

Тема: «ЛЕВОРУКОСТЬ»

Как выявить леворукость?

Некоторые признаки леворукости у ребенка можно уловить в самом раннем возрасте. Однако, по мнению большинства исследователей, до 4-5 лет делать какие-либо прогнозы малоэффективно. Начиная с шестнадцати-двадцати недель жизни (4-5 месяцев) и до двух лет у ребенка происходят волнообразные изменения рукости. С двух до четырех лет руки малыша практически равноценны и одинаково активны, причем, большая часть действий совершается обеими руками, и только после этого возраста, то есть *с 4 - 4,5 лет, формируется стойкое предпочтение одной из них*. Тут самое время понаблюдать за двигательной активностью своего ребенка. Например, присмотреться, как он развязывает узелок, складывает кубики или собирает конструктор. Наблюдение покажет, что одна рука (ведущая) осуществляет активное движение, а другая удерживает предмет. Можно использовать специальные игровые задания. Часть из них - бытовые, часто используемые - дети выполняют обеими руками, поэтому некоторые задания даются в двух вариантах. Это позволяет более точно выделить ведущую руку. Эффективность тестирования во многом зависит от соблюдения некоторых условий. Здесь важно все: где сидит взрослый, что он делает, что говорит.

1. Не следует фиксировать внимание ребенка на том, что у него пытаются что-то определить. Лучше сказать «Сейчас мы с тобой поиграем» или «Давай-ка мы поработаем вместе, я буду давать тебе задания, а ты постарайся их хорошо выполнить».
2. Взрослый обязательно должен сидеть за столом напротив ребенка.
3. Все приспособления, пособия, предметы следует класть перед малышом строго на середину стола, на равном расстоянии от правой и левой руки. Хорошо, если коробочки, бусины, мяч, ножницы и прочий материал для тестирования будет разложен рядом со столом на низком столике, чтобы ребенок не видел и не отвлекался.

Первое задание - *рисование*. Перед малышом кладут лист бумаги и карандаш (фломастер) и предлагают ему нарисовать то, что он хочет (или может). Не нужно торопить его. После того как ребенок закончит рисунок, его просят нарисовать то же самое другой рукой. Часто дети отказываются: «Я не умею», «У меня не получится». Можно успокоить малыша: «Я знаю, что это трудно, но ты постарайся», подбодрить, сказать, что он делает все правильно. В этом задании учитывается не только то, какой рукой ребенок работает, но и то, в каком случае качество выполнения рисунка лучше - более ровные и четкие штрихи, ровные углы, правильное соотношение элементов. Пока ребенок рисует, взрослый обращает внимание на то, как кроха держит ручку или карандаш (правильно, удобно, или нет), сильно ли напряжен, правильно ли сидит.

Второе задание - *открывание небольшой коробочки, например спичечного коробка*. Ребенку предлагаются несколько коробков, чтобы повторение действия исключило случайность в оценке этого теста. Задание: «Найди спичку в одной из коробок». Ведущей считается та рука, которая совершает активное действие (открывает, закрывает).

Третье задание «*Построй домик из спичек (палочек)*». Ведущая рука та, которая используется более активно.

Четвертое задание «*Игра в мяч*». Нужен небольшой мяч (например, теннисный), который можно бросать и ловить одной рукой. Мяч кладется на стол прямо перед ребенком. Задание: взять мяч, бросить взрослому, затем подкинуть и поймать его несколько раз.

Пятое задание - *вырезать ножницами по контуру рисунок из любой открытки (цветок, зайчика, узор)*. Ведущей считается более активная рука, причем это не обязательно та рука, в которой малыш держит ножницы, так как ножницы могут быть неподвижны, а открытку он будет поворачивать, облегчая процесс вырезания. Вырезание может быть очень трудным и неинформативным в тех случаях, когда размер и форма ножниц не соответствуют руке ребенка. Это

задание можно заменить раскладыванием карточек лото. Все карточки (10—15 штук) малыш должен взять в одну руку, а другой (как правило, эта рука ведущая) раскладывать их по одной.

Шестое задание - нанизывание бисера (или пуговиц) на иголку с ниткой или шнурок. Ведущей считается та рука, которая выполняет активное движение, независимо от того, в какой руке ребенок держит иголку или шнурок.

Седьмое задание - выполнение вращательных движений (открывание и закрывание крышек). Малышу предлагают открыть 2-3 пузырька с завинчивающимися крышками. Ведущая та рука, которая более активна.

Внимание! Ребенок может держать пузырек за крышку, а крутить сам пузырек.

Восьмое задание - развязывание узелков. Заранее нужно неплотно завязать несколько узлов из шнура средней толщины. Ведущей считается та рука, которой ребенок развязывает узел (другая держит узел). В этом задании бывает трудно выделить ведущую руку, так как развязывание узелков - процесс довольно сложный, и ребенок использует обе руки. Можно использовать иной вариант - составление цепочки из скрепок. Как правило, малыш в одной руке держит скрепку, а ведущей пытается присоединить вторую.

Девятое задание игра «Построй из кубиков дом». Ведущей рукой ребенок чаще берет, укладывает и поправляет кубики, детали. При складывании кубиков тоже чаще используются обе руки. Кроме того, это довольно привычный вид деятельности для любого ребенка, поэтому можно предложить конструктор, мозаику. И последнее, что необходимо будет учитывать при выявлении ведущей руки - *данные о семейном левшестве*. Для того чтобы не держать в уме результаты выполнения заданий, удобно занести их в таблицу (см. таблицу). При выраженном предпочтении левой руки знак плюс (+) ставится в столбец «левой рукой», при предпочтении правой - в столбец «правой рукой». Если при выполнении теста ребенок одинаково часто использует как правую, так и левую руку, плюс ставится в столбец «обеими руками». Если в семье есть леворукие родители, братья, сестры, бабушки, дедушки, нужно поставить плюс в столбец

«левой рукой», если нет - в столбец «правой рукой». Если получается больше семи плюсов (70% заданий) в столбце «левой рукой», то ребенок, скорее всего, леворук.

Таблица.

Задания	Действие выполняется преимущественно		
	правой рукой	обеими руками	левой рукой
1. Рисование.			
2. Открывание спичечного коробка.			
3. Построение домика из спичечного коробка.			
4. Игра в мяч.			
5. Вырезание ножницами по контуру рисунка.			
6. Нанизывание бисера на иголку с ниткой или шнурок.			
7. Выполнение вращательных движений (открывание и закрывание крышек).			
8. Развязывание узелков.			
9. Построение домика из кубиков.			
10. Семейное левшество/правшество			

Порой эти задания не позволяют определить ведущую руку, тогда можно использовать дополнительные задания:

- Сложить фигуры из спичек.

- Наколоть, нанизать (на стержень, иголку, шнурок) пуговицы, бусины.
- Почистить обувь щеткой.
- Намотать нитку на катушку.
- Перелить воду из одного сосуда в другой.
- Попасть иголкой, булавкой в небольшую точку.
- Отвинтить гайку (рукой, ключом).
- Сложить мелкие детали (пуговицы, бусины) в узкий цилиндр.
- Разложить (раздать) карточки.
- Проколоть дырочки (5-6 ударов).
- Стереть ластиком предварительно нарисованные крестики.
- Продеть нитку в иголку.
- Почистить себя, стряхнуть с себя соринки, пыль.
- Капнуть из пипетки в узкое отверстие бутылочки.
- Достать бусинку ложкой из стакана.
- Позвонить колокольчиком, дернуть за шнур звонка.
- Закрывать, открыть молнию на сумке.
- Взять стакан и сделать несколько глотков воды.

Как помочь леворукому ребенку

Для того чтобы в будущем у леворукого ребенка не возникали проблемы при обучении письму, нужно еще до школы (после 5 лет) научить его правильно сидеть за столом, держать ручку и тетрадь. Для правильной позы при письме необходимо:

- сидеть прямо;
- опираться спиной на спинку стула;
- не касаться грудью стола;

- ноги держать прямо, стопы поставить на пол или подставку;
- туловище, голову, плечи держать ровно;
- обе руки в области предплечья опереть о край стола, при этом локти должны выступать за край.

Теперь о тетради.

Малыш должен научиться класть ее прямо перед собой и чуть сдвигать, чтобы ее нижний правый край находился немного левее. Этот вариант позволяет не только правильно сидеть, но более легко и свободно передвигать руку по строке от начала к концу. По мере заполнения листа тетрадь отодвигается вверх.

Сначала правая рука поддерживает ее снизу, а когда страница заполняется внизу - сверху. Свет при письме падает справа.

Особое внимание следует уделить тому, как правильно держать ручку:

1. Ручка должна лежать на правой стороне среднего пальца. Указательный придерживает ее сверху, а большой поддерживает с правой стороны. Все три пальца нужно по возможности вытянуть и не сжимать ручку сильно.

Указательный палец может легко подниматься, и при этом ручка не должна падать. Безымянный и мизинец могут находиться внутри ладони или свободно лежать у основания большого пальца. Во время письма рука опирается на верхний сустав загнутого внутрь мизинца.

2. Расстояние от кончика стержня до указательного пальца должно быть не более 4 см. Это чуть выше, чем у праворуких, и необходимо для того, чтобы не закрывать линию письма. Указательный палец при этом не образует угол с ручкой, а как бы является ее продолжением. Держать ручку нужно так, чтобы она составила одну линию с рукой. Научиться правильно держать ручку непросто. Не стоит торопиться, нервничать, ругать ребенка. Начинать нужно с нескольких простых штрихов, все делать медленно, спокойно. Занимаясь с леворуким малышом, не стоит забывать о работе по развитию содружественного действия обеих рук. Здесь могут быть рекомендованы игры и упражнения с мячом, занятия плаванием, лепкой, вышиванием, вязанием,

плетением макраме и прочие виды деятельности, развивающие координацию движений пальцев, кистей рук. При воспитании и обучении леворукого ребенка задача взрослого - развить в нем чувство оптимизма, уверенности в себе, самооценности, активного отношения к жизни. Довольно часто леворукие дети затрудняются в определении правой и левой руки. В таких случаях можно «маркировать» их ведущую руку при помощи браслета или часов. Малыша, предпочитающего действовать левой рукой, полезно будет занять составлением рассказа по серии сюжетных картинок, которые он сам же и разложит, соблюдая направление слева направо. За этим должны проследить взрослые. Ребенок может и иллюстрировать сказки, а потом пересказывать их по картинкам, разложенным по тому же принципу. Леворуким детям пойдут на пользу занятия декоративным рисованием, аппликацией, которые основаны на ряде и чередовании элементов. Если в рисунках есть элемент зеркальности, взрослые должны обратить на это внимание ребенка. Могут возникнуть трудности и при чтении. Леворукие дети нередко теряют строку и делают попытки читать справа налево или из середины текста. Во избежание таких проявлений ребенку нужно напомнить, откуда началось чтение, а можно ориентировать его по «маркированной» руке. Если эти способы не дают эффекта, малыш может попробовать закрыть текст и открывать только читаемый слог. Причем, сначала это лучше сделать взрослому, а вскоре и юный читатель освоит эту хитрость. Так придется продолжать до тех пор, пока не автоматизируется нужное направление и темп слежения за строкой. Все занятия нужно проводить систематически, но их продолжительность не должна превышать 20 минут. Потом малышу нужен отдых. А, восстановив силы, можно продолжить **занятие еще на 15-20 минут**. Хорошим подспорьем для леворуких детей и их родителей могут стать, имеющиеся в продаже книги об этой проблеме, прописи для левшей-первоклашек, различные методические пособия, направленные на освоение того или иного навыка, где ведущей была бы левая рука. Если не игнорировать индивидуальность ребенка, а всячески помогать ему, тогда он сможет гармонично существовать в праворуком мире.

Тест (экспресс-диагностика) для взрослых.

Из нейропсихологии мы знаем, что два полушария человеческого мозга работают по-разному: левое полушарие отвечает за логические и лингвистические стороны умственных операций, а правое полушарие - за их образность, целостность и эмоциональность. Такая функциональная асимметрия человеческого организма проявляется в разных формах поведения, при этом те или иные поведенческие реакции могут строиться по правому или левому типу.

Сейчас мы сделаем несколько тестов и узнаем, какие типы реакций преобладают у каждого из вас. Вы сделаете несколько упражнений, в каждом из них вы будете отмечать на листке, какой тип реакции - правый или левый - проявился у вас. Их можно отмечать, например, буквами "П" и "Л".

Итак, приготовьте листки бумаги и ручки, чтобы отмечать правый и левый тип реакции.

1. Поместите руки перед собой и переплетите пальцы. Посмотрите, какой из двух больших пальцев оказался сверху - правый или левый. Если сверху оказался правый палец, то это правый тип реакции, так и отметьте в своем листке. Если сверху левый палец, то тип реакции у вас левый. Итак, переплетите пальцы и в зависимости от того, какой из двух больших пальцев оказался сверху, отметьте в своем листке правый или левый тип реакции.

Пожалуйста. (Гонг).

2. Ваши глаза открыты. Сложите указательные пальцы рук перед глазами так, словно вы прицеливаетесь из ружья, при этом поймайте и зафиксируйте глазами точку, в которую вы стреляете (не закрывайте глаза). Итак, сложите пальцы рук в ствол ружья и прицельтесь в точку. А сейчас закройте сначала один, а затем другой глаз. Посмотрите, в каком из этих двух случаев точка прицела сместится. Если точка сместилась при закрытом правом глазе, то тип вашей реакции - правый, если точка сместилась при закрытии левого глаза - тип реакции левый.

3. Это так называемая поза Наполеона. Скрестите руки на груди и посмотрите,

какая рука (от локтя до запястья) оказалась сверху, правая или левая. Результат зафиксируйте.

4. Сначала мы попросим вас немного поаплодировать. Итак, все хлопаем в ладоши.

А сейчас обратите внимание, какая рука при аплодировании у вас оказывается сверху - правая или левая. Итак, смотрим, какая рука при хлопках в ладоши оказывается сверху и фиксируем этот результат на своем листке.

По количеству правых и левых типов реакции вы можете в первом приближении определить свой тип межполушарной асимметрии.

Первое задание позволяет судить об общем характере вашего психологического склада, является ли он логическим или эмоциональным.

Второе задание может говорить о таких чертах характера, как твердость и агрессивность.

Третье - указывать на склонность к простодушию или кокетству.

Четвертое - на решительность или нерешительность характера.

Ваш характер *(более подробный анализ теста)

1. ПППП – для вас характерен консерватизм, ориентация на общественное мнение (на стереотипы). Вы не любите конфликтовать, спорить и ссориться.

2. ПППЛ – определяющая черта вашего характера – нерешительность.

3. ППЛП – для вас характерны кокетство, решительность, чувство юмора, артистизм. При общении с вами необходимы юмор и решительность. Очень контактный тип характера. Этот тип у женщин встречается наиболее часто.

4. ППЛЛ – редкий тип характера. Мягкий. Наблюдается противоречие между нерешительностью и твердостью характера.

5. ПЛПП – тип характера, сочетающий аналитический склад ума и мягкость.

Чаще встречается у женщин – тип «деловой женщины». Медленное привыкание, осторожность, в отношениях терпимость и некоторая холодность.

6. ПЛЛЛ – слабый и самый редкий тип характера. Обладатели такого характера беззащитны, подвержены различному влиянию. Встречается, как правило, у

женщин.

7. ЛППП – такое сочетание встречается очень часто. Основная черта – эмоциональность, сочетающаяся с недостаточной настойчивостью.

8. ЛППЛ – для вас характерны мягкость, наивность. Требуете особого, внимательного отношения к себе – тип «маленькой королевы».

9. ЛЛПП – вам присущи дружелюбие и простота, некоторая разбросанность интересов, склонность к самоанализу.

10. ЛЛПЛ – в вашем характере преобладают простодушие, мягкость, доверчивость. Очень редкий тип характера, практически не встречающийся у мужчин.

11. ЛЛЛП – вы эмоциональный, энергичный и решительный человек, но часто наспех принимаете решения, которые приносят серьезные осложнения. Очень важен дополнительный тормозной механизм. Мужчины с таким характером менее эмоциональны.

12. ЛЛЛЛ – у вас антиконсервативный тип характера. Способны на старые вещи взглянуть по-новому. Характерны эмоциональность, эгоизм: упрямство, иногда переходящее в замкнутость.

13. ЛПЛП – самый сильный тип характера. Вас трудно в чем-либо убедить. Вы с трудом меняете свою точку зрения. Но в то же время вы энергичны, упорно добиваетесь поставленных целей.

14. ЛПЛЛ – вы настойчивы в достижении поставленных целей. Обладатели такого характера – люди неуступчивые, переубедить их порой оказывается невозможно. Они склонны к самоанализу, с трудом находят себе новых друзей.

15. ПЛЛП – у вас легкий характер. Вы счастливо умеете избегать конфликтов, любите путешествовать. Легко находите друзей. Однако вы часто меняете свои увлечения.

16. ПЛЛЛ – вам присущи непостоянство и независимость, желание все сделать самому. Способность анализировать помогает вам успешно решать сложные задачи. Обычно вы кажетесь мягким, но становитесь требовательным и даже жестоким, когда доходит до дела.