александр В.	2	2	2	6	Средний
5	Дмитрий С.	1	2	2	5	Средний
6	Алина Ш.	1	1	1	3	Ниже
						среднего
7	Семён Н.	2	2	3	6	Средний
8	Мария 3.	3	3	3	9	Выше
						среднего

Таблица 23 — «Уровень сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе (по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки» автора Р.Р. Калининой)

Уровни	Количество детей	Процентное соотношение,%	
Высокий	0	0	
Выше среднего	2	25	
Средний	4	50	
Ниже среднего	2	25	
Низкий	0	0	
Итого	8	100	

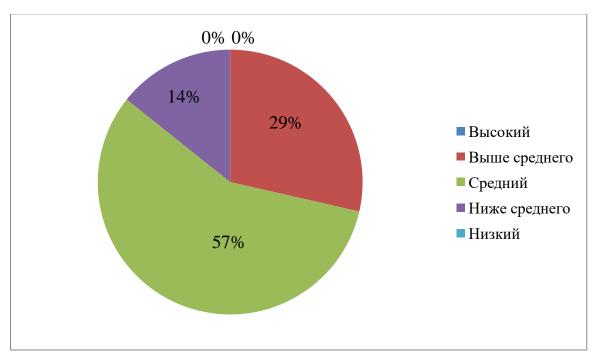


Рисунок 8 «Уровни сформированности словесно-логического мышления школьников в контрольной группе

(по результатам диагностики по методике «Последовательные картинки», автора Р.Р. Калининой, контрольный эксперимент)»

чеными было доказано, что развитие мышление напрямую зависит от развития мелкой моторики пальцев рук. Именно поэтому родителям необходимо обращать внимание на развитие мелкой моторики и координации рук, используя мелкие предметы в игре.

При решении ребенком интеллектуальных задач, будет влиять важный фактор — это эмоциональное состояние, позитивное настроение и боевой настрой. Такое состояние будет благоприятно воздействовать на его комфортное обучение и на ощущение психологического и физического удовлетворения..

Таким образом, осознанно развивая мыслительные свойства ребёнка, родители дают ему возможность гармонично развиться и реализоваться, помогают справиться с возникающими проблемами и адаптировать давление социального окружения.





Рекомендации родителям

Выполнила

учитель-дефектолог

Пичугина М.А.

2019 г.

Рекомендации родителям

«Развитие словесно-логического мышления детей младшего школьного возраста с ЗПР»



повесно-логическое мышление детей является главным мыслительным процессом, так как оно системно действует на развитие всех сфер познавательной деятельности.



Рекомендуется компинском развивать наглядно-образное, понятийное и наглядно-действенное мышление, используя наглядные дидактические игры с расширенным диапазоном при-

менения: рисование, прохождение пабиринтов, построение фигурных моделей, при этом предоставлять ребенку не только наглядный образец, но и словесную инструкцию, объясняя каждое действие.

Ребенку, в домашних условиях, рекомендуется всегда повторять и закреплять пройденный в школе материал. При этом родители должны активно взаимодействовать с ребенком, доступно объясняя каждую полученную ребенком информацию, побуждая к самостоятельному поиску информации, и воспитывая самостоятельность ребенка.

акже при работе родителей с детьми с ЗПР необходимо, предоставлять ребенку яркий, красочный образец работы — для развития восприятия и внимания и легкий материал для лучшего усвоения и понимания информации.

Одним из движущих процессов развития мышления является развитие речи. Родителям необходимо как можно больше общаться, делится своим опытом, учить ребенка взаимодействовать с окружающими людьми, развивая активный словарный запас, проводить упражнения на артикуляцию, развивая общие знания, умения и навыки представление ребенка о себе и окружающим его мире.

Важно показать ребенку многообразие окружающего мира, ходить в музеи, театры, прослушивать музыку, рассматривать репродукции картин, при этом необходимо обсуждать с ребенком впечатления, учиться выявлять свойства, признаки предметов и явлений, которые окружают его.



ормирование математических представлений и элементов погического мышления требует постоянной, планомерной и системной работы в совместной деятельности взрослого и ребёнка и в его самостоятельной деятельности. Развивающие игры математической направленности способствуют успешному обучению основам математики, формированию математического мышления, стимулируют развитие творческого воображения.

Познавательная активность детей, стремление к интеллектуальной работе должны формироваться на легком, доступном и интересном для ребенка материале.

У младших школьников с ЗПР развития возникают большие проблемы с построением даже самых простых логических цепочек. Чтобы у ребенка получилось правильно построить согласованное грамматическое предложение, взрослые должны обучить ребенка связывать свою речь, формировать и направлять свою мысль.

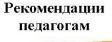
Хвалите ребенка за тягу к знаниям!

Важна смена интеллектуальных и физических нагрузок

Для активизации и оптимизации умственной работоспособности, создайте специальные шадящие условия, чередуя интеллектуальные и физические нагрузки, а также отдыха и труда в различных видах деятельности младшего школьника

Максимальным эффектом улучшения успеваемости ребенка будет являться оказание психолого-педагогической помощи, которая будет воздействовать и на ту социальную среду, в которой находится ребенок. Проще всего это организовать как форму психолого-педагогического сопровождения.





«Развитие словесно- логического мышления у детей с ЗПР»



Рекомендации педагогам

Выполнила
учитель-дефектолог
Пичугина М.А.
2019 г.



Рекомендации педагогам

едагогам необходимо комплексно подходить к развитию познавательных процессов детей. Познавательная активность, стремление к ум-



ственному труду должны формироваться на легком, доступном и интересном для ребенка материале.

Необходимо разнообразить формы и методы проведения занятия, шире использовать дидактические игры, чередовать занятия по развитию речи с заданиями по развитию внимания, памяти, мышления, восприятия.

Педагогам важно научить ребенка с ЗПР объединять предметы, принадлежащие к определенным предметным темам, учить классифицировать предметы по темам, группам. Развития навыка анализа и синтеза, поможет ребенку глубже изучать материал, представленным учителем.

Для развития словесно-логического мышления детей с ЗПР педагогам рекомендуется использовать различные приемы

- словесные,
- наглядные,
- практические.

Использование **словесного приема** побуждает ребенка к мыслительной деятельности.

Наглядные приемы, демонстрация наглядных пособий, показ способа действий, показ образец, используют для лучшего восприятия и усвоения информации.

Практические приемы (игровые действия, внезапное появление объектов, выполнение воспитателем игровых действий, загадывание и отгадывание загадок, введение элементов соревнования, создание игровой ситуации, упражнение, тренировка, моделирование) позволяют закрепить теорию на практике.

собо важное место в организации педагогического процесса многие педагоги должны уделять игровой деятельности. Оборудование педагогического процесса играми и игровым материалом в соответствии с возрастом, развитием и интересами детей с ЗПР отводится главная роль. Необходимо осуществлять грамотное педагогическое руководство развивающими играми в соответствии с этапами их освоения.

Так же важен учёт в работе педагога принцип индивидуального подхода к каждому из учеников. Важно адаптирование заданий различного уровня под развитие учеников, увеличивая или сокращая объем заданий. Это позволит предотвратить проблемы в усвоении и формирования знаний, умений и навыков, успешного овладения информацией образовательной программы.

Необходимо использовать в работе с учениками различные наглядные пособия, схемы, картинки, алгоритмы, инструкции. Это поможет систематизировать и дифференцировать информацию учеников.



Принцип
индивидуального
подхода к каждому
ученику
является главным
условием для педагога

«Комплекс занятий для развития словесно-логического мышления младших школьников с ЗПР»



Занятие 1

Цель – развитие умения формировать самостоятельное умозаключение, прослеживать логические цепочки.

Упражнение 1. «Последовательность событий».

Основная цель — это формирования умения формулировать самостоятельные умозаключения, делать обобщения, выдерживать причинно-следственные связи.

Данное упражнение проходит в два этапа:

Первый этап — работа с рисунками. Ребенку предлагается установить отличия сюжетных картинок одного рисунка, установить логическую последовательность фрагментов, разложив картинки в правильном порядке. Правильно составленный рисунок определяет у ребенка умение верно понять сюжет, умение правильно составить логическую цепочку (Рис.1).

Второй этап — устный анализ. Рассказ будет демонстрировать способность грамотно формировать и строить предложения, выражать смысл своими словами.

Далее необходимо попросить ребенка прокомментировать выбранное ребенком последовательность рисунка.

Если ребенок ошибается, то педагог задаёт дополнительные вопросы с целью отслеживания его эмоциональной и интеллектуальной реакции.

Материалом, для проведения методики, используется стандартные сюжетные картинки (рисунок 1) в неправильной последовательности. Ребенок, в соответствии инструкции, изучая сюжетные картинки, должен определить правильную последовательность событий, составить рассказ по картинкам.

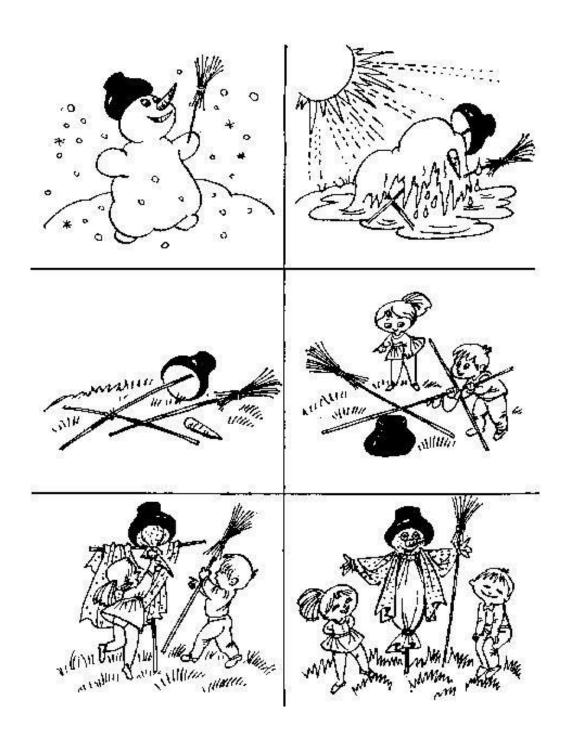


Рисунок 1. Стимульный материал к методике «Последовательность событий».

Упражнение 2. «Времена года».

Цель – развитие умения выстраивать причинно-следственные связи, умение объяснить в словесном плане свои действия.

Перед ребёнком раскладываются четыре картинки, на которых изображены четыре времени года (рисунок 2). Ребёнка просят показать, где изображены зима, весна, лето, осень. Затем спрашивают: «Расскажи, как ты догадался, что здесь изображена весна». В случае затруднения проводится обучение.

Обучение: перед ребёнком оставляют картинки с изображением только 2 времён года — лета и зимы. Задают ему уточняющие вопросы: «Что бывает зимой? Найди, где здесь изображена зима».

Оценка действий ребёнка: принятие и понимание задания, уровень сформированности временных представлений, умение объяснить в словесном плане свои действия.

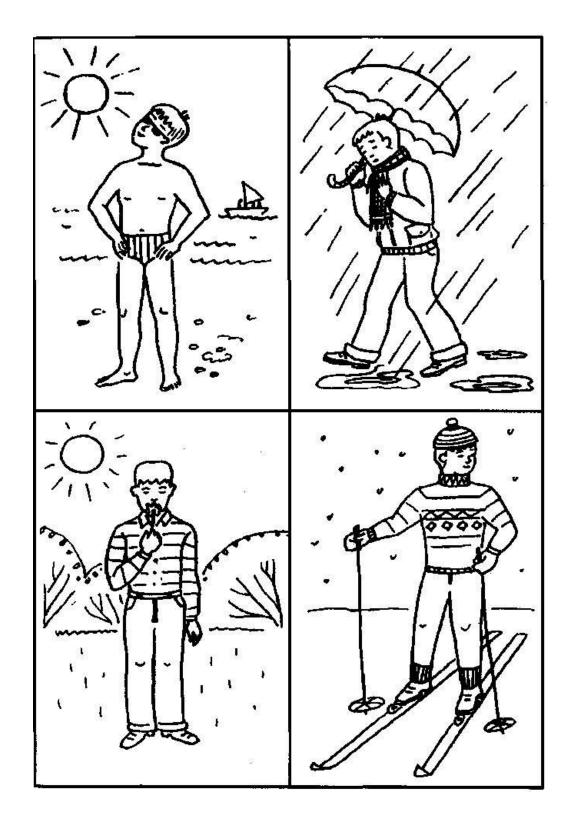


Рисунок 2. Стимульный материал к методике «Времена года».

Упражнение 3. «Нелепицы»

Цель – развитие умения рассуждать логически и грамматически правильно выражать свою мысль.

Материал: картинка с изображением нелепых ситуаций с животными (рисунок 3).

Ребенок получает инструкцию примерно следующего содержания: «Внимательно посмотри на эту картинку и скажи, все ли здесь находится на своем месте и правильно нарисовано. Если что-нибудь тебе покажется не так, не на месте или неправильно нарисовано, то укажи на это и объясни, почему это не так. Далее ты должен будешь сказать, как на самом деле должно быть».

Обе части инструкции выполняются последовательно. Сначала ребенок просто называет все нелепицы и указывает их на картинке, а затем объясняет, как на самом деле должно быть.

Время экспозиции картинки и выполнения задания ограничено тремя минутами. За это время ребенок должен заметить как можно больше нелепых ситуаций и объяснить, что не так, почему не так и как на самом деле должно быть.

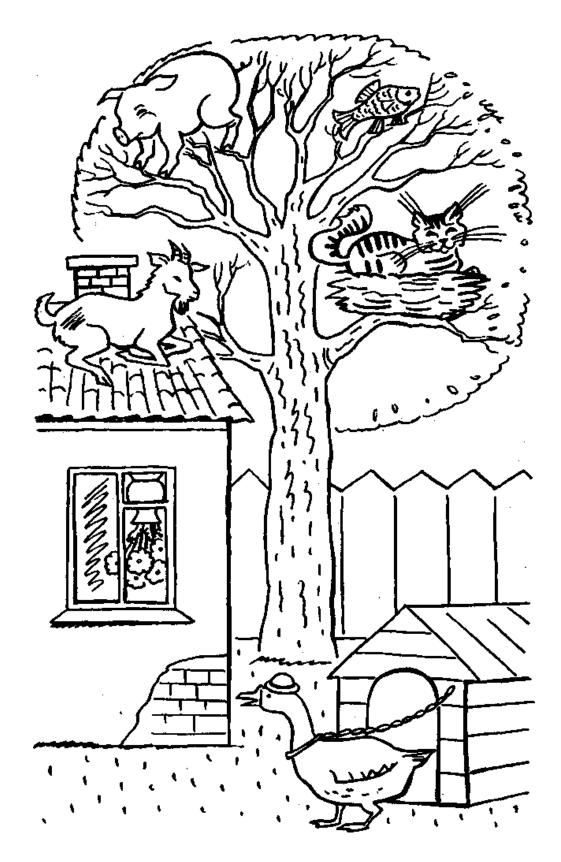


Рисунок 3. Стимульный материал к методике «Нелепицы».

Упражнение 4. «Кому чего недостает?»

Цель – развитие словесно-логического мышления.

Процедура проведения: перед ребенком кладут сюжетную картинку, на которой есть ряд пустых мест (рисунок 4). Их надо заполнить соответствующими карточками. Попросить ребенка сказать: «Что делает ребенок на картинке? Чего ему не хватает?

Задание, получаемое ребенком, заключается в том, чтобы как можно быстрее определить, кому и чего не хватает, назвать соответствующих детей и указать те предметы, которых им недостает.



Рисунок 4. Стимульный материал к методике «Кому чего недостает?»

Цель – развитие умения сравнивать предметы по их свойствам, умение классифицировать и анализировать.

Упражнение 1. Развитие мыслительной операции «Сравнение предметов».

Цель: научение детей сравнивать и обобщать, выявлять основные признаки сходства и различия двух или несколько предметов.

Педагог: «Назови одним обобщающим словом или словосочетанием следующие предметы»:

- чашка, ложка, тарелка, вилка; (посуда)
- яблоко, груша, лимон, банан; (фрукты)
- голубь, павлин, утка, цапля; (птицы)
- собака, корова, свинья, баран; (домашние животные)
- ромашка, кукуруза, крапива, ландыш; (цветы)
- зима, весна, лето, осень (времена года).

Упражнение 2. Игра «Кто скорее соберет».

Цель: учить детей группировать овощи и фрукты, воспитывать быстроту реакции на слово воспитателя, выдержку и дисциплинированность, развивать логическое мышление.

Дети делятся на две бригады: «Садоводы» и «Огородники». На столе лежат муляжи овощей и фруктов и две корзины. По команде педагога бригады начинают собирать овощи и фрукты каждый в свою корзину. Кто собрал первым, поднимает корзину вверх и считается победителем.

Упражнение 3. Дыхательная разминка.

Цель: снятие напряжения, усталости, переключение на другой вид деятельности.

Педагог предлагает детям, сидя за столом, положить перед собой бабочку. Дети дуют на бабочку, как можно сильнее, стараясь сдуть их со стола.

Упражнение 4. Игра «Найди лишнее».

Цель: развитие логического мышления.

Педагог читает серию из четырех слов. Три слова в серии являются однородными и могут быть объединены по общему для них признаку, а одно слово отличается от них и должно быть исключено. Задача детей - определить слово, которое является "лишним".

Примерные серии слов:

- старый, дряхлый, маленький, ветхий;
- храбрый, злой, смелый, отважный;
- яблоко, слива, огурец, груша;
- молоко, творог, сметана, хлеб;
- час, минута, лето, секунда;
- ложка, тарелка, кастрюля, сумка;
- платье, свитер, шапка, рубашка;
- мыло, метла, зубная паста, шампунь;
- береза, дуб, сосна, земляника;
- книга, телевизор, радио, магнитофон.

Цель - формировать целостный образ предмета, составляя целое из частей.

Упражнение 1. «Сложить узор», использовать игру Никитина.

Цель – развивать пространственные представления.

Игра состоит из 16 одинаковых кубиков. Все 6 граней каждого кубика окрашены по-разному в 4 цвета. Это позволяет составлять из них 1-, 2-, 3- и даже 4-цветные узоры в громадном количестве вариантов. Эти узоры напоминают контуры различных предметов, картин, которым дети любят давать названия.

Педагог предлагает выложить узор из кубиков по заданному рисунку, называя геометрическую фигуру, которая изображена на кубике (рисунок 5).

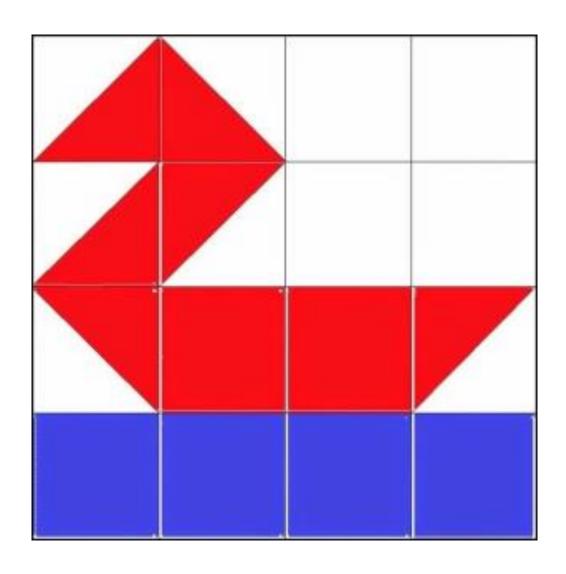


Рисунок 5. Пример узора из кубиков Никитина «Лебедь»

Упражнение 2. Логические блоки Дьенеша

Цель – развивать логическое мышление. Развивать представление о множестве, операции над множеством.

Педагог от имени какого-либо игрового персонажа, например, Буратино, обращается к детям: «Я очень люблю делать приятное своим друзьям, а больше всего — дарить подарки. Подарков у меня целая коробка (показывает коробку с блоками). Здесь шоколадки, машинки, куклы и всевсе, что хотите. Я уже выбрал подарок для Мальвины. Вы тоже можете выбрать подарки своим друзьям. Но для этого вам надо угадать, какого цвета игрушку я приготовил Мальвине. Сейчас я ее достану из своей коробки и спрячу».

Буратино прячет один из блоков, дети пытаются угадать его цвет. Тот, кто угадывает, получает право выбрать подарок для своего друга. Он прячет блок (подарок) и говорит, какое его свойство надо угадать.

Каждый раз в игре угадывается только одно свойство блока.

Буратино прячет блок (подарок) и дает задание угадать сразу два его свойства (например, какого цвета и формы платок он выбрал для черепахи Тортилы). При отгадывании дети каждый раз обязательно должны называть два свойства подарка. Если же они указывают только одно свойство, Буратино напоминает правило. В случае, когда дети угадывают одно из двух свойств, Буратино подтверждает, что названо верно, и выставляет соответствующую карточку-свойство («квадратный, но не синий», «желтый, но не треугольный»). Тот, кто угадывает, сменяет Буратино — выбирает подарок и указывает, какие два его свойства надо угадать (цвет и форму, форму и размер, размер и толщину или другое).

Упражнение 3. Пальчиковая гимнастика

Цель – предупредить умственное утомление, снятие напряжения.

Слова пальчиковой гимнастики:

Мышка в норку пробралась,

(Делаем двумя ручками крадущиеся движения)

На замочек заперлась.

(Слегка покачиваем скрещенными в замок пальчиками)

В дырочку она глядит,

(Делаем пальчиками колечко)

На заборе кот сидит!

(Прикладываем ручки к голове как ушки и шевелим пальчиками).

Упражнение 4. «Назови одним словом»

Цель – обучение детей классифицировать, анализировать и делать выводы.

Процедура:

- 1. Дети должны назвать каждую группу одним словом:
- а) Вера, Анна, Надежда, Галина, Елена -...
- б) Стол, диван, кресло, стул -...
- в) Москва, Баку, Кишинев, Минск -...
- г) Чашка, блюдце, стакан, кастрюля -...
- д) Январь, март, май, август -...
- 2.Дети должны закончить начатое перечисление и назвать каждую группу одним словом:
 - а) Ботинки, туфли это...
 - б) Прятки, жмурки это...
 - в) Зима, осень это...
 - г) Пальто, куртка это...
 - д) Иванов, Петров, Сидоров это...

Цель – развитие произвольного внимания, наглядно-образного мышления.

Упражнение 1. Выполнение упражнения мозговой гимнастики «Ленивые восьмерки»

Цель – развивать мелкие движения рук, эмоциональная настройка на предстоящее занятие.

Педагог рисует в воздухе цифру восемь сначала правой рукой, потом левой и двумя руками. Задача детей: повторить за педагогом.

Упражнение 2. «Составь слова» (ребусы).

Цель – развитие внимания, мышления, пространственных представлений.

Инструкция: посмотрите внимательно, перед вами особые загадки – ребусы. Они состоят из букв, букв с картинками и букв с цифрами. Отгадайте, какие слова здесь спрятались?

Из букв:

$$\Pi = T + (cop - c) + T =$$

Ответ: торт

$$Pa\kappa + (\kappa o T = e) + a =$$

Ответ: ракета

$$C + (морж - ж) + o + (дино - o) + a =$$

Ответ: смородина

Упражнение 3. «Подбери слово».

Цель – развитие словарного запаса, развитие анализа, классификации и логического мышления.

Инструкция: «Соедини стрелочками слова, подходящие по смыслу:

Мяч мебель

Тополь цветок

Шкаф насекомые

Тарелка дерево

Пальто одежда

Муравей посуда

Щука игрушка

Роза рыба

Упражнение 4. «Цветок настроения»

Цель – снятие эмоционального напряжения.

Детям предлагается составить букет из цветков своего настроения. На основу букета учащиеся прикрепляют цветы, соответствующие их настроению (желтые цветы — мне понравилось на занятии, синие — мне не понравилось, красные — я бы хотел, чтобы были еще подобные занятия).

Цель – развитие наблюдательности и зрительной памяти.

Упражнение 1. Упражнение «Повтори рисунок».

Цель: развитие зрительно-моторной координации и мелкой моторики. Детям предлагается повторить рисунок по предложенному образцу (рисунок 6).

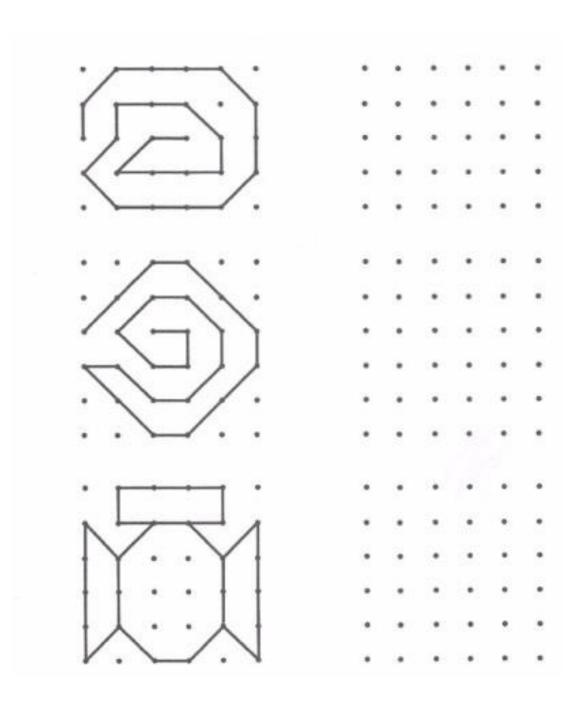


Рисунок 6 Стимульный материал к упражнению «Повтори рисунок».

Упражнение 2. Упражнение «Прочитай правильно».

Цель – развитие распределения внимания.

Педагог предлагает прочитать слова. «Для того чтобы правильно читать нельзя, терять ни одной буквы, быть достаточно внимательным. Потренируемся».

Отведите – отвезите.

Оказался – отказался

Упражнение 3. «Нарисуй наоборот».

Цель: развитие зрительных (цветовых) ощущений, пространственных представлений. Задание: нарисовать ракету, летящую вверх, а затем нарисовать рядом такую же ракету, но летящую вниз. Варианты задания: нарисовать домик, елочку, забор в прямом и перевернутом видах. Можно предложить выполнить эти задания дома на чистых листах бумаги. Предложите детям рассмотреть рисунок машины, а затем изобразить рядом такую же машину, но движущуюся в противоположном направлении.

Упражнение 4. Упражнение на дыхание «Моем стекла».

Цель: снятие эмоционального напряжения, правильное дыхание.

Цель – развитие зрительно-вербального анализа и синтеза, пространственных представлений.

Упражнение 1. Улыбнитесь!»

Цель: упражнения на мышечную релаксацию.

Активно высовываем и засовываем язык.

(Максимально вытягиваем наружу и максимально втягиваем обратно) - 10 раз.

Активно двигаем глазами.

(Вправо до упора - влево до упора - центр. Вверх до упора - вниз до упора - центр) - 10 раз.

Упражнение 2. «Найди различия и сходства»

Цель: определить уровень развития свойств внимания.

Инструкция: в первых трех задания ребенку дают рассмотреть рисунки и предлагают среди четырех изображений выделить (рисунки 7, 8, 9):

- пару с одинаковыми элементами (т.е. 2 полностью идентичные картинки);
- 2 пары с одним отличающимся элементом;
- 1 пару с двумя отличающимися элементами.

Примечание к заданию: ребенок должен обязательно объяснять, какие именно элементы у изображений разные. Например, в задании №2, где анализируются рисунки машинок, признаками отличия являются: форма кабины автомобиля и форма кузова. Ребенок должен найти две совершенно одинаковые машинки из четырех предложенных; две машинки, отличающиеся только формой кузова, но имеющие одинаковые кабины; две машинки, отличающиеся формой кабины, но имеющие одинаковые кузова; две машинки, имеющие как разные кабины, так и разные кузова.

Блок 1









Рисунок 7 Стимульный материал к упражнению «Найди различия и сходства»

Блок 2

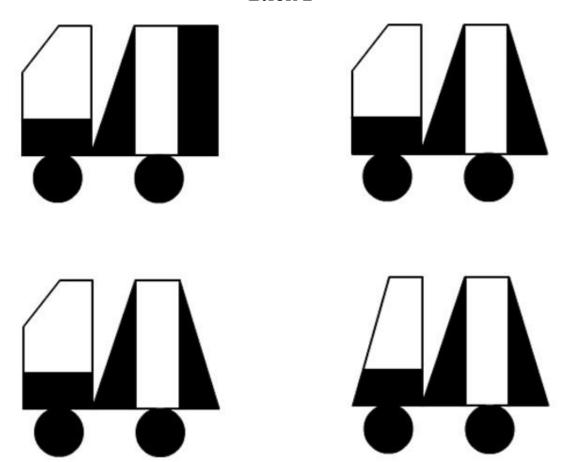


Рисунок 8. Стимульный материал к упражнению «Найди различия и сходства»

Блок 3









Рисунок 9 Стимульный материал к упражнению «Найди различия и сходства»

Упражнение 3. «Кто точнее нарисует?»

Цель: развитие внимания, мышления.

Материал к заданию: таблицы с нарисованными геометрическими фигурами и значками внутри них, для каждого ученика чистый лист бумаги и карандаш.

Учитель показывает всему классу таблицу 1 (рисунок 10) на 2-3 сек. и убирает ее. Ученики зарисовывают то, что им удалось рассмотреть. Проверяется правильность воспроизведения.

Упражнение 4. Упражнение на дыхание «Моем стекла»

Цель: снятие эмоционального напряжения, правильное дыхание.

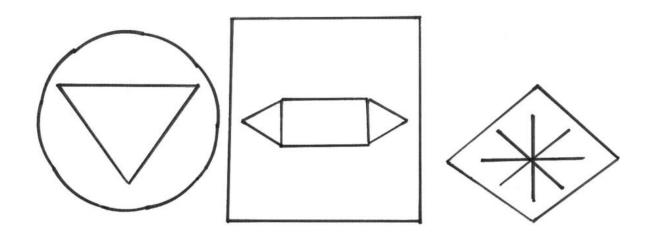


Рисунок 10 Стимульный материал к упражнению «Кто точнее нарисует?»

Цель – процессы анализа, развитие точности произвольных движений, установление закономерностей на абстрактном материале.

Упражнение 1. Раздели на части.

Цель – развитие произвольного внимания; развитие зрительномоторной координации.

Педагог: «Нам нужно разделить круг на 4 равные части. На сколько частей мы уже умеем делить круг? (Предложить вызванному ребёнку сложить круг пополам и разрезать его на две равные части, объяснив, как он это будет делать)».

Сколько частей получилось?

Что больше: целый круг или его часть?

Что меньше: часть круга или целый круг?

Как получить четыре равные части?

Правильно, надо каждую половинку разделить ещё пополам.

Упражнение 2. «Разрезные картинки».

Цель – развитие пространственных представлений, пространственного мышления, навыков мысленного перемещения и трансформации зрительных образов.

Материалы: разрезные картинки (почтовые открытки) из расчета 3-4 для одного участника, подготовленные ведущим самостоятельно. Сложность линий разреза должна выбираться с учетом возраста учащихся и быть различной в одном комплекте, рассчитанном на одного участника.

Процедура проведения:

Каждому участнику предлагается разрезная картинка, которую необходимо собрать. Картинки не должны повторяться, при необходимости учащимся предлагается обменяться картинкам.

При успешности выполнения упражнения задание можно усложнить: раздать каждому ученику 2-4 разрезных картинки, смешанных между собой,

которые необходимо собрать. В этом случае перед участником стоит дополнительная задача идентифицировать части определенной картинки, прежде чем ее собрать.

Упражнение 3. «Активизация руки».

Цель – развитие координации в системе «рука-глаз».

Педагог: «Вытяните правую руку вверх, прислонив ее к уху. Легко выдохните воздух сквозь сомкнутые губы. Схватите вытянутую правую руку левой рукой и двигайте ее вперед, назад, к себе, от себя».