**Как научить ребенка различать правую и левую стороны.**

Формирование пространственных представлений является одним из важнейших условий полноценного развития ребёнка на всех этапах дошкольного развития. К моменту поступления в школу дети уже должны свободно ориентироваться в пространстве, на плоскости, например на листе бумаги, и даже в составе слова (какой звук слышим первым - какую букву пишем, какой звук в конце слова, в середине слова т.д.). Если не развивать у ребенка пространственные представления, то в школьном возрасте он может столкнуть с рядом проблем, а именно возникнут трудности при изучении таких наук как математика, письмо, в старших классах физика и геометрия, так как для освоения данных предметов требуется хорошо развитое пространственное мышление. Ребёнок будет испытывать сложности на занятиях спортом или танцами, в ориентировании в пространстве. А ориентация в пространстве помогает верно понять маршрут понять, безопасно дорогу перейти. Такому ребенку трудно даются устные инструкции по ориентации; ему сложно сориентироваться на местности, на листе бумаги. В школе могут быть проблемы с обучением - когда нужно будет что-то найти в учебнике или в тетради, на уроках труда и конструирования, на строевой подготовке во время уроков физкультуры и т.д.

Процесс понимания сторон начинается с 2-х лет и заканчивается к 6. В 4-5 лет у детей продолжается развиваться умение ориентироваться в пространстве. В два года ребенок еще не может сказать, что одна сторона называется правой, а другая – левой. Но родители должны знать – он их прекрасно различает. Поэтому необходимо именно в этот период начинать осваивать пространственные понятия.

Основным источником познания дошкольника является чувственный опыт. Ребенок ориентируется, применяя так называемую чувственную систему отсчета, т.е. по сторонам собственного тела. Он практически соотносит предметы с частями тела: вверху - где голова, внизу - где ноги. Другими словами, дошкольник (особенно младший) осваивает «схему» собственного тела, которая, по сути, и является для него системой отсчета

Умение различать «право-лево» состоит из целого комплекса составляющих, которые могут формироваться поэтапно и не один год. Недостаточно «разок как следует объяснить и выучить», ведь процесс освоения многокомпонентный. Чтобы познакомить ребёнка с понятиями «право» и «лево», стоит регулярно оперировать этими словами в повседневной речи, показывать рукой разницу в направлениях. Ребёнок вряд ли запомнит это сразу, но в его картине мира уже появится понимание, что стороны называются по-разному и это постоянные определённые названия. Когда ребёнок усвоил мысль, что у всего на свете есть стороны, которые называются «право» и «лево», ему предстоит запомнить, какая из них где.

Для начала научите ребенка **различать правую и левую руки**. Создайте ассоциацию у ребенка с определенной рукой. **Начинать следует с ведущей стороны**. Например, правая (левая для леворуких) рука — та, которой он держит ложку. В период, когда определение сторон ещё не автоматизировалось, можно использовать подсказки разных типов. Впрочем, многие взрослые в силу индивидуальных особенностей продолжают путать стороны и тоже пользуются этими подсказками. Можно запомнить, на какой руке часы или браслет. *Есть и более универсальные способы: сложите указательный и большой пальцы в виде буквы «L».* Можно приобрести специальные браслеты, часы, сделать временную татуировку с каким-нибудь мультяшным персонажем. Пометки могут быть и невидимыми. Нанесите на руку немного ароматизированного бальзама для губ, запах тоже поможет ребенку сориентироваться. Запомнить стороны помогут отметки на руках и ногах ребенка. Если, например, на правой руке у него есть заметная родинка или шрам, то благодаря им ему будет проще запомнить, что это именно правая рука.

Когда с руками разобрались, расскажите ребенку, что все, что находится со стороны правой руки — тоже правое: нога, ухо, глаз. Чтобы кроха быстрее научился ориентироваться в пространстве, поиграйте с ним в игры.

Для самых маленьких отлично работают потешки. Например:

Ура, ура, ура

Поймали мы ежа.

А еще поймали крошку

За левую ножку!

Проговаривая последнюю строчку, мама прикасается к левой ножке ребенка, гладит ее, потряхивает.

Для более старших детей вместо потешек используются стихотворения или песенки, под которые дети совершают определенные движения. Вот одно из них:

Наш жирафчик длинноногий

К маме укажи дорогу.

Правой ножкою шагай

Левой ножкою шагай

Снова правою ногой,

Снова левою ногой,

После правою ногой,

После левою ногой –

Быстро попадешь домой.

Эта игра развлечет вашего непоседу в путешествии поездом или в автобусе. Малыш кладет ручки на столик, мама свои руки кладет рядом и проговаривает стишок:

Мы ладошками играем,

Их скорее поднимаем!

Слушай и смотри –

Левая (правая), беги!

На последнем слове ребенок должен быстро спрятать ту ручку, которая была названа в рифмовке, чтобы мама не успела коснуться ее своей рукой.

«Плывет кораблик»

В игру можно играть в ванной, в бассейне, на речке или на море. Малыш пускает в воде кораблик и направляет его в ту сторону, в которую ему говорят. Вместо кораблика может быть и сам малыш. Пусть он ляжет на животик в воде. Мама или папа поддерживают его и говорят, куда плыть. Соответственно, ребенок гребет ручками влево или вправо. Не надо направлять ребенку в ту или иную сторону, только удерживайте его на воде.

**Ухо-нос.**

Левой рукой взяться за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1- 2 минуты. Дыхание произвольное.

Интересные игры можно придумать с отпечатками рук. Для этого обведите ладошки на листе бумаги и спросите у крохи, где какая. Если он затрудняется с ответом, пусть приложит свои ручки к отпечаткам. Вот теперь все ясно. Предложите малышу выполнить такие задания: "Нарисуй на правой ручке браслет. Раскрась ноготок указательного пальца на левой руке. Нарисуй на среднем пальце правой руки колечко". А теперь обведите на листе несколько правых и левых ладошек в разных положениях (чтобы пальчики смотрели и вверх, и вниз, и в стороны). Сможет ли малыш дорисовать на всех левых руках часы, а на всех правых — браслеты? Еще вариант игры с отпечатками: ребенку нужно хорошо обмазать руки красками и сделать несколько отпечатков каждой руки на бумаге. А потом попытаться самому разобраться, где отпечатки правой и левой рук. Можно сделать отпечатки ног, вырезать их из бумаги и выложить на полу. Ребенок пройдет эту тропинку, только если будет наступать на подходящие отпечатки.

**Одежда и обувь как способ объяснить**

Отдельно хочется остановиться на процессе одевания ребёнка. Одевание очень хорошо может помочь научить ориентироваться. Много проблем из-за неумения различать стороны у ребенка возникает, когда он начинает сам одеваться. Но эти трудности можно использовать для обучения. Надевайте одежду по порядку. Правше предложите начинать одеваться с правой стороны. Пускай сначала он всегда надевает правую штанину, правый носок, правый ботинок, правую перчатку и так далее. Обувая и одевая ребенка, старайтесь постоянно сопровождать процесс фразами:

Это – правый рукав, это – левый;

Обуваем левый ботинок, теперь – правый.

Позднее такие же комментарии пусть малыш сам высказывает во время одевания. Мотивируйте его рассказывать, какой ботиночек он одевает сейчас, какую руку продевает в рукав кофты. Так же надо действовать и с другими предметами одежды – курточками, футболками.

Чтобы ребенок научился правильно обуваться, покажите и объясните ему, что **что ботиночки «дружат» и «смотрят друг на друга»** (поставьте ботиночки правильно). Найдите у каждого ботинка «носок».  Покажите, что носки «смотрят друг на друга». Потом покажите, как ботиночки «поссорились» (носки ботинок смотрят в разные стороны) и вместе с малышом поставьте их снова правильно – «подружите», пусть они «поглядят друг на друга».

Если же ребенку трудно различать обувь, помогут наклейки. Такие наклейки можно купить, можно сделать самим. *Напишите на кусочке малярного скотча имя ребенка и разрежьте полоску пополам. Первую часть приклейте на стельку левого ботинка, а вторую на правый.* Чтобы правильно обуться, ребенку нужно будет сложить этот простой пазл *со своим именем.* *Вместо скотча с именем можно взять наклейку с изображением фрукта или животного, разрезать ее пополам и поместить кусочки в ботинки.*

**Поможет разобраться с обувью такая игра-путаница.** Разложите обувь ребенка, членов семьи вперемешку. Задача – подружить все туфельки (ботиночки, сапожки), то есть расставить их правильно в пары так, чтобы они «смотрели друг на друга». Сначала предложите 3-4 пары обуви для этой игры. Потом в следующей игре можно увеличить количество пар до 8. В первой игре Вы помогаете малышу при необходимости, подсказываете – «Посмотри, эти туфельки друг на друга смотрят или смотрят в разные стороны? Да, в разные стороны. А как их подружить?». Затем малыш выполняет игровое задание сам. Как только он будет легко справляться с этим заданием – можно приступать к следующему шагу. Объясните, что у каждой ножки есть свой «домик». Поставьте ножки на домик сверху (ботинки стоят напротив ножек). Потом уже малыш обувается.

После тренируем умение **определять** **расположение предметов в пространстве**. Просите ребенка принести вам предмет, который справа от него, или слева, спросите, что находится по правую руку, а что по левую.

Систематически в повседневной жизни старайтесь акцентировать внимание на размещении вещей в пространстве. «Где твоя зеленая машинка? Вот она, справа от кубиков!» «Принеси мне твою белую майку. Она в левом ящичке комода». Делайте с ребенком веселую зарядку. Включайте любимые детские песенки и вместе поднимайте поочередно (обязательно при этом называя) правую руку или левую, делайте шаги, прыжки, наклоны вправо или влево. Во время прогулки рассматривайте все вокруг, комментируйте все, что увидели, называя, с какой стороны вы это наблюдаете. «Смотри, какой красивый котик справа от тебя!» На прогулке комментируйте ваш маршрут. «Теперь нам надо повернуть налево». «Сейчас нам направо».

Скажи, где находится

Ребёнку нужно называть пространственное расположение предмета относительно того, кто бросает мяч и называет предмет (в данном случае, мамы). Время от времени меняйтесь с малышом ролями. Попробуйте допустить ошибку. Заметит ли ее ребенок?

Квест

Простые квесты очень эффективны. Все любят находить сокровища, «секретики», «клад». Спрячьте, например, игрушку в квартире. Попросите малыша найти ее по вашим указаниям. Направляйте ребенка словами «вправо, «влево», «остановиться», «поищи игрушку», «пройди 2 шага». Если ребенку 3 года – достаточно 2 или 3 команд. По мере взросления количество команд нужно увеличивать. Шестилетнему можно давать до 10 команд.

Возьмите любое задание - «лабиринт» и предложите ребенку в точности соблюдать ваши команды. Пусть представит, что идет в полной темноте, а вы - его «глаза». Чтобы выбраться из лабиринта, нужно точно следовать инструкциям и не путать право - лево. Если ориентироваться «на бумаге» ребенку пока сложно, устройте поиски клада «на местности» - в детской комнате. Спрячьте игрушку-«клад», и помогайте ребенку найти ее при помощи подсказок («два шага вправо, шаг вперед, один шаг влево» и т.д.).

«Где звенит?»

Ребенок сидит на стуле, глаза открыты либо закрыты. Взрослый звенит в колокольчик (или другой звучащий предмет), держа его перед ребенком, за ним, над и под стулом, справа и слева. Нужно правильно сказать, где звенит (справа, слева, наверху, внизу, впереди, сзади).

**Зеркальное отражение в определении сторон**

В 3 года ребенок уже различает стороны, но определить, где право и лево способен только «от себя» – показать свою левую руку, найти предмет справа от него. У других людей и предметов, которые стоят напротив, он еще не может верно определить сторону. Поэтому, когда взрослый проводит с детьми упражнения, желательно, чтобы он стоял не напротив, а рядом с ними. Даже если малыш прекрасно знает, где у него право, а где лево, он обязательно будет путаться с зеркальным отражением. А у некоторых детей эта проблема остается на долгое время. Даже некоторые взрослые могут путать.

Необходимо, чтобы ребенок мог определять лево и право не только со своей стороны, но и со стороны собеседника. Для этой цели можно использовать отображение в зеркале. Также удобно тренироваться на кукле – сначала посадите игрушку спиной к ребенку и спросите, где у нее правая рука. После этого завяжите на ней ленточку, а также на правой руке малыша. Затем поверните куклу лицом к ребенку, чтобы ленты у ребенка и у куклы оказались с разных сторон. Снова разверните ее спиной к малышу – и ленточки совпадут. Пусть малыш сам покрутит игрушку несколько раз, чтобы разобраться в этом. Важно, чтобы ребенок уяснил, что правая рука всегда остается правой – меняется только положение предметов относительно друг друга.

И здесь тоже на помощь придут игры. Предложите малышу завязать всем своим игрушкам и куклам ленточки на правые (или левые) лапки. Или красные ленточки – на правые, а синие – на левые. Как альтернатива ленточкам – обычные резинки для волос. Можно нарисовать картинку-загадку для малыша, или найти в интернете подобные задания. *Изобразите на бумаге (можно схематически) пару десятков зайчиков (или человечков). Пусть они стоят и передом, и задом, и боком. Часть фигурок будет держать флажки в правых лапках, часть – в левых. Пусть малыш обведет, например, синим карандашом тех, у кого флажок в правой лапе, а зеленым – у кого в левой*.

Используйте зрительную память: на картинках в книжках определяйте вместе с ребенком, где у того или иного героя или животного правый глаз, левая нога, правый ус, левое крыло и т.п.

Подвижные «игры-обманки». Например, когда ведущий даёт инструкции вроде: «подняли левую руку», «повернулись направо» и показывает их, а в какой-то момент его слова и действия расходятся. Кто неправильно повторил за ведущим — выбывает или сам становится ведущим!

Зеркало

Поставьте два стула друг напротив друга. На один стул сядьте сами на второй посадите малыша. Объясните ребёнку, что то, что вы будите делать правой или левой рукой, малыш должен будет повторять за Вами той же рукой. Прикоснитесь рукой по очереди к правому, а затем к левому плечу, правой рукой к левому уху, левой рукой к правому колену, правой рукой к правому уху и т.д. Попросите ребёнка повторить то же самое действие.

Станьте вместе с ребенком посреди комнаты и попросите, чтобы он расположился так, чтобы вы очутились слева от него, затем справа, спереди, сзади. Предложите ребёнку ответить на такие вопросы: «Что нужно сделать, чтобы «право» и «лево» поменялись местами? А чтобы поменялись местами «спереди» и «сзади»?

Можно ли «справа» изменить на «спереди»? Что произойдет, если сделать полный оборот?» В первом и втором случае нужно повернуться на пол-оборота, в третьем случае - на четверть. А вот если сделать полный оборот, ничего не произойдет. Не спешите подсказывать малышу. Пусть он сам повертится на месте и поймет, что к чему.

Любые упражнения надо делать систематически и последовательно – от простого к сложному. Все навыки закрепляются в бытовых ситуациях. Играя с малышом в свободное время, не забывайте продолжать обучение в игровой форме во время еды, прогулок.

Важно ребёнка 6-7 лет научить **ориентироваться на плоскости** (листе бумаги, странице книги, тетради и т.д.). Предложите ребёнку найти середину, центр, верхнюю и нижнюю части листа, правый и левый, верхний и нижний углы, правую и левую сторону листа бумаги. Предложите взять 5 красных кружков и положить в правый верхний угол, а 3 синих - в нижний левый угол. Важно, чтобы, выполнив задание, ребёнок рассказал о месте расположения тех или иных предметов. Заданиями по ориентированию в пространстве можно сопровождать и обычное рисование: попросите ребенка нарисовать/наклеить тех или иных героев или животных в движении - идущими (бегущими, ползущими) слева - направо или справа – налево, в верхней или нижней части листа. "Нарисуй, пожалуйста, домик. А теперь слева от него — собачку, а справа — кошечку". Или: "Давай нарисуем ёлочку, а справа от нее берёзку. А что мы нарисуем слева: пенёк или зайку? " А сможет ли малыш нарисовать птичку, летящую справа налево? А слева направо?

Хорошо помогут развить ориентацию на листе бумаги различные аппликации, раскраски-находилки. Подобных раскрасок разной сложности очень много. Замечательно еще для плоскостной ориентации подойдут пазлы, мозаики, танграм, тетрис, различные игры-ходилки и тому подобное.

Большую пользу приносят **зрительные диктанты**. Графический диктант — полезное упражнение для развития пространственной ориентации на плоскости, и для подготовки руки к письму, тренировки ловкости и внимания. Для 3-4-летних малышей используйте упрощенный вариант. Нарисуйте на листе бумаги игровое поле, расчертив его на 9-12 крупных клеток, возьмите две маленькие игрушки (например, из киндер-сюрпризов, поставьте в разных местах игрового поля. Теперь пусть малыш поможет игрушкам встретиться, выполняя ваши словесные команды о том, сколько шагов и в какую сторону должна сделать каждая фигурка. Для этих целей можно использовать и шахматную доску. А когда кроха немного подрастет, приступайте к настоящему диктанту. Для этой цели купите тетрадь с крупными клетками, дайте малышу хорошо заточенный мягкий карандаш и диктуйте. Пусть он отсчитывает определенное количество клеток в нужную сторону и проводит линии. Для того чтобы рисовать было интереснее, заранее придумайте и нарисуйте несколько несложных фигурок: собачка, домик, флажок, кораблик — и диктуйте уже по готовому рисунку.

Если ребенок умеет читать, то ему можно предложить игры с буквами и словами. Прочитать буквы/слоги сначала слева-направо, а потом наоборот. Предложите прочитать слова-превертыши (палиндромы), предложения, которые одинаково читаются слева и справа. Интересный вариант – лабиринты, где нужно найти и прочитать слова, предложения. Помогут с ориентацией в пространстве кроссворды, филворды.

Кроме того, стоит использовать на пользу развивающие возможности компьютеров, планшетов и других гаджетов: вместо пустых игр предложите ребенку игры на пространственную ориентировку, которые могут помочь ему научиться различать лево-право, ориентироваться в своем теле, окружающем пространстве.

Предлагаемые игры вызовут эмоциональную вовлеченность детей, способствуют сознательной целенаправленной деятельности, которая задействует в работу внимание, память, мышление, активизирует пространственную и зрительную координации, будут развивать усидчивость и навык аккуратности при выполнении заданий.

Главное – не упустить момент и начать обучать ребенка ориентации в пространстве с двух лет. Важно делать это систематически, усложняя упражнения и игры по мере развития ребенка. Тогда малыш и сам не заметит, как прекрасно разбирается, где право, а где лево.