

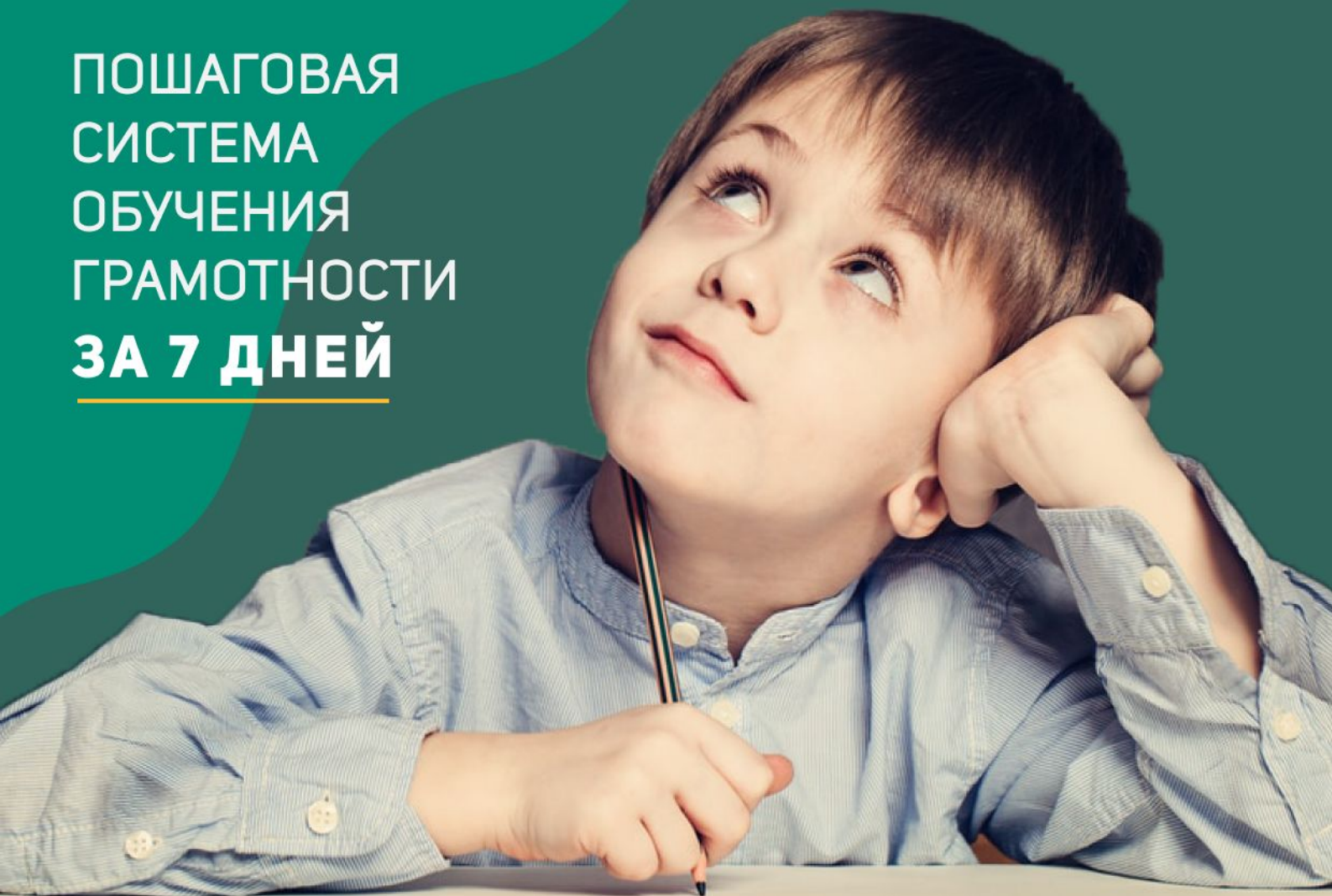
# ШАМИЛЬ АХМАДУЛЛИН

МЕТОДИЧЕСКОЕ РУКОВОДСТВО ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## БЛОКНОТ-ТРЕНАЖЕР ДЛЯ ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ

### КАК РАЗВИТЬ ВНИМАНИЕ РЕБЕНКА

ПОШАГОВАЯ  
СИСТЕМА  
ОБУЧЕНИЯ  
ГРАМОТНОСТИ  
ЗА 7 ДНЕЙ



Детский центр развития когнитивных  
способностей Шамяля Ахмадуллина

# Как блокнот-тренажёр позволит вашему ребёнку развить внимание?

В блокноте вы найдёте ежедневный комплекс упражнений на 7 дней. Они подобраны таким образом, чтобы развивать сразу все свойства внимания всего за 15-20 минут ежедневных занятий. В результате ваш ребёнок значительно улучшит навык внимания.

## Основные принципы:

- Необходимо заниматься ежедневно 7 дней подряд, желательно в одно и то же время.
- в среднем занятие длится 15-20 минут без перерыва.
- Во время занятий ребёнку необходимо выпить минимум 1 (лучше 2) стакан простой очищенной воды. В процессе выполнения упражнений идёт очень активная работа мозга, которому необходима чистая вода.
- Принцип проведения занятий — игра. То есть для ребёнка урок должен быть чем-то весёлым, интересным и приятным. Объясните ребёнку, что он развивает в себе навык не отвлекаться и что ему будет намного легче учиться.
- Для занятий необходим секундомер. Записывайте в блокноте время выполнения ребёнком конкретного задания (когда это требуется). Контроль времени очень важен для улучшения результатов.



# Инструкция по работе с блокнотом

Сначала сами ознакомьтесь с принципом выполнения заданий, чтобы затем объяснять их ребёнку.

## Задание 1:

Тест Струпа. В этом задании ребёнку необходимо громко, вслух называть либо цвет, которым написаны слова, либо значение слов. Называть слова нужно максимально быстро.

1. Назови цвет, которым написаны слова. Не читай слова, только называй цвет.

желтый черный синий  
красный синий желтый  
черный красный синий  
зеленый синий красный  
зеленый желтый красный  
красный синий желтый  
синий черный красный  
желтый синий зеленый

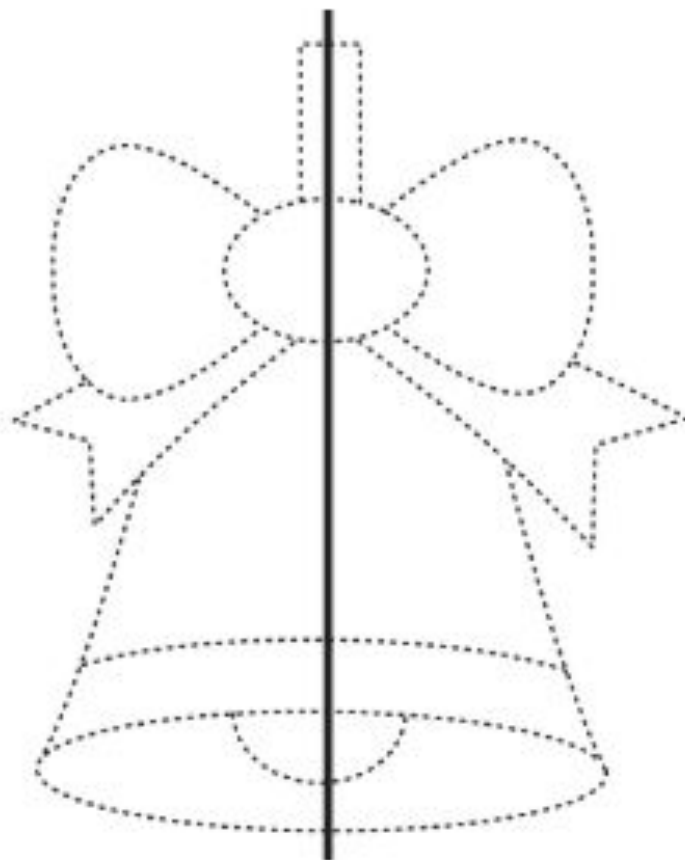




## Задание 2:

Рисование одновременно двумя руками. Ребёнок, держа в руках одновременно 2 карандаша или ручки, обводит рисунок по контуру, стараясь сделать это максимально аккуратно. На выполнение даётся ровно 2 минуты (засекаете по секундомеру). Чем больший объём выполнит ребёнок и чем аккуратнее он это сделает, тем лучше.

2. Обведи двумя руками одновременно. Справа рисуй правой рукой, слева – левой



### Задание 3:

Ребёнку необходимо быстро и без ошибок переписать буквы в строки ниже. Необходимо писать строчными буквами.

## 3. Перепиши следующие строчки

ПРОЛЛЛЛГГГНУТ ДЩОЛДТТЬ  
ЕРПННГИИТОООЫАВ ЛЖЖДЖДЖД  
ММММИПППФВФФФАААЧЧЧОО

---

---

---



## Задание 4:

Ребёнку необходимо смотреть на буквы 5 секунд (засекаете секундомером) и, не подглядывая, записать их.

4. Запомни  
последовательность букв

**В Л О И**  
**Т Ш Н**



## Задание 5:

Ребёнку необходимо максимально быстро найти отличия в рисунке и обвести Их.

### 5. Найди 10 отличий





## Задание 6:

Ребёнок быстро ищет по порядку необходимые числа и обводит их.

6. Найди цифры от 10 до 20

<b>17</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>21</b>	<b>19</b>
<b>20</b>	<b>1</b>	<b>16</b>	<b>23</b>	<b>10</b>
<b>24</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>8</b>
<b>3</b>	<b>22</b>	<b>9</b>	<b>25</b>	<b>18</b>
<b>13</b>	<b>7</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>6</b>





## Задание 7:

Ребёнок максимально быстро называет вслух числа.

7. Прочитай быстро вслух  
числа

**1, 9, 2, 1, 5, 7, 8,  
0, 2, 3, 1, 5**



## Задание 8:

Ребёнок выполняет это упражнение сидя. Двигается слева направо. Громко вслух называет верхнюю букву и Поднимает соответствующую заданию руку.

**Верхний ряд** — буквы, которые нужно называть вслух.

**Нижний ряд** — буквы, которые обозначают, какую руку поднимать вверх

А Л	Г П	Ж П	Е В
Б П	К В	Э П	Ч Л
Ф В	Х Л	А П	Н В


(П — правая, Л — левая, В — вместе),  
одновременно называйте верхнюю букву и  
поднимайте нужную руку.



## Задание 9:

Аналогично заданию с запоминанием букв, ребёнку необходимо запомнить изображения и написать их Последовательность на следующей странице.

4. ЗАПОМНИ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ИЗОБРАЖЕНИЙ



The image shows a sequence of six simple line drawings arranged horizontally. From left to right, they are: a pig, an apple, a bird, a teapot, a fish, and a glass of water.





## Задание 10:

Ребёнку необходимо по порядку найти нужные числа и обвести их.

