

МБДОУ – детский сад № 370

**Методические рекомендации для
воспитателей, музыкального руководителя и
инструктора по физической культуре по
использованию методов психомоторной
коррекции.**

Екатеринбург, 2017

Составитель:

Конева Е.А., учитель–логопед МБДОУ детский сад № 370

В пособии представлен опыт использования методов психомоторной коррекции для детей старшего дошкольного возраста с нарушением речи. Пособие адресовано логопедам, психологам, студентам дефектологических факультетов педвузов, инструкторам физического воспитания, музыкальным руководителям, воспитателям, гувернерам, родителям.

Рекомендации по использованию методов психомоторной коррекции для воспитателей, инструктора по физической культуре, музыкального руководителя в старшей группе.

Предлагаемые игры и упражнения можно использовать в качестве разминки в ходе групповых и индивидуальных занятий, коррекционного часа, в совместной деятельности. Игры и упражнения расположены в порядке нарастающей сложности. Старайтесь не нарушать предлагаемый порядок.

Развитие кинестетического праксиса

Необходимо организовать игры с различными предметами: собирать мелкие предметы (пуговицы, зернышки риса, горошины, спички), вкладывать маленькие предметы в большие (матрешки), завязывать развязывать шнурки; застегивать, расстегивать пуговицы, молнии, кнопки; игры с веревочками - плести косички, завязывать узелочки типа макраме, продевать через отверстия; складывать узоры из мозаики; лепить из пластилина; рвать бумагу на мелкие кусочки; резать ножницами; нанизывать бусинки. Для развития мелкой моторики нужно упражняться ежедневно. Это хорошо влияет не только на возможность управлять движением пальцев, но на развитие речи, произвольность поведения.

Игры:

1. Кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца - «пальчики здороваются». Те же движения пальцев выполняются левой рукой, затем двумя руками одновременно.
2. Выпрямить указательный палец правой руки и вращать им - «оса». То же левой рукой, обеими руками - «осы».
3. Указательный и средний пальцы правой руки «бегают» по столу. То же выполняется левой рукой. Устраивают перегонки.

4. Пальцами обеих рук, поднятых к себе тыльной стороной, совершать движения вверх-вниз (птички летят, машут крыльями)
5. Поочередно сгибать пальцы правой руки, начиная с большого пальца. То же, только сгибая пальцы, начиная с мизинца.
6. Выполнить два предыдущих упражнения пальцами левой руки.
7. Все пальцы, кроме большого, соединить вместе, большой палец вытянут вверх.
8. Согнуть пальцы левой руки в кулак, оставив сверху отверстие (бочонок с водой).
9. Левая рука в том же положении, указательный палец правой руки вставить в отверстие сверху (птичка пьет водичку).
10. Пальцы обеих рук слегка согнуть и приложить друг к другу (миска, гнездо).
11. Обе руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении, но большие пальцы опустить внутрь (птичье гнездо с яйцами).
12. Соединить под углом кончики пальцев правой и левой рук (крыша, башня, дом).
13. Руки в том же положении, только указательные пальцы расположить в горизонтальном положении перед «крышей» (магазин).
14. Пальцы в том же положении, только большие пальцы находятся по обеим сторонам «прилавка» (его изображают указательные пальцы, расположенные горизонтально) и «разговаривают» друг с другом, как продавец и покупатель.
15. Поднять руки вверх ладонями друг к другу, расположить пальцы горизонтально, соединить кончики среднего и безымянного пальцев обеих рук (мост, дорога, дон).
16. Руки в вертикальном положении, прижать ладони обеих рук друг к другу, затем слегка раздвинуть их, округлив пальцы (чаша, цветок).

17. Прижать руки тыльной стороной друг к другу, опустить пальцы вниз (корни растения).
18. Вытянуть указательный палец правой руки, остальные пальцы «бегут» по столу (бежит собака, бежит лошадь).
19. Пальцы правой руки находятся в том же положении, что в предыдущем упражнении, расставит, указательный и средний пальцы левой руки (они изображают всадника); посадить «всадника» на «коня» - указательный палец правой руки.
20. Положить правую руку на стол, поднять указательный и средний пальцы, расставить их (улитка с усиками).
21. Правая рука, как в предыдущем упражнении, левую руку положить сверху (раковина улитки)
22. Средний и безымянный пальцы правой руки прижать большим пальцем к ладони, указательный палец и мизинец слегка согнуть, поднять руку вверх (кошка).
23. Для развития крупной моторики: имитационные игры, «Море волнуется» и др.

Для преодоления инертности движений необходимы упражнения и игры, требующие быстрого переключения с одной позы на другую. У детей старшего возраста необходимо развивать те движения рук, на основе которых затем формируются навыки самообслуживания, рисования, письма. Важны игры на скорость реакции, смену движения или остановку по сигналу.

Если ребенок не может воспроизвести позу, заданную на другой руке целесообразно объединять упражнения в игровые комплексы по развитию крупной и мелкой моторики вместе, разыгрывая сюжетные ситуации для ребенка. Можно использовать игры-драматизации. Занятия должны проводиться непрерывно в течение многих месяцев.

Используйте следующие комплексы упражнений, постепенно наращивая их трудность:

Упражнения первого комплекса.

«Веер» - Ладони на столе. На счет один-два пальцы врозь-вместе.

Ладонка-кулак-ребро (на счет один-два-три).

«Колечки» - Соединять поочередно с большим пальцем каждый пальчик.

«Человечек» - Указательный и средний пальцы то правой, то левой руки бегают по столу.

Упражнения второго комплекса.

«Козлята» - То же упражнение, но выполняется одновременно двумя руками.

«Очки» - Образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединяя их у глаз.

«Деревья» - Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставив пальцы.

«Лилия» - Руки в вертикальном положении, прижать ладони обеих рук друг к другу. Затем слегка раздвинуть их, округлив пальцы.

Упражнения третьего комплекса.

«Флажок». - Большой палец вытянуть вверх, остальные соединить вместе.

«Гнездо» - Соединить обе руки в виде чаши, пальцы плотно сжаты.

«Птичка» - Соединить большой, указательный и средний пальцы и постучать по столу.

«Рыбка» - Соединить ладошки ровно и покачать ладошками вправо и лево.

Упражнения четвертого комплекса.

«Пчела» - Указательным пальцем правой руки, затем левой руки вращать вокруг.

«Пчелы»- То же упражнение выполняется двумя руками.

«Лодочка» - Концы пальцев направить вперед, прижимая ладошки друг к другу, слегка приоткрывая их.

«Солнечные лучи» - Скрестить пальцы обеих рук, поднять руки вверх, растопырить пальцы.

«Черепашка» - Большой палец с кулаке, выставить - спрятать.

Упражнения пятого комплекса.

«Замок» - На счет один - ладони вместе, на счет два - пальцы соединяются в замок.

«Паук» - Пальцы согнуты, медленно передвигаются по столу.

«Лиса и заяц» - Лиса крадется - все пальцы медленно шагают по столу, зайчик бежит - пальцы бегут столу.

«Бабочка» - Ладони соединить тыльной стороной, махать пальцами, плотно сжатыми вместе (бабочка машет крыльями).

Счет до четырех - Большой палец соединяется поочередно с остальными.

Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия:

Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания.

1. **Колечко.** Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и д.т. (в прямом и обратном порядке). В начале упражнения выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
2. **Кулак – ребро - ладонь.** Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе.
3. **Зеркальное рисование.** Рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы.

4. **Ухо – нос.** Левой рукой надо взяться за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Далее одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».
5. **Змейка.** Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Ребенок должен двигать пальцем, на который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий (содружественных движений). Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.
6. **Горизонтальная восьмерка.** Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставить вытянутыми указательный и средний. Рисовать в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, ребенок начинает слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы.
7. **Перекрестные движения.** Выполнять перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в стороны, назад). Затем сделать то же левой рукой и правой ногой.
8. **Горизонтальная восьмерка.** Нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе.
9. **Симметричные рисунки.** Нарисовать в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки.
10. **Медвежьи покачивания.** Качаться из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключить руки. Придумать сюжет.
11. **Перекрестное марширование.** Сделать 6 пар перекрестных движений, «маршируя» на месте и касаясь левой рукой правого бедра и наоборот.

Повторить «маршировку», выполняя односторонние подъемы бедра-руки вверх. Затем снова повторить упражнение перекрестно.

Развитие динамического праксиса

А) На занятиях по физкультуре или в танцах на музыкальных занятиях выполнять определенные последовательности движений, чередование различных видов ходьбы, ходьба в чередовании с бегом и т.д.

Б) На занятиях по развитию речи, ИЗО деятельности включать упражнения по типу «Расскажи стихи руками», например:

1. Взмахи двумя руками в сторону - горизонтально до уровня плеч, затем вниз к бедрам.

Летели две птички,
собой невелички,
Как они летели,
Все люди глядели.

2. Взмахи двумя руками одновременно на уровне пояса влево-вправо. Взмахи одной рукой, каждой по отдельности влево-вправо.

Тишина стоит вокруг,
Вышли косари на луг.
Взмах косой туда-сюда.
Делай «раз»
и делай «два».

3. Руки подняты вверх, над головой и касаются кончиками пальцев (ракета), затем опускаются в стороны - на уровне плеч.

Раз, два - стоит ракета.
Три, четыре - самолет.

Упражнения повторяется 3-4 раза. Далее детям предлагаются более сложные упражнения.

В) Для индивидуальных занятий используйте следующие игры:

- Игра «Ладони». Ребенок должен выполнять действия по команде взрослого, который управляет игрой и произносит «Ладони над столом» - ребенок должен переместить свои ладони, ладони «за

спиной», «ладошки под подбородком», «ладошки над головой». Если ребенок ошибается - штраф, если выполняет правильно - приз. Постепенно можно увеличивать темп игры.

- Игра «Кто в домике живет». Подготовьте, рисунок 2-3 этажного домика и картинки с изображением зверей. Попросите ребенка расселить зверей, при этом, проговаривая, например: «волк живет на втором этаже, над квартирой зайца». Просите ребенка описать, где живут звери.
- С целью развития пространственных представлений необходимы игры на формирование временных понятий. Время дня – утро, ночь, день, вечер, представления о днях недели и их последовательности, о временах года и их последовательности, о числе и последовательности месяцев в году.
- Игра «Построй рисунок из спичек».

Г) Для работы с детьми подберите книжки-раскраски, книжки с играми лабиринтами.

Развитие пространственного восприятия

1. Игры и упражнения:

- Для развития представлений ребенка о схеме тела можно проводить следующие упражнения. Ребенка сажают перед зеркалом и просят показать части своего тела: «Покажи свою правую руку, левую ногу, левый глаз» и т.д., «Правой рукой коснись левой ноги, левого плеча» и т.д., потом просят все то же самое показать на кукле.
- Игра в «Кривое зеркало»: то, что я делаю левой рукой, ты повторяй левой рукой и т.д.
- Игра «Загадочные фигуры». Игроки принимают различные позы, а ведущий должен отгадать, что постарались изобразить дети. И,

наоборот, ведущий игрок задает «фигуры», которые следует изобразить игрокам.

- Игра «Расставь мебель» - просят ребенка расположить карточки с рисунками предметов мебели на схеме комнаты.
- Игра «Собери квадрат». Взрослый вырезает из картона несколько квадратов разных цветов и разрезает каждый квадрат на несколько частей. Задание для ребенка: 1- разложи части квадратов по цвету, 2 собери из кусочков квадратики.
- Настольные игры, связанные с передвижением фишек.
- Лепка.
- Конструирование из кубиков по образцу, занятия с конструктором, складывание разрезных картинок. Вы можете взять любую предметную картинку и для начала разрезать, ее на две части, а затем попросить ребенка сложить эту картинку, постепенно усложняя задание - на 4, 8, 12 частей.
- Ориентирование по картам-схемам. Нарисуйте карту дороги, а отдельно к ней предложите маршрут, начерченный отдельно или объясненный на словах: «вперед», «потом направо», «потом вперед» и т.д.
- Игры типа «Полянка».
- Составление узоров из геометрических фигур.
- Составление фигур из разрозненных деталей. Примерные задания: «Человечек», «Лицо», «Лошадь», «Медвежонок», «Автомобиль».
- Игра в пазлы по составлению картинок.
- Игра «Что это?». Вы показываете ребенку контурное изображение каких-либо предметов или только какие-то детали от них, а ребенок должен узнать, что это за предметы.

- Покажите ребенку сюжетную картинку и попросите его назвать, что нарисовано в середине, что справа, что слева, вверху и т.д. Можно на лист бумаги наклеить несколько картинок в центре и по углам, попросить ребенка показать и назвать предмет, расположенный в правом верхнем углу, в левом нижнем углу, в середине и т.д.
- Ребенок рисует геометрические фигуры под диктовку взрослого: «Нарисуй треугольник в верхнем левом углу, справа от него квадрат, под ним круг и т.д.

Развитие зрительного восприятия, зрительной памяти

1. Формирование дифференцированного восприятия и понятий «большой-маленький», «длинный-короткий», «широкий-узкий», «высокий-низкий». Игры: «Парные картинки», «Лото».
2. Подбор предметов по форме. Игры: «Геометрическое лото», «Домино» и др.
3. Мозаика.
4. Игры «Отыщи различия», «Что здесь лишнее» - это, как правило, два рисунка с некоторыми различиями в деталях.
5. Рисование, лепка, аппликация (предметные, сюжетные, так и декоративные).
6. «Выбери только те предметы, которые назову» - «Выбери только треугольники (круги, любые другие классы: птицы, цветы, машины и пр.)».

Преодоление зеркальности восприятия: Необходимо выработать у ребенка устойчивое представление о понятиях «слева», «справа», «вверху», «внизу», «сзади», «вперед», «сбоку», «между», необходимо развитие устойчивой ориентировки в схеме тела (правая рука левая нога и пр.). С этой целью полезно проводить специальные физкультурные упражнения, на которые учат ребенка различать правую и левую сторону, верх-низ.

Игры:

1. «Зеркальные спички». Тот, кто начинает игру, произвольно кладет спичку относительно невидимой линии, разделяющей стол. Второй игрок кладет свою спичку относительно той же невидимой линии, но с условием, что его спичка - всегда «отражение» спичек первого игрока.
2. «Угадай букву». Взрослый рисует буквы неправильно, в зеркальном отображении, а ребенок должен написать ее так, как нужно. Так можно рисовать буквы, не только на бумаге, но и на снегу, на запотевшем стекле.
3. Суть игр состоит в следующем: на первом этапе - по различным признакам ребенок должен угадать объект, на втором этапе - сам должен описать различные признаки объекта. Например. «Круглый, похлопаешь ладошкой скачет. Что это?» (мячик). Ребенок должен угадать и выбрать мячик из трех-четырех предметов; на следующем этапе - ребенок может попробовать самостоятельно придумать загадки.
4. Игра «Что голубого цвета?» - назвать предметы указанного цвета.
5. «Чем они похожи?» - определить общий признак для разных предметов.
6. «Кто старше». Для игры необходимы картинки с изображением «дедушки» («бабушки»), «мамы» («папы»), «юноши» («девушки»), «подростка», «младшего школьника», «малышей 2-3 лет», «младенца». Ребенка просят расположить картинки по возрасту, при этом побуждают сделать пояснения к своим действиям.
7. «Нарисуй лицо». Любые игры, требующие словесного описания действий, или наоборот, отгадывание действий по описаниям. Например: «Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем»,

«Расскажи инопланетянину о ...». Дети должны отгадать по действиям, какое событие демонстрируется.

8. «Времена года». Перед ребенком располагают картинки с изображением времен года. Сначала взрослый описывает содержание картинки и называет время года, которому она соответствует. Затем, но наводящим вопросам, добивается от ребенка описания сюжета картинки просит его назвать время года, которому она соответствует. На втором этапе - ребенок должен усвоить последовательность времен года. На следующем этапе - сколько месяцев в году, последовательность месяцев, к какому времени года какой месяц принадлежит.
9. «Последовательные картинки» - на картинках последовательно изображены события. Ребенок должен расположить их по ходу событий, и объяснить, почему он их так расположил.
10. «Четвертый лишний».
11. «Собери картинку». Игры и упражнения на запоминание одинаковых объектов, но разной длины, объема, размера, на сравнение расстояния между объектами, очередности их расположения. Например, перед ребенком на стол кладут книгу, на книгу кладут маленький мячик. Ребенок смотрит на стол 10-20 сек, затем поворачивается спиной и должен ответить на вопросы:
 - На чем лежит мячик?
 - Что лежит под мячиком?
 - Какой книга формы?
 - Какой формы мячик?
 - Что больше, что меньше"

На столе расположены три игрушки (Кошка, рыбка, зайчик). Ребенку предлагают взглянуть на них и запомнить. Затем ребенок поворачивается спиной к столу. И должен ответить на вопросы:

- Что стоит перед рыбкой?
- Что стоит между кошкой и зайчиком?
- Что стоит за рыбкой?

12. Ребенку предлагают запомнить 3-4 картинки. Затем просят его посчитать до 5-и (спеть песенку, прочесть короткий стишок). Потом просят вспомнить, какие картинки он видел. Подобные упражнения следует часто выполнять.

Развитие слухового восприятия, слухоречевой памяти

1. Узнавание неречевых звуков

- бытовые шумы, погремушки,
- игрушки-пищалки, барабан,
- скрип двери,
- постукивание ложками,
- деревянный колокольчик,
- тиканье часов и др.
- Игра «Угадай». Для игры нужны три озвученные игрушки, контрастные по тембру и характеру издаваемых звуков.

Вариант 1: погремушка, колокольчик и детская гармошка.

Вариант 2: озвученная неваляшка, барабан, пищалая резиновая игрушка.

Вариант 3: игрушечная музыкальная шарманка, бубен, деревянные ложки. Перед началом игры следует продемонстрировать ребенку предмет и как он звучит.

Затем посадить ребенка так, чтобы он не видел звучащий предмет, и издать звук (этим предметом). Ребенок должен отгадать, какой предмет звучал.

2. Ритмические игры на скорость реакции, например остановка или смена движений точно по сигналу.
 - Игры «Замри - отомри». Под ритмичную музыку дети двигаются. На команду «замри» - дети замирают в той позе, в какой из поз застала команда. На команду «отомри» - начинают двигаться, стараясь попасть в такт музыки.
 - Игра «Повтори». Включите ритмичную музыку. Возьмите ладошку ребенка и постукивайте слегка по ней карандашиком в такт музыки. Это упражнение позволит ребенку почувствовать ритм.
3. Развитие слуховой памяти:
 - Игра «Барабанщик» Взрослый отбивает ритм, ребенок должен вместе со взрослым отбивать ритм на барабанчике. Затем ребенок должен попытаться по памяти повторить ритм самостоятельно. Ритм постепенно усложняется. Игра может повторяться с любым звучащим предметом (ксилофон, колокольчик и пр.).
 - Повторение слоговых рядов с их постепенным наращиванием, усложнением.
 - Игры и упражнения на запоминание с опорой на картинки, постепенно увеличивая трудность задания. Сначала ребенку предлагают 2-3 картинки, просят назвать, затем прикрывают картинки листом бумаги, предлагают вспомнить и назвать 1-2 предмета, изображенных на картинках. Постепенно увеличивают число предъявляемых картинок и число картинок, которые нужно припомнить.
 - Игра «Назови съедобные слова» (Картинки: хлеб, кастрюля, тарелка, яблоко, чашка, конфеты).

- Игра «Наряди куклу» Ребенок должен назвать предметы одежды (картинки: лампа, кресло, платье, туфельки, сумочка).
- Задание «Назови предметы из первого (2, 3) ряда» Картинки расположены в три ряда.
- Игры на классификацию. Подобрать картинки по категориям: обувь, одежда, транспорт, цветы и пр.
- Игра «Назови недорисованные предметы». Попросите ребенка описать, что с их помощью можно делать (лопата - копать), описать их форму (стол - круглый), назвать рисунки, относящиеся к одному классу.
- Рисование предметов и называние из свойств. Спросите ребенка, что он нарисовал и почему, с помощью наводящих вопросов побудите его описать свой рисунок.
- Игра «Слова». Назовите ребенку три слова, относящиеся к одному классу, попросите его назвать - четвертое слово (т.е. продолжить). Например, шубка - варежки - валенки - (шарф), слово может быть любым (носки). Главное, чтобы названный предмет входил в эту категорию.
- «Запомни картинку», «Четвертый лишний», «Подбери пару».
- Игра «Снежный ком» со слогами, словами (без опоры на картинку).
- Разучивание стихов, пересказ прочитанных (услышанных) текстов по наводящим вопросам с опорой на картинки по сюжету рассказа.

Развитие внимания

Упражнения на развитие внимания строятся по следующему принципу: задается условный сигнал и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее реагировать на определенный сигнал необходимой реакцией. Во всех этих играх-упражнениях необходимо создавать эмоциональный настрой, условия соревнования, поддерживая мотивацию ребенка к выполнению задания. Например: «Кто самый

внимательный, усидчивый, выдержанный и т.д.?». Именно поэтому более эффективно проводить эти упражнения с группой детей.

1. *«Стоп-упражнения».* Детям предлагается свободно двигаться, выполнять любые движения под музыку. Делать какие-либо упражнения и т.д. Условным сигналом является хлопок, услышав который ребенок должен замереть и держать позу, пока вы не предложите продолжить движение. По этому принципу построены известные игры «Море волнуется», «Замри — отомри» и др.
2. *«Условный сигнал».* Выполняя какое-либо действие (двигательные упражнения, рисование, обсуждение и т.д.). Услышав условный сигнал (колокольчик, хлопок и др.), ребенок должен (по предварительной договоренности) посмотреть по сторонам и сказать, что изменилось в комнате, встать и пробежать по кругу и т.д.
3. *«Условные сигналы».* Перед занятием детям задаются условные сигналы. Один хлопок посмотреть вверх—вниз (направо—налево, выполнить «качалку»). Два хлопка — прислушаться к звукам вне комнаты (за окном, этажом выше, выполнить перекрестный шаг); три хлопка — закрыть глаза и почувствовать свое состояние (произнести скороговорку: «Карл у Клары украл кораллы» и т.п.). Услышав условный сигнал, ребенок выполняет соответствующее задание (около 10 секунд).

В другом варианте задаются один условный сигнал и два положения (стоя и сидя) или упражнения («кошка» и «кобра»; пение и шипение; называние четных и нечетных чисел, растений и животных, красных и желтых объектов, существительных и глаголов и т.п.).

Каждый раз, услышав сигнал, ребенок должен как можно быстрее переключиться с первого упражнения (положения, действия) на второе. Например, встать, если до этого он сидел; зашипеть, если до этого пел; вспомнить названий различных цветов, деревьев или фруктов, если до этого перечислял птиц, и т.д.

Развитию навыков быстрого реагирования способствуют также более сложные упражнения на переключение, на преодоление двигательного стереотипа. Здесь задается не один, а два—четыре условных сигнала и соответствующие им 2-4 реакции, которые ребенок должен запомнить.

4. *«Хлопки»*. Дети свободно передвигаются по комнате. На один ваш хлопок они должны присесть на корточки (произнести «звезда»), на два — сделать «ласточку» (произнести «гроздь»), на три — встать с поднятыми вверх прямыми руками (произнести «крендель») и т.д.
5. *«Четыре стихии»*. Вы договариваетесь с детьми, что, если прозвучит слово «земля», они должны опустить руки вниз (присесть; произнести слово, относящееся к земле, например, «трава»; изобразить змею). На слово (вода) — вытянуть руки вперед (изобразить волны, водоросли; сказать «водопад» и т.п.). На слово «воздух» — поднять руки вверх (встать на мысочки; изобразить полет птицы; сказать «солнце»). На слово «огонь» — произвести вращение рук в лучезапястных и локтевых суставах (повернуться кругом; изобразить костер, дровосека и т.п.).
6. *«Звонкая цифра»*. Вы с ребенком по порядку называете числа (буквы, цвета, животных и т.п.). Запретными являются числа, содержащие, например, цифру «5» (птицы, красные фрукты, зимние месяцы). Вместо названия запретного числа (цвета и т.п.) ребенок должен хлопнуть в ладоши. Аналогично можно построить упражнение с запретным движением.

7. *«Рыба, птица, зверь»*. Лучше, если в этой игре участвуют несколько человек. Ведущий (сначала это должен быть взрослый) указывает по очереди на каждого игрока и произносит: «Рыба, птица, зверь, рыба, птица...» Тот игрок, на котором остановилась считалка, должен быстро (пока ведущий считает до трех) назвать в данном случае птицу. Причем названные животные больше уже не должны повторяться. Если ответ правильный, ведущий продолжает игру, если ответ неверный — ребенок выбывает из игры. Эту игру можно проводить в разных вариантах, когда дети называют, например, цветок, дерево и фрукт.
8. *«Муха»*. Играть может любое количество людей. Каждый представляет себе поле как для «крестиков-ноликов» (размером 3х3 клетки), в центре которого сидящая муха. В начале усвоения этого упражнения для наглядности поле можно и нужно нарисовать, а потом уже переходить к игре на воображаемом поле: сначала с закрытыми глазами, а потом — высший пилотаж! — с открытыми. Игра состоит в том, что каждый из участников по очереди перегоняет муху по клеткам: ходить можно вверх, вниз, вправо, влево, нельзя ходить по диагонали и делать ход, противоположный ходу предыдущего участника. Проигрывает тот, кто выпускает муху за поле.

Важно, чтобы участники любой игры были заинтересованы в победе, вели борьбу «на интерес». Например, проигравший должен сделать что-то штрафное, а выигравший — непременно получить мини-приз.

Развитие мышления

Для освоения приемов смыслового соотнесения и смысловой группировки рекомендуем использовать следующие игры и задания.

Игра «Парные картинки».

Из различных настольно-печатных игр типа "Лото" подберите парные картинки, желательно по сериям, например: предметы одежды, игрушки, растения, животные, инструменты и т.п. Игру лучше проводить с подгруппой детей по 3-5 человек за общим столом.

Задание 1. *Подбор парных картинок с одинаковым содержанием.*

Откройте коробку с картинками, покажите детям выборочно несколько картинок, постарайтесь пробудить интерес к изображенному на картинках. Поощряйте желание назвать их. Каждый ребенок получает по четыре картинки, на которых изображены разные предметы. Предложите детям разложить свои на столе, внимательно рассмотреть их, затем перевернуть изображением вниз. "Разноцветные картинки показали свои спинки и спрятались от нас. Мы поищем их сейчас", - говорит педагог и открывает одну из своих картинок (пара от которой есть у кого-то из детей). Назовите предмет, кратко опишите его отдельные признаки, попросите детей поискать, у кого есть такая же. Положите картинку на середину стола, чтобы всем было видно. Тот, кто найдет у себя такую же картинку, кладет ее рядом для сравнения.

Отвечая на вопросы педагога, дети называют отличительные признаки предмета, нарисованного на картинке, сравнивают картинки друг с другом, отмечают тождество. Таким же образом дети обнаруживают тождество еще нескольких пар картинок.

Задание 2. *Подбор сходных парных картинок.*

Для игры подбираются одинаковые предметы, но с разными отличительными признаками (куклы в разной одежде, ведерки с разными узорами, машинки разных моделей и т.п.) игра строится аналогичным образом. Для сравнения одинаковых и похожих картинок используется прием прикладывания картинок друг к другу. При повторении игры используются другие картинки.

Таким образом, в ходе игры "Парные картинки" дети перечисляют признаки изображенных предметов, т.е. производят элементарный анализ и синтез, учатся соотносить предметы по одинаковым и сходным признакам. Рассуждая и обмениваясь впечатлениями, дети устанавливают тождество и различие предметов. Игра учит их рассуждать и делать выводы.

Игра *"Кто здесь прячется?"*

Игра учит детей пользоваться простым приемом смыслового запоминания и припоминания, который заключается в установлении смысловых связей между объектами, изображенными на картинках.

Для игры подберите предметные картинки, изображающие игрушки, животных, одежду, фрукты..., а так же людей. Каждый набор картинок должен включать несколько конкретных предметов, относящихся к одной группе, и их хозяина (человека), например, кукла, коляска, мячик и девочка (хозяйка игрушек); кастрюля, сковорода, плита и женщина (повар). Можно использовать так же предметы, которые служат вместилищем для того, что изображено на картинках, например, яблоко, апельсин, груша и ваза для фруктов. Для игры нужна тонкая палочка и коробка с несколькими отделениями для разных картинок.

Задание 1.

Педагог раскладывает на столе набор из четырех картинок, устанавливает в процессе раскладывания смысловые и пространственные связи между ними. "Вот девочка Лена (кладет картинку в центр), у нее есть кукла Маша (кладет с одной стороны), коляска, чтобы ее катать (кладет с другой стороны). Запомните, где лежат картинки, пока они не спрятались". Педагог обращается к одному ребенку: "Ты поможешь мне отыскать картинки. Я постучу палочкой и спрошу: тук-тук, кто здесь спрятался? А ты вспомни и подскажи мне, какая картинка здесь лежит, назови ее". Педагог стучит палочкой возле других картинок, привлекая к ответам других детей. Можно несколько раз поменять материал, дать палочку кому-то из детей,

пусть он выполнит действия, которые выполнял педагог. Если ребенок правильно назвал картинку, он получает приз и ему передается палочка.

Задание 2.

Каждый ребенок получает набор картинок и сам устанавливает смысловые связи между ними (содержательные и пространственные). Процесс выкладывания картинок, который сопровождается речью, способствует осмысленному запоминанию как их содержания, так и расположения. Далее игра строится по уже описанной схеме.

Если ребенок плохо справляется с запоминанием и припоминанием картинок, ни в коем случае нельзя говорить ему, что у него плохая память. Это причинит большой вред: ребенок может утратить уверенность в себе и больше не будет стараться запоминать что-либо. К тому же ошибки в припоминании могут возникнуть не из-за слабой памяти, а потому, что ребенку неинтересно или он стесняется, не привык к самостоятельности. С ним нужно поиграть отдельно, уделяя особое внимание установлению смысловых связей между картинками, подчеркивая цель запоминать.

Детей 5-6 лет следует целенаправленно обучать применению таких приемов логического запоминания, как смысловая группировка и смысловое соотнесение.

Рисунок

Важными направлениями развития являются:

- восприятие формы,
- создание из частей целого,
- представлении о схеме тела,
- ориентировка в пространстве (лево, право, верх, низ),
- развитие логико-грамматических представлений о соотношении предметов в пространстве (под, над и за),
- развитие мелкой моторики пальцев рук.

Игры и упражнения:

- «Подбери подходящий предмет по форме». На специальных карточках изображены знакомые ребенку предметы (огурец, яблоко, шар, тарелка, пенал, колесо, книга, портфель) и 4 трафарета геометрических фигур (прямоугольник, круг, овал, треугольник). Перед ребенком выкладываются трафареты и ему предлагается подобрать к каждой фигуре похожую картинку.
- Узнавание и копирование геометрических фигур. Ребенка просят на ощупь узнать фигуры (с закрытыми глазами), а затем нарисовать (прямоугольник, круг, квадрат).
- Выложить фигуры из спичек (палочек) по образцу.
- Раскладывание узоров по образцу из мозаики.
- Рисование геометрических фигур по образцам (по точкам - нужно соединить точки).
- «Раскрась картинку», «Нарисуй», «Нарисуй лицо».

Упражнения для развития манипулятивных умений рук:

- разглаживать лист бумаги ладонью правой руки, придерживая его левой и наоборот,
- постукивать по столу расслабленной кистью правой (левой) руки;
- соединять концевые фаланги выпрямленных пальцев рук («домик»);
- соединять лучезапястные суставы, кисти разогнуты, пальцы отведены («корзиночка»);
- сгибать и разгибать пальцы поочередно;
- формирование щипкового захвата (как берут карандаш);
- раскатывать на доске указательным и средним пальцами одновременно и по очереди шарики из пластилина;
- массаж пальцев рук.

- рисование по трафарету,
- обводить по контуру фигуры,
- штриховать в разных направлениях

Рекомендации для воспитателей, инструктора по физической культуре, музыкального руководителя, родителей в подготовительной к школе группе.

Предлагаемые игры и упражнения можно использовать в качестве разминки в ходе групповых и индивидуальных занятий, коррекционного часа, в совместной деятельности. Игры и упражнения расположены в порядке нарастающей сложности. Старайтесь не нарушать предлагаемый порядок.

Развитие кинестетического праксиса

Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия:

Упражнения улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания.

1. **Колечко.** Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. (в прямом и обратном порядке). В начале упражнения выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
2. **Кулак – ребро - ладонь.** Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе.
3. **Зеркальное рисование.** Рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы.
4. **Ухо – нос.** Лево́й рукой надо взяться за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Далее одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».
5. **Змейка.** Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Ребенок должен двигать пальцем, на который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не

допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

6. **Горизонтальная восьмерка.** Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставить вытянутыми указательный и средний. Рисовать в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, ребенок начинает слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы.

7. **Перекрестные движения.** Выполнять перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в стороны, назад). Затем сделать то же левой рукой и правой ногой.

8. **Горизонтальная восьмерка.** Нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости цифру восемь три раза сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе.

9. **Симметричные рисунки.** Нарисовать в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки.

10. **Медвежьи покачивания.** Качаться из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключить руки. Придумать сюжет.

11. **Перекрестное марширование.** Сделать 6 пар перекрестных движений, «маршируя» на месте и касаясь левой рукой правого бедра и наоборот. Повторить «маршировку», выполняя односторонние подъемы бедра-руки вверх. Затем снова повторить упражнение перекрестно.

12. **Восьмерки.** Исходное положение — стоя. Закройте глаза. Пальцами одной руки проведите перед глазами горизонтальную восьмерку. Следуйте закрытыми глазами за движениями пальцев. Продолжайте рисовать, увеличивая размеры восьмерки. Отдохните и откройте глаза. Проверьте резкость зрения.

13. **Восьмерки локтями.** Разведите ноги в стороны и слегка согните их в коленях. Проведите половину горизонтальной восьмерки правым локтем. Глаза должны следить за движениями локтя. Сместите центр восьмерки назад. Прodelайте то же самое с левой стороной.

14. **Рисующий слон.** Исходное положение — стоя или сидя. Колени слегка согните. Наклонитесь головой к плечу. Вытяните руку вперед и рисуйте то, что видите, большими мазками. Затем повторите то же с другой рукой.

15. Сидя, соедините руки на уровне глаз. Носом прочертите линию от одной ладони по руке к плечу. Затем впереди вычертите окружность. Теперь следуйте по второй руке. Повторите в другую сторону.

Развитие динамического и орального праксиса

А) На занятиях по физкультуре выполнять определенные последовательности движений, чередование различных видов ходьбы, ходьба в чередовании с бегом и т.д. Целесообразно сочетать задачи развития динамического праксиса и межполушарного взаимодействия.

Выберите доступные детям упражнения, постепенно усложняйте их.

Телесные упражнения. При их выполнении развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Происходит «чувствование» своего тела, что способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации. Серию последовательных движений необходимо проводить от головы и шеи к нижним конечностям, от шеи и плеч к кистям и отдельным пальцам и соответственно от коленей к пальцам ног.

1. «Велосипед». Ребенок имитирует ногами езду на велосипеде, касаясь при этом локтем противоположного колена; потом — другого колена, затем снова противоположного.

2. «Лодочка». Выполняется лежа на спине, затем на животе. Ребенку предлагается, изогнувшись, приподнять голову, руки и ноги над полом, изображая лодочку. Усложнение — «покачивание на волнах».

3. «Эмбрион». Прокатывание туда-обратно, свернувшись «калачиком».

4. Отработка сочетающихся движений глаз, языка и рук.

— Руки лежат на коленях; попеременно правая рука ударяет по правому колену, левая рука — по левому колену. Одновременно с ударом выполняется движение глаз в одноименную, затем в противоположную от руки сторону. Челюсти сильно сжать.

— Скрещенные руки лежат на коленях; попеременно правая рука ударяет по левому колену, левая рука — по правому колену. Одновременно с ударом выполняется движение глаз в одноименную, а затем в противоположную от руки сторону. Рот максимально открыт, язык спрятан.

5. «Вездеход». Передвижение передом (лицом вперед), а затем задом (спиной вперед) с прямыми ногами при помощи попеременных движений ног и ягодиц.

6. «Качалка». Сесть на пол, подтянуть колени к животу, обхватить их руками, голову спрятать в колени. Перекатываться с одного бока на другой, вперед-назад, прокатываясь всеми позвонками по полу.

7. «Перекрест». Сидя на полу, ноги вытянуть вперед и скрестить их. Сделать наклон вперед, пытаясь достать руками пальцы ног. Наклонить голову. Вдыхать при подъеме тела, выдыхать при наклоне. Повторять упражнение трижды и менять перекрестное положение ног.

8. Исходное положение — лежа на животе или на спине. Инструктору необходимо контролировать синхронность выполнения упражнений.

- Ползание на животе:

— синхронно при помощи рук и ног (головой вперед, затем ногами вперед);

— только при помощи рук;

— только при помощи ног.

- Ползание на спине:

— синхронно при помощи рук и ног (головой вперед, затем ногами вперед);

— только при помощи рук;

— только при помощи ног.

9. «Бревнышко». Ребенок прокатывается «бревнышком» по полу туда-обратно. Сначала руки вытянуты над головой, затем вдоль туловища.

10. При ходьбе на четвереньках одновременно должны ставиться рука и нога. Взгляд направлен вперед. Усложнение — ускорение темпа, выполнение упражнения с закрытыми глазами.

11. Перекрестная ходьба (левая нога — правая рука, правая рука — левая нога) на четвереньках на ладонках (передом и задом).

12. Перекрестная ходьба на четвереньках на локтях (передом и задом).

13. Односторонние четвереньки (правая рука и правая нога, левая рука и левая нога).

14. Перекрестная ходьба на четвереньках: руки на одну линию, ноги произвольно (вперед и назад, с ускорением).

15. Перекрестная ходьба на четвереньках: руки делают перекрестные движения, ноги произвольно (вперед и назад, с ускорением темпа).

16. Односторонние четвереньки боком (левым, правым).

Усложнение — ускорение темпа, выполнение упражнения назад, с закрытыми глазами, проговаривая стихотворение. Дополняется ходьба на четвереньках с подключением языка (язык движется в противоположную от шагающей руки сторону).

17. Предложить детям встать у стены, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз; передвигаться вдоль стены вправо (3—5 метров), а затем влево приставным шагом — двигаются одноименные рука и нога (руки параллельно ногам), а затем противоположные рука и нога.

18. «Перекрестное марширование». На первом этапе ребенок медленно шагает, попеременно касаясь то правой, то левой рукой до противоположного колена (перекрестные движения). Инструктор при освоении упражнения отсчитывает 1-12 в медленном темпе. На втором этапе ребенок шагает, но уже касаясь одноименного колена (односторонние движения). Также на счет 1—12. На третьем и пятом этапах — перекрестные движения, на четвертом — односторонние. Обязательное условие — начинать и заканчивать упражнение перекрестными движениями. После того как ребенок освоил упражнение под счет, можно предложить выполнить его самостоятельно, самому считая и контролируя последовательность и переключение с движения на движение.

19. «Мельница». Предложите детям делать одновременные круговые движения рукой и ногой. Сначала левой рукой и левой ногой, затем правой рукой и правой ногой, затем левой рукой и правой ногой, затем правой рукой и левой ногой. Сначала вращение выполняется вперед, затем назад, затем рукой вперед, а ногой назад. Выполнять упражнение надо так, чтобы рука и противоположная нога двигались одновременно, с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Дыхание произвольное.

20. Детям предлагается выполнять **прыжки** на месте с одновременными движениями руками и ногами:

- ноги вместе — руки врозь;
- ноги врозь — руки вместе;
- ноги вместе — руки вместе;
- ноги врозь — руки врозь.

Цикл прыжков повторить несколько раз.

21. Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами.

22. «Парад». Марширование на счет: «раз-два-три-четыре». В первом цикле шагов хлопок руками на счет «раз», во втором — на счет «два», в

третьем — на счет «три», в четвертом — на счет «четыре». Повторить несколько раз.

23. Ходьба, а затем бег «змейкой» (ноги перекрещиваются) с изменением направления движения по команде инструктора (поворот кругом во время бега). Усложнением упражнения может быть ходьба или бег на носках.

24. Прыжки:

- ноги врозь и ноги вместе;

- ноги врозь и ноги перекрещены — поочередно правая и левая нога впереди; то же, но с аналогичным движением рук, вытянутых прямо перед собой;

- ноги врозь и руки перед собой параллельно друг другу, руки перекрещены перед собой и ноги перекрещены;

- с поворотом и без него: прыжок с поворотом на 180 градусов, два прыжка вперед без поворота, прыжок с поворотом на 180 градусов, прыжок назад и т.д.

25. Упражнение «Цыганочка». Выполняется стоя, ноги на ширине плеч. Ребенок должен дотронуться правой рукой до поднятого левого колена, вернуться в исходное положение. Затем сзади дотронуться левой рукой до правой пятки, при этом согнутая в колене правая нога отводится назад. Вернуться в исходное положение. Повторить упражнение, но для левой руки и правого колена, правой руки и левой пятки. Весь цикл выполняется три раза.

26. Упражнение «Разведчик». Каждый участник должен проползти на животе (на спине) определенное расстояние, синхронно работая руками и ногами (головой вперед).

27. Упражнение «Кошка». Каждый участник встает на четвереньки, опираясь на колени и ладони. На каждый шаг правой руки и левой ноги делает вдох, отводит голову назад, прогибает позвоночник вниз. На каждый

шаг левой руки и правой ноги делает выдох, шипит, опускает подбородок к груди, выгибает спину вверх.

28. Упражнение «Руки—ноги». Ребенок должен сделать прыжки с продвижением, используя в качестве ориентира линию на полу, между стопами ног:

- ноги вместе — руки врозь,
- ноги врозь — руки вместе,
- ноги вместе — руки вместе,
- ноги врозь — руки врозь.

29. Упражнение «Лабиринт». Ребенок обходит стулья с продвижением вперед: справа, слева от стула, над, под ним. Обязательным условием является проговаривание вслух своих действий.

30. Упражнение «Лежащая восьмерка». Участник должен делать движения правой, а затем левой рукой по траектории «лежащей восьмерки» (по три раза).

Развитие зрительного восприятия, зрительной памяти

Преодоление зеркальности восприятия: Необходимо выработать у ребенка устойчивое представление о понятиях «слева», «справа», «вверху», «внизу», «сзади», «впереди», «сбоку», «между», необходимо развитие устойчивой ориентировки в схеме тела (правая рука, левая нога и пр.). С этой целью полезно проводить специальные физкультурные упражнения, на которые учат ребенка различать правую и левую сторону, верх-низ.

Игры:

1. «Зеркальные спички». Тот, кто начинает игру, произвольно кладет спичку относительно невидимой линии, разделяющей стол. Вторым игроком кладет свою спичку относительно той же невидимой линии, но с условием, что его спичка - всегда «отражение» спичек первого игрока.

2. «Угадай букву». Взрослый рисует буквы неправильно, в зеркальном отображении, а ребенок должен написать ее так, как нужно. Так можно рисовать буквы, не только на бумаге, но и на снегу, на запотевшем стекле.
3. Игра «Что голубого цвета?» - назвать предметы указанного цвета.
4. «Чем они похожи?» - определить общий признак для разных предметов.
5. «Кто старше». Для игры необходимы картинки с изображением «дедушки» («бабушки»), «мамы» («папы»), «юноши» («девушки»), «подростка», «младшего школьника», «малышей 2-3 лет», «младенца». Ребенка просят расположить картинки по возрасту, при этом побуждают сделать пояснения к своим действиям.
6. «Последовательные картинки» - на картинках последовательно изображены события. Ребенок должен расположить их по ходу событий, и объяснить, почему он их так расположил.
7. «Четвертый лишний».
8. Симметричное рисование предметов, симметричное рисование по клеточкам, геометрический диктант.

Развитие слухового восприятия, слухоречевой памяти

- Игра «Снежный ком» со слогами, словами (без опоры на картинку).
- Разучивание стихов, пересказ прочитанных (услышанных) текстов по наводящим вопросам с опорой на картинки по сюжету рассказа.

Развитие внимания

Упражнения на развитие внимания строятся по следующему принципу: задается условный сигнал и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее реагировать на определенный сигнал необходимой реакцией. Во всех этих играх-упражнениях необходимо создавать эмоциональный настрой, условия соревнования, поддерживая

мотивацию ребенка к выполнению задания. Например: «Кто самый внимательный, усидчивый, выдержанный и т.д.?». Именно поэтому более эффективно проводить эти упражнения с группой детей.

1. **«Стоп-упражнения».** Детям предлагается свободно двигаться, выполнять любые движения под музыку. Делать какие-либо упражнения и т.д. Условным сигналом является хлопок, услышав который ребенок должен замереть и держать позу, пока вы не предложите продолжить движение. По этому принципу построены известные игры «Море волнуется», «Замри — отомри» и др.
2. **«Условный сигнал».** Выполняя какое-либо действие (двигательные упражнения, рисование, обсуждение и т.д.). Услышав условный сигнал (колокольчик, хлопок и др.), ребенок должен (по предварительной договоренности) посмотреть по сторонам и сказать, что изменилось в комнате, встать и пробежать по кругу и т.д.
3. **«Условные сигналы».** Перед занятием детям задаются условные сигналы. Один хлопок посмотреть вверх—вниз (направо—налево, выполнить «качалку») Два хлопка — прислушаться к звукам вне комнаты (за окном, этажом выше, выполнить перекрестный шаг); три хлопка — закрыть глаза и почувствовать свое состояние (произнести скороговорку: «Карл у Клары украл кораллы» и т.п.). Услышав условный сигнал, ребенок выполняет соответствующее задание (около 10 секунд).

В другом варианте задаются один условный сигнал и два положения (стоя и сидя) или упражнения («кошка» и «кобра»; пение и шипение;

называние четных и нечетных чисел, растений и животных, красных и желтых объектов, существительных и глаголов и т.п.).

Каждый раз, услышав сигнал, ребенок должен как можно быстрее переключиться с первого упражнения (положения, действия) на второе. Например, встать, если до этого он сидел; зашипеть, если до этого пел; вспомнить названий различных цветов, деревьев или фруктов, если до этого перечислял птиц, и т.д.

Развитию навыков быстрого реагирования способствуют также более сложные упражнения на переключение, на преодоление двигательного стереотипа. Здесь задается не один а два—четыре условных сигнала и соответствующие им 2-4 реакции, которые ребенок должен запомнить.

4. **«Хлопки».** Дети свободно передвигаются по комнате. На один ваш хлопок они должны присесть на корточки (произнести «звезда»), на два — сделать «ласточку» (произнести «гроздь»), на три — встать с поднятыми вверх прямыми руками (произнести «крендель») и т.д.
5. **«Четыре стихии».** Вы договариваетесь с детьми, что, если прозвучит слово «земля», они должны опустить руки вниз (присесть; произнести слово, относящееся к земле, например, «трава»; изобразить змею). На слово «вода» — вытянуть руки вперед (изобразить волны, водоросли; сказать «водопад» и т.п.). На слово «воздух» — поднять руки вверх (встать на мысочки; изобразить полет птицы; сказать «солнце»). На слово «огонь» — произвести вращение рук в лучезапястных и локтевых суставах (повернуться кругом; изобразить костер, дровосека и т.п.).
6. **«Звонкая цифра».** Вы с ребенком по порядку называете числа (буквы, цвета, животных и т.п.). Запретными являются числа, содержащие, например, цифру «5» (птицы, красные фрукты, зимние месяцы). Вместо названия запретного числа (цвета и т.п.) ребенок

должен хлопнуть в ладоши. Аналогично можно построить упражнение с запретным движением.

7. **«Рыба, птица, зверь».** Лучше, если в этой игре участвуют несколько человек. Ведущий (сначала это должен быть взрослый) указывает по очереди на каждого игрока и произносит: «Рыба, птица, зверь, рыба, птица...» Тот игрок, на котором остановилась считалка, должен быстро (пока ведущий считает до трех) назвать в данном случае птицу. Причем названные животные больше уже не должны повторяться. Если ответ правильный, ведущий продолжает игру, если ответ неверный — ребенок выбывает из игры. Эту игру можно проводить в разных вариантах, когда дети называют, например, цветок, дерево и фрукт.
8. **«Муха».** Играть может любое количество людей. Каждый представляет себе поле как для «крестиков-ноликов» (размером 3х3 клетки), в центре которого сидящая муха. В начале усвоения этого упражнения для наглядности поле можно и нужно нарисовать, а потом уже переходить к игре на воображаемом поле: сначала с закрытыми глазами, а потом — высший пилотаж! — с открытыми. Игра состоит в том, что каждый из участников по очереди перегоняет муху по клеткам: ходить можно вверх, вниз, вправо, влево, нельзя ходить по диагонали и делать ход, противоположный ходу предыдущего участника. Проигрывает тот, кто выпускает муху за поле.

Важно, чтобы участники любой игры были заинтересованы в победе, вели борьбу «на интерес». Например, проигравший должен сделать что-то штрафное, а выигравший — непременно получить мини-приз.

Развитие мышления

1. Смысловое соотнесение.

- Педагог раскладывает на столе набор из четырех картинок, устанавливает в процессе раскладывания смысловые и пространственные связи между ними. "Вот девочка Лена (кладет картинку в центр), у нее есть кукла Маша (кладет с одной стороны), коляска, чтобы ее катать (кладет с другой стороны). Запомните, где лежат картинки, пока они не спрятались". Педагог обращается к одному ребенку: "Ты поможешь мне отыскать картинки. Я постучу палочкой и спрошу: тук-тук, кто здесь спрятался? А ты вспомни и подскажи мне, какая картинка здесь лежит, назови ее". Педагог стучит палочкой возле других картинок, привлекая к ответам других детей. Можно несколько раз поменять материал, дать палочку кому-то из детей, пусть он выполнит действия, которые выполнял педагог. Если ребенок правильно назвал картинку, он получает приз и ему передается палочка.
- Каждый ребенок получает набор картинок и сам устанавливает смысловые связи между ними (содержательные и пространственные). Процесс выкладывания картинок, который сопровождается речью, способствует осмысленному запоминанию как их содержания, так и расположения. Дальше игра строится по уже описанной схеме. Если ребенок плохо справляется с запоминанием и припоминанием картинок, ни в коем случае нельзя говорить ему, что у него плохая память. Это причинит большой вред: ребенок может утратить уверенность в себе и больше не будет стараться запоминать что-либо. К тому же ошибки в припоминании могут возникнуть не из-за слабой памяти, а потому, что ребенку неинтересно или он стесняется, не привык к самостоятельности. С ним нужно поиграть отдельно, уделяя особое внимание установлению смысловых связей между картинками, подчеркивая цель запоминать.

Детей 5-6 лет следует целенаправленно обучать применению таких приемов логического запоминания, как смысловая группировка и смысловое соотнесение.

2. Установление причинно-следственных отношений

Формирование понимания причинно-следственных отношений необходимо начинать с анализа ситуаций и событий, с которыми каждый человек может столкнуться в своей повседневной жизни. Например, проанализировать (лучше продемонстрировать) вместе с ребенком, что произойдет с растением, если оно останется без полива, или почему вареное яйцо может быть «всмятку» или «вкрутую».

1. «Назови причину и следствие». Объясните ребенку, что у всего, что происходит, у любого явления есть причина, то есть ответ на вопрос «Почему так бывает?». Приведите пример: лед появляется, когда очень холодно и замерзает вода.

Попросите ребенка назвать причину явлений:

- наводнение (пример ответа: таяние снега, разлив реки);
- гололед, почки распустились, птицы запели и т.д.;
- двойка, живот болит, мама сердится, пылесос работает и т.д.

Важно показать ребенку разнообразие последствий, вытекающих из одного и того же события. Так, ребенок (с помощью взрослых) может придумать различные окончания известных сказок или самостоятельно придумать историю, а затем варьировать ее окончание.

2. «Расставь события по порядку». Предложите ребенку (сначала в виде отдельных картинок) расставить по порядку известные ему события:

- Я ложусь спать, я обедаю, я смотрю телевизор, я иду в школу, я чищу зубы и т.д.
- Листья зеленеют, цветы желтеют, созревает клубника, зарядили дожди, выпал снег и т.д.

- Через год, послезавтра, три дня назад, сегодня и т.д.

3. «Подбери следующее». Попросите ребенка (соответственно его возрасту) подобрать слово, которое должно следовать за предложенным:

первый —	метель—
январь —	зима —
июль —	почка —
цыпленок —	лето —
дождь—	завтрак —
седьмой —	молния—

и т.д.

Если решение позволяет предложить несколько ответов (например, за словом «первый» может следовать слово «второй», а может — «десятый»), подробно обсудите их все, а потом выберите вместе с ребенком наиболее точный.

4. «Составление рассказа по картинке или серии картинок». Перед ребенком выкладывается картинка с понятным сюжетом или серия картинок в правильной смысловой последовательности, которые отражают определенное разворачивающееся событие. Ему необходимо воспроизвести заданный сюжет. Если он не может самостоятельно рассказать историю по данным картинкам, предложите ему ответить на вопросы к ним.

На следующем этапе важно намеренно нарушить заданный порядок картинок. Цель — наглядная демонстрация того, что изменение порядка картинок (событий) коренным образом меняет (вплоть до полного абсурда) сюжет.

5. «Прослушай и перескажи». Прослушивание (прочтение) рассказов с последующим пересказом и беседой о смысле воспринятого.

На следующем этапе можно перейти к работе над пониманием пословиц и поговорок, морали басен, идиоматических выражений и т.п.

6. «Ранжирование». Объясните ребенку, что такое ранжирование (расположение по порядку), и попросите его расположить по определенному (в каждом случае своему) принципу: несколько цифр или чисел, букв, палочек разной длины, более и менее жестких предметов; понятий: горох-абрикос-арбуз-апельсин-вишня; пчела-воробей-бабочка-страус-сорока; зуб-рука-шея-бровь-нога; молчать-говорить-кричать-шептать и т.п.

Рисунок

Важными направлениями развития являются:

- ⇒ восприятие формы,
- ⇒ создание из частей целого,
- ⇒ представлении о схеме тела,
- ⇒ ориентировка в пространстве (лево, право, верх, низ),
- ⇒ развитие логико-грамматических представлении о соотношении предметов в пространстве (под, над и за),
- ⇒ развитие мелкой моторики пальцев рук.

Игры и упражнения:

- «Подбери подходящий предмет по форме». На специальных карточках изображены знакомые ребенку предметы (огурец, яблоко, шар, тарелка, пенал, колесо, книга, портфель) и 4 трафарета геометрических фигур (прямоугольник, круг, овал, треугольник). Перед ребенком выкладываются трафареты и ему предлагается подобрать к каждой фигуре похожую картинку.
- Узнавание и копирование геометрических фигур. Ребенка просят на ощупь узнать фигуры (с закрытыми глазами), а затем нарисовать (прямоугольник, круг, квадрат).
- Выложить фигуры из спичек (палочек) по образцу.
- Раскладывание узоров по образцу из мозаики.

- Рисование геометрических фигур по образцам (по точкам - нужно соединить точки).
- «Раскрась картинку», «Нарисуй», «Нарисуй лицо».
- Рисование с натуры с целью передать как можно больше деталей.
- Рисование иллюстраций к рассказам и сказкам.

Упражнения для развития манипулятивных умений рук:

- разглаживать лист бумаги ладонью правой руки, придерживая его левой и наоборот,
- постукивать по столу расслабленной кистью правой (левой) руки;
- соединять концевые фаланги выпрямленных пальцев рук («домик»);
- соединять лучезапястные суставы, кисти разогнуты, пальцы отведены («корзиночка»);
- сгибать и разгибать пальцы поочередно;
- формирование щипкового захвата (как берут карандаш);
- раскатывать на доске указательным и средним пальцами одновременно и по очереди шарики из пластилина;
- массаж пальцев рук.
- рисование по трафарету, обводить по контуру фигуры,
- штриховать в разных направлениях.

Приложение

Самомассаж. Стимулирующие упражнения

Каждый из описываемых ниже приемов активизирует кровоснабжение мозга и, опосредованно, многие системы человеческого организма.

«Волшебные точки» (по проф. А. А. Уманской).

Массаж «волшебных точек» повышает сопротивляемость организма, способствует улучшению обменных процессов, лимфо- и кровообращения. Здесь же приведены примеры тех «волшебных точек» (по проф. А.А.Уманской), которые апробированы, доказали свою эффективность и доступность при широком внедрении в повседневную педагогическую и домашнюю практику. **На рис. 14 даны точки, которые следует массировать последовательно.**

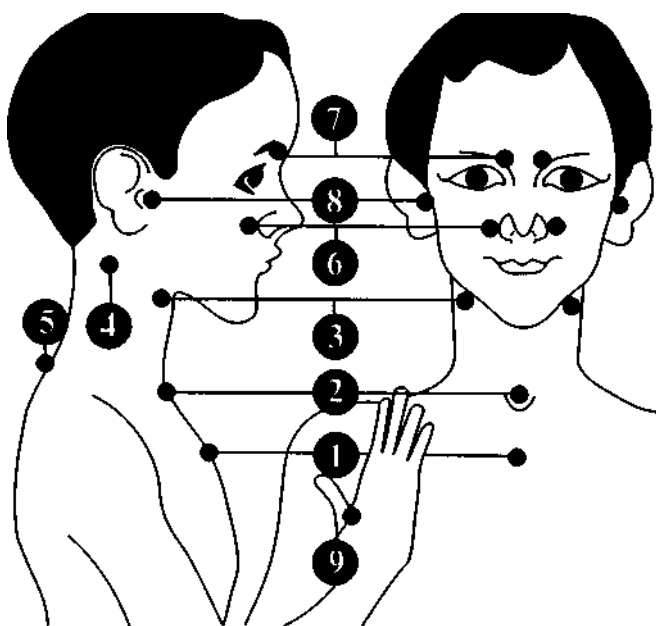
Приемы этого массажа легко освоить взрослым, а затем научить детей. Массаж «волшебных точек», производимый вращательными движениями, надо делать ежедневно три раза в день по 3 с (9 раз в одну сторону, 9 — в противоположную). Если вы обнаружили у себя или ребенка болезненную зону, то ее надо массировать указанным способом через каждые 40 мин до восстановления нормальной чувствительности. Помимо других эффектов постоянный массаж благоприятен для ребенка, поскольку:

точка 1 связана со слизистой трахеи, бронхов, а также с костным мозгом. I При массаже этой зоны уменьшается кашель, улучшается кроветворение;

точка 2 регулирует иммунные функции организма. Повышает сопротивляемость инфекционным заболеваниям;

точка 3 контролирует химический состав крови и слизистую оболочку гортани;

точка 4 — зона шеи связана с регулятором деятельности сосудов головы, шеи и туловища..



точка 5 расположена в области 7-го шейного и 1-го грудного позвонка. Работа с ней дает разнообразные положительные эффекты, в том числе улучшение общего кровообращения, снижение раздражительности и чувствительности к аллергическим агентам;

точка 6 — массаж этой точки улучшает кровоснабжение слизистых оболочек носа и гайморовой полости. Нос очищается, насморк проходит;

точка 7 улучшает кровоснабжение в области глазного яблока и лобных отделов мозга;

точка 8 — массаж воздействует на органы слуха и вестибулярный аппарат;

точка 9 — массаж дает многосторонний эффект; снимаются отеки, нормализуются многие функции организма.

Также ребенка обучаем следующим вариантам стимулирующих упражнений и приемам самомассажа, которые вводим в режимные моменты.

1. Ребенок располагает свои ладони перпендикулярно друг другу и производит резкие хлопки (5— 10 хлопков с интервалом около 1 с); местами соприкосновения становятся углубления между запястьем и нижней частью ладони. Затем упражнение повторяется, но местами соприкосновения становятся внешние стороны запястья.

2. Руки вытянуты вперед, кисти сжаты в кулаки; резкие удары выполняются сначала кулаками, обращенными вверх, а затем — вниз; во время удара должно происходить полное совмещение боковых поверхностей сжатых кулаков.

После этих стимулирующих упражнений можно переходить к *самомаッサージу различных частей тела*.

3. «Мытье головы». А. Пальцы слегка расставить и немного согнуть в суставах. Кончиками пальцев массировать голову в направлении: 1) ото лба к макушке, 2) ото лба до затылка и 3) от ушей к шее.

Б. Пальцы слегка согнуты, поверхность ногтей и первые фаланги плотно соприкасаются с поверхностью головы за ушами; массаж производится ребенком обеими руками навстречу друг другу от ушей к макушке.

4. «Обезьяна расчесывается». Правая рука массирует пальцами голову от левого виска к правой части затылка и обратно. Затем левая рука — от правого виска к левой части затылка. В более сложном варианте руки перекрещиваются у линии роста волос (большие пальцы — по средней линии!); в такой позе ребенок интенсивно массирует голову ото лба к шее и обратно.

5. «Ушки». Уши растираются ладонями, как будто они замерзли; разминаются три раза сверху вниз (по вертикали); возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении (по горизонтали) (пальцы, исключая большие, соединены и направлены к затылку, локти вперед). Затем уши закрыть ладонями, а пальцы приложить к затылку, сблизив их. Указательными пальцами слегка постукивать по затылку до трех раз. Это упражнение тонизирует кору головного мозга, уменьшает ощущение шума в ушах, головную боль, головокружение.

6. «Умные ушки». Уши потягиваются в трех направлениях (вверх, вниз, к затылку) последовательно по 3-5 раз, затем вращение ушей по — часовой линии, против часовой линии.

7. «Глазки отдыхают». Закрывать глаза. Межфаланговыми суставами больших пальцев сделать 3 — 5 массирующих движений по векам от внутренних к

наружным уголкам глаз; повторить то же движение под глазами. После этого помассировать брови от переносицы к вискам.

8. «Веселые носики». Потереть область носа пальцами, затем ладонями до появления чувства тепла. Повращать кончик носа вправо и влево 3 — 5 раз. После этого проделать 3 — 5 поглаживающих вращательных движений указательными пальцами обеих рук вдоль носа, сверху вниз с обеих сторон. Это упражнение предохраняет от насморка, улучшает кровообращение верхних дыхательных путей.

9. Покусывание и «почесывание» губ зубами; то же — языка зубами от самого кончика до середины языка. Интенсивное «хлопанье» губами и растирание губами друг друга в различных направлениях.

10. «Рыбки». Рот немного приоткрыт. Взять пальцами правой руки верхнюю губу, а левой — нижнюю. Выполнять одновременные и разнонаправленные движения рук, растягивая губы вверх, вниз, вправо, влево. Закрывать рот, взять руками обе губы и вытягивать их, массируя, вперед.

11. «Расслабленное лицо». Руками проводить по лицу сверху вниз, слегка нажимая как при умывании (3 — 5 раз). Затем тыльной стороной ладони и пальцев рук мягкими движениями провести от подбородка к вискам; «разгладить» лоб от центра к вискам. Можно совместить с приговоркой «Водичка, водичка умой моё личико»

12. «Гибкая шея, свободные плечи». Аккуратно массировать шею сзади
а) правой рукой массировать левое плечо в направлении от шеи к плечевому суставу, затем левой рукой — правое плечо; б) правой рукой взяться за левое плечо и сделать 5 — 10 вращательных движений по часовой стрелке и против нее; то же — левой рукой, затем обеими руками одновременно.

13. «Сова». Поднять вверх правое плечо и повернуть голову вправо, одновременно делая глубокий вдох; левой рукой захватить правую надкостную мышцу и на выдохе опустить плечо. Разминайте захваченную мышцу, выполняя

глубокое дыхание и глядя как можно дальше за спину. То же — с левым плечом правой рукой.

14. «Теплые ручки». Поднять правую руку вверх, двигая её в разных направлениях. Левая рука при этом придерживает плечо (предплечье) правой руки, оказывая сопротивление её движению и одновременно массируя её. Затем руки меняются.

Растирание и разминка пальцев рук и всей кисти от кончиков пальцев к основанию и обратно; особое внимание следует уделить большим пальцам. Имитация «силового» мытья, растирания и пожатия рук.

14. «Домик». Сложить пальцы «домиком» перед грудью и надавливать ими друг на друга сначала одновременно, затем отдельно каждой парой пальцев.

15. «Качалка» на спине и животе и **«Бревнышко»** являются прекрасным массажем для позвоночника, спинных и брюшных мышц, внутренних органов.

16. «Теплые ножки». Сидя, энергично растереть (разминать, пощипывать) правой рукой подошву, пальцы и тыльную сторону стопы у межпальцевых промежутков левой ноги, то же — левой рукой со стопой правой ноги. После этого потереть (побарабанить) стопы друг об друга, а также о пол.

Полезно также поглаживание стоп и пальцев ног тыльной стороной кисти и пальцев; растирание, разминание их и давление на них кончиками пальцев и большим пальцем, косточками пальцев сжатой в кулак кисти, краем ладони и т.д.

Эти упражнения оказывают активизирующее и заземляющее действие на организм, а также укрепляют мышцы и связки свода стопы, снимают усталость, предотвращают плоскостопие;

17. Разнообразная ходьба см. «Вводную ходьбу».

Виды вводной ходьбы:

- Ходьба на носочках;
- Ходьба на пяточках;
- Ходьба «как медведи»;
- Ходьба «как уточки»;
- Ходьба с изменением положения рук;
- Ходьба вперед спиной с заданием;
- Ходьба со сменой темпа;
- Ходьба с заданием;
- Ходьба с закрытыми глазами;
- «Паровозик»;
- Ходьба с отхлопыванием ритма;
- «Носочки – пяточки»;
- Упражнение «Подружились - поссорились»;
- Пространственный диктант;
- «Цыганочка»

Развитие произвольного внимания

Упражнения на развитие внимания строятся по следующему принципу: задается условный сигнал и соответствующая ему реакция. В ходе игры ребенок должен как можно быстрее реагировать на определенный сигнал необходимой реакцией. Во всех этих играх-упражнениях создается эмоциональный настрой, соревновательный дух

Каждый раз, услышав сигнал, ребенок должен как можно быстрее переключиться с первого упражнения (положения, действия) на второе. Развитию навыков быстрого переключения способствуют упражнения на преодоление двигательного стереотипа. Здесь задается не один, а два и более условных сигнала и соответствующие им реакции, которые ребенок должен запомнить.

Виды игр и упражнений:

9. **«Нос – пол – потолок»** Детям дается задание «Показывай то, что я буду называть». Сначала педагог называет и показывает то, что называет, затем называет один предмет, а показывает другой. Вариант этой игры «Не вижу, а слышу», «Не слышу, а вижу». Возможно вместо слов «Нос, пол, потолок» вводить любые слова, например названия частей тела, названия частей одежды, название слов – глаголов и т.д.
10. **«Пожалуйста!»** Логопед произносит разные просьбы, а дети выполняют просьбу, если в неё включено слово «Пожалуйста!» Например, «Поднимите руки. Поднимите руки, пожалуйста!»
11. **«Что нового»** Взрослый рисует мелом на доске любую геометрическую фигуру. К доске по очереди подходят дети и пририсовывают какие-либо детали, создавая картинку. В то время, когда один ребенок находится у доски, остальные закрывают глаза,

и, открывая их по команде взрослого, говорят, что изменилось. Чем дольше длится игра, тем сложнее искать новые детали.

12. **«Летает – не летает»** Педагог называет разные предметы, среди них называются предметы которые летают. Если предмет летает, то играющие встают и поднимают руки, если не летает - дети приседают. Сначала педагог называет и показывает правильно, затем называет предмет, а показывает движение ошибочно.
13. **«Стоп - упражнения».** Детям предлагается свободно двигаться, выполнять любые движения под музыку. Делать какие-либо упражнения и т.д. Условным сигналом является хлопок, услышав который ребенок должен замереть и держать позу, пока вы не предложите продолжить движение. По этому принципу построены известные игры «Море волнуется», «Замри — отомри», «1,2,3 - замри» и др.
14. **«Условный сигнал».** Выполняя какое-либо действие (двигательные упражнения, рисование, обсуждение и т.д.). Услышав условный сигнал (колокольчик, хлопок и др.), поднятая рука – замереть, прекратить выполнять действие) ребенок должен (по предварительной договоренности) посмотреть по сторонам и сказать, что изменилось в комнате, встать и пробежать по кругу и т.д.
15. **«Условные сигналы».** Перед занятием детям задаются условные сигналы. Например, один хлопок – присесть. Два хлопка — лечь; три хлопка — встать. Услышав условный сигнал, ребенок выполняет соответствующее задание. Условные сигналы могут быть слуховые (разнохарактерная мелодия, разные инструменты – колокольчик, свисток, бубен). Зрительные (игра «Разноцветные ладошки»). Тактильные (кого заденут – по спине – остановись; по руке – присядь;) Вариант упражнения. Дети выполняют одну

определенную деятельность, например, чертят в одну сторону полосы, по одному сигналу они начинают рисовать круги, а если звучит другой сигнал, они рисуют квадраты. Выполняется несколько раз, сигналы варьируются в любой последовательности.

16. **«Зеваки»** Дети идут по кругу. По сигналу (звонок, хлопок, свисток, колокольчик и другие) все останавливаются и делают три хлопка и поворачиваются кругом, затем продолжают свое движение.

17. **«Хлопки».** Дети свободно передвигаются по комнате. На один ваш хлопок они должны присесть на корточки (произнести «звезда»), на два — сделать «ласточку» (произнести «гроздь»), на три — встать с поднятыми вверх прямыми руками (произнести «крендель»).

18. **«Четыре стихии».** Вы договариваетесь с детьми, что, если прозвучит слово «земля», они должны опустить руки вниз (присесть; произнести слово, относящееся к земле, например, «трава»; изобразить змею). На слово «вода» — вытянуть руки вперед (изобразить волны, водоросли; сказать «водопад» и т.п.). На слово «воздух» — поднять руки вверх (встать на носочки; изобразить полет птицы; сказать «солнце»). На слово «огонь» — произвести вращение рук в лучезапястных и локтевых суставах (повернуться кругом; изобразить костер, сказать «саламандра».).

19. **«Запретная цифра».** Ребенок по порядку называет числа. Запретными являются числа, содержащие, например, цифру «5». Вместо названия запретного числа ребенок должен хлопнуть в ладоши. Аналогично можно построить упражнение с запретным движением.

20. **«Запретное движение».**

21. **«Да – нет - не говорить, черное, белое - не называть»** Ребенку задаются вопросы, которые провоцируют запретный ответ.
22. **«Рыба, птица, зверь».** Лучше, если в этой игре участвуют несколько человек. Ведущий (сначала это должен быть взрослый) указывает по очереди на каждого игрока и произносит: «Рыба, птица, зверь, рыба, птица...» Тот игрок, на котором остановилась считалка, должен быстро (пока ведущий считает до трех) назвать в данном случае птицу. Причем названные животные больше уже не должны повторяться. Если ответ правильный, ведущий продолжает игру, если ответ неверный — ребенок выбывает из игры. Эту игру можно проводить в разных вариантах, когда дети называют, например, цветок, дерево и фрукт.
23. **«Послушай тишину»** По первому сигналу колокольчика дети начинают бегать по комнате, кричать, стучать и т. д. По второму сигналу они должны быстро сесть на стулья и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем дети по кругу (или по желанию) рассказывают, какие звуки они слышали.
24. **«Канон»** Дети стоят друг за другом таким образом, что руки лежат на плечах стоящего впереди. Услышав первый хлопок или любой из условных сигналов, первый ребенок поднимает вверх (вправо, влево) правую руку, услышав второй сигнал, руку поднимает стоящий за ним. Когда все дети выполняют это задание, они начинают в прямом или обратном порядке поднимать левую руку.
25. **«Счет»** Дети идут по кругу под музыку или без неё и считают до 4. Проговаривая цифры на каждый четвертый счет, дети хлопают в ладоши (топают, прыгают...). 1,2,3, 4(хлопок),1,2,3,(хлопок) Усложнение - начинают хлопать с 4, затем на 3, на 2, на 1. 1,2,3, 4(хлопок),1,2,3 (хлопок),4,1,2 (хлопок),3,4,1(хлопок),2,3,4.
26. **Игра «Сто мячей»** см. коммуникативные игры

27. *«Давайте познакомимся»* см. коммуникативные игры
28. *«Колпак мой треугольный»* Для школьников, или «сильных» дошкольников Игра помогает научиться концентрировать внимание, способствует осознанию ребенком своего тела, учит управлять движениями и контролировать свое поведение. Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». Во 2 кругу фраза повторяется снова, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак» заменяют его жестом (например, 2 легких хлопка ладошкой по своей голове). В следующий раз уже заменяются 2 слова: слово «колпак» и слово «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а «показывают» на одно больше. В завершающем кругу дети изображают только жестами всю фразу. Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.

РЕЛАКСАЦИЯ (подборка игр и упражнений)

1. **«Шарик».** *Цель: расслабление мышц живота.* И .п. – стоя, руки на животе.

Вот как шарик надуваем!

А рукою проверяем (вдох).

Шарик лопнул, выдыхаем,

Наши мышцы расслабляем.

Дышится легко...ровно...глубоко...

2. **«Пляж».** *Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.* И.п.-лежа. Предложите ребенку закрыть глаза и представить, что он лежит на теплом песке. Он отдыхает, слушает шум прибоя, наблюдает за игрой волн и танцами чаек над водой. Пусть прислушается к своему телу. Почувствует позу, в которой он лежит. Удобно ли ему? Пусть попытается изменить свою позу так, чтобы ему было максимально удобно, чтобы он был максимально расслаблен. Пусть представит себя всего целиком и запомнит возникший образ. Затем нужно потянуться, сделать глубокий вдох и выдох, открыть глаза, медленно сесть и аккуратно встать.

3. **«Огонь и лед».** *Цель: развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности.* И.п.-лежа. Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. По команде «огонь» дети начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений ребенок выбирает произвольно. По команде «лед» дети застывают в позе, в которой их застигла команда, напрягая до предела все тело.

4. **«Ковер-самолет».** «Мы ложимся на волшебный ковер-самолет; ковер плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает, убаюкивая; ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей комнате (пауза)...

Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся».

5.«Раскачивающееся дерево». И.п. – стоя. Предложить ребенку представить себя каким-нибудь деревом. Корни – это ноги, ствол – туловище, крона – руки и голова. Начинает дуть ветер, и дерево плавно раскачивается - наклоняется вправо и влево (3-5 раз), вперед и назад. В результате выполнения упражнения усиливается деятельность внутренних органов, улучшается эластичность легких, особенно нижних отделов, и кровообращение головного мозга.

6. «Море». И.п. - сидя на полу или стоя. Ребенок вместе с инструктором рассказывает историю и сопровождает ее соответствующими движениями: «На море плещутся волны маленькие и большие (сначала одной, а затем другой рукой в воздухе рисует маленькие волны; руки сцеплены в замок – рисует в воздухе большую волну). По волнам плывут дельфины (совершает синхронные волнообразные движения всей рукой вперед). Они сначала вместе, а потом по очереди ныряют в воду – один нырнул, другой нырнул (совершает поочередные волнообразные движения рук). За ними плывут их дельфинята (руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед). Они ныряют вместе и по очереди (выполняет одновременные и поочередные волнообразные движения кистями рук). Вот так двигаются их хвостики (каждый палец поочередно совершает волнообразные движения). Вместе с дельфинами плавают медузы (руки, сжатые в кулаки, резко разжимаются). Все они танцуют и смеются (вращение рук в лучезапястных суставах)».

7. «Парусник». Детям предлагается изобразить своим телом лодку с парусом: встать на колени, носочки оттянуть, пальцами ног касаться друг друга, пятки несколько развести. Сесть на пятки или между ними. Пальцы рук сплести в замок за спиной. «Подул ветерок, и парус расправился,

надулся (на выдохе, не расцепляя рук, выпятить грудь, свести лопатки, голову откинуть назад). Ветер утих и парус «сник» (на выдохе голову опустить можно ниже, плечи вперед так, чтобы спина стала круглой)».

1. **«Потянулись - сломались».** И.п. – стоя, руки и все тело устремлено вверх, пятки от пола не отрывать. «Тянемся, тянемся вверх, выше и выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше... А теперь наши кисти как бы сломались, безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях, в плечах, упали плечи, повисла голова, сломались в талии, подогнулись колени, упали на пол... Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе. Осталось ли где-нибудь напряжение? Сбросьте его».
2. **«Росток».** И.п. - дети сидят на корточках в кругу, голову нагнув к коленям и обхватив их руками. «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти. Постарайтесь равномерно распределить стадии роста. «Один» - медленно выпрямляются ноги, «два» - ноги продолжают выпрямляться и постепенно расслабляются руки, висят, как «тряпочки», «три» - постепенно выпрямляется позвоночник, «четыре» - разводим плечи и выпрямляем шею, поднимаем голову, «пять» - поднимаем руки вверх, смотрим вверх, тянемся к солнышку».
3. **«Поза покоя».** *Цель: освоение и закрепление покоя, и расслабление мышц рук.* Принять удобную позу сидя или лежа. Формула общего покоя произносится инструктором медленно, тихим голосом, с длительными паузами.
Все умеют танцевать,
Прыгать, бегать, рисовать,
Но пока не все умеют
Расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая –
Очень легкая, простая,
Замедляется движение,
Исчезает напряжение...
И становится понятно –
Расслабление приятно!

4. 2. **«Кулачки»**. *Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.* И.п. – сидя на полу.

Руки на коленях,
Кулачки сжаты,
Крепко, с напряжением
Пальчики прижаты (сжать пальцы).
Пальчики сильней сжимаем –
Отпускаем, разжимаем.
Легко поднять и уронить расслабленную кисть.
Знайте, девочки и мальчики,
Отдыхают наши пальчики.

5. **«Олени»**. *Цель: освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук.*

Посмотрите: мы олени,
Рвется ветер нам на встречу!
Ветер стих,
Расправим плечи,
Руки снова на колени.
А теперь немножко лени...
Руки не напряжены
И расслаблены.
Знайте девочки и мальчики,
Отдыхают ваши пальчики!

Дышится легко, ровно, глубоко.

6. **«Загораем»**. *Цель: расслабление мышц ног.* И.п. лёжа.

Мы прекрасно загораем!

Выше ноги поднимаем!

Держим... Держим... Напрягаем...

Загораем! Опускаем (ноги резко опустить на пол).

Ноги не напряжены, расслаблены.

7. **«Штанга»**. *Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.* И.п. стоя.

Мы готовимся к рекорду,

Будем заниматься спортом

(наклониться вперед).

Штангу с пола поднимаем

(выпрямиться, руки вверх).

Крепко держим...

И бросаем!

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

8. **«Кораблик»**. *Цель: расслабление мышц рук, ног, корпуса.* И.п. –стоя.

Стало палубу качать!

Ноги к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем.

Упражнение выполняется поочередно для каждой ноги. После обучения расслаблению мышц ног рекомендуется еще раз повторить позу покоя.

Снова руки на колени,

А теперь немного лени...

Напряженье улетело,

И расслаблено все тело...

Наши мышцы не устали

И еще послушней стали.

Дышится легко, ровно, глубоко...

Примеры упражнений для развития кинестетического и кинетического праксиса

Данные упражнения можно разнообразить и усложнять от этапа к этапу любыми играми с пальчиками, учить детей рассказывать стихотворения и сказки руками, ногами, глазами, телом, поиграть в пантомиму и другие интересные игры.

«Пальчики здороваются». Одна рука на поясе, другая согнута в локте на уровне груди. Подушечки пальцев соприкасаются и нажимают («здороваются») друг на друга: 1 и 2, 1 и 3, 1 и 4, 1 и 5, 1 и 4, 1 и 3, 1 и 2. Сначала работает одна рука, потом другая, затем обе руки сразу. То же самое можно повторить, нажимая и на подушечку пальчика, и на его ноготь. Дети обязательно должны проговаривать свои действия: «Здравствуй, пальчик» или «Здравствуй, большой (указательный, средний, безымянный, мизинец) пальчик».

На втором и третьем этапах движения носят реципрокный характер: а) попеременно «здороваются» то 1-й и 2-й пальцы правой руки, то — левой; то же с остальными парами пальцев; б) одновременно «здороваются» 1-й и 2-й пальцы правой руки и 1-й и 5-й — левой (то есть пальцы одной руки «приветствуют» друг друга от мизинца к большому пальцу, а другой — от большого к мизинцу).

«Ножницы». Раздвигать и соединять указательные и средние пальцы, сначала одной рукой, потом другой затем обеими вместе, одновременно.

«Замок» - На счет один - ладони вместе, на счет два - пальцы соединяются в замок.

«Паук» - Пальцы согнуты, медленно передвигаются по столу.

«Лиса и заяц» - Лиса крадется - все пальцы медленно шагают по столу, зайчик бежит - пальцы бегут столу.

«Бабочка» - Ладони соединить тыльной стороной, махать пальцами, плотно сжатыми вместе (бабочка машет крыльями).

«Кулак – ребро – ладонь» - Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками вместе.

«Лягушка» - Положить руки на пол (стол). Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости. Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

«Ухо – нос» - Левой рукой надо взяться за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Далее одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью да наоборот».

«Лезгинка» - Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук. Для усложнения упражнения добавляются движения глаз и языка. Сначала однонаправленные (глаза и язык двигаются в сторону кулачка), затем разнонаправленные (глаза – в сторону кулачка, язык – в сторону ладошки),

«Змейка» - Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Ребенок должен двигать пальцем, на который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

«Крестики». Скрещивание указательных и средних Пальцев, сначала одной рукой, потом другой, затем обеими одновременно.

«Щелчки». Щелканье пальцами, сначала одной рукой, потом другой, затем обеими вместе. На втором и третьем этапах во всех упражнениях добавляется двуручное попеременное выполнение. Движения пальцами сопровождаются цоканьем языка, приговариванием «чик-чик» и т.п.

«Горизонтальная восьмерка» - Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставить вытянутыми указательный и средний. Рисовать в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, ребенок начинает слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы. Сначала одной рукой, потом другой, затем обеими руками вместе.

«Симметричные рисунки» - Нарисовать в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки.

«Змейки». Ребенок смотрит на свои руки и совершает волнообразные движения пальцами, сначала одной рукой, потом другой, затем двумя вместе. Сначала «змею» изображает большой палец ведущей руки, остальные пальцы в кулаке, затем подключается указательный и так далее, пока вся кисть не будет совершать волнообразные движения пальцами. Это можно сопровождать любыми шипящими звуками. На втором и третьем этапах данное упражнение усложняется реципрокным характером выполнения (варианты аналогичны упражнению «пальчики здороваются»).

Формирование одновременных и реципрокных сенсомоторных взаимодействий

На формирование одновременных и реципрокных координации оказывают положительное влияние не только упражнения, включающие взаимодействия рук или ног, но также и сочетанные движения правой и левой половин тела.

1. Упражнения, лежа на спине.

Ноги и руки вытянуты вверх перпендикулярно полу и перекрещены Х-образно; одновременно оттягивается вверх носок правой ноги и кисть левой руки, расслабление, то же — для левой ноги и правой **руки**; повторить для одноименных руки и ноги.

Ноги согнуты в коленях, стопы стоят на полу, прямые руки вытянуты в стороны. Руки одновременно передвигаются по полу (одна — вверх, другая — вниз) таким образом, что одна рука оказывается вытянутой вверх, а другая лежащей вдоль тела. При этом голова наклоняется в сторону верхней руки, а колени — в сторону нижней руки и наоборот.

Модифицированный вариант **“велосипеда”** — ребенок имитирует ногами езду на велосипеде, касаясь при этом локтем противоположного колена; то же — до одноименного колена; затем снова до противоположного колена. Отработка согласованных движений головы, туловища, глаз, языка, рук и ног лежа на спине.

Фиксированы позиции головы и туловища. Выполняются одновременные движения глаз, языка, рук и ног: вверх, вниз, вправо, влево, сведение к центру (конвергенция глаз, сжатые челюсти, перекрест рук и перекрест ног).

Фиксированы глаза (взгляд прямо перед собой) и туловище. Выполняются одновременные движения головы, языка, рук и ног:

-вверх, вниз, вправо, влево, сведение к центру (голова прямо, сжатые челюсти, перекрест рук и перекрест ног).

Фиксированы туловище и язык — язык высовывается с напряжением вперед и удерживается в этом положении. Выполняются одновременные движения головы, глаз, рук и ног вверх, вниз, вправо, влево, сведение к центру (готова прямо, конвергенция глаз, перекрест рук и перекрест ног).

Фиксированы туловище и руки — руки прижаты к груди в положении тройного сгибания (в плечевых, локтевых и лучезапястных суставах). Выполняются одновременные движения головы, глаз, языка и ног (аналогично предыдущим пунктам).

Фиксированы туловище и ноги — ноги у тела в положении тройного сгибания (в тазобедренных, коленных и голеностопных суставах). Выполняются одновременно движения головы, глаз, языка и рук (аналогично предыдущим пунктам).

Фиксированы глаза, руки и ноги, т. е. те части тела, которые обеспечивают пространственно-координационную функцию тела. Ребенок выполняет повороты туловища: сначала осуществляются медленные повороты в одну, затем в другую сторону при фиксированных голове и взгляде, сцепленных руках и ногах. Затем голова вовлекается в сторону движения туловища. После этого отрабатываются вертикальные осевые движения (ось “голова - копчик”) с поднятием тазового пояса; плечевого пояса; одновременно тазового и плечевого поясов.

2. Упражнения сидя:

Отработка сочетанных движений глаз, языка и рук.

Язык фиксирован в одном из положений — сильно сжатые челюсти; максимально открытый рот, язык спрятан; сильно открытый

1. руки лежат на коленях; попеременно то правая рука ударяет по правому колену, то левая рука — по левому колену, одновременно с ударом выполняется движение глаз в одноименную, затем — в противоположную от руки сторону;

2. перекрещенные руки лежат на коленях; попеременно то правая рука ударяет по левому колену, то левая рука — по правому колену, одновременно с ударом выполняется движение глаз в одноименную, затем в противоположную от руки сторону;

3. Взгляд фиксирован прямо перед собой, выполняются сочетанные движения языка и рук аналогично предыдущему пункту.

4. Выполняются сочетанные движения рук, глаз и языка таким образом, что руки и глаза двигаются в последовательности, описанной выше, а язык — сначала в ту же сторону, что и глаза, а затем — в противоположную им сторону.

5. Выполняются сочетанные движения рук, глаз и языка таким образом, что руки и язык двигаются в последовательности, описанной выше, а глаза — сначала в ту же сторону, что и язык, а затем — в противоположную ему сторону.

3. Упражнения, стоя на четвереньках

Ползание вперед, назад, вправо и влево с одновременным передвижением одноименных руки и ноги, затем противоположных руки и ноги. При этом руки в начале располагаются параллельно друг другу, затем — перекрещиваются, т. е. при движении с каждым “шагом” правая рука заходит за левую, затем левая заходит за правую и т.д.

Отработка сочетанных движений глаз, языка, рук и ног, ползая на четвереньках (вперед, назад, вправо, влево), в последовательности, указанной в предыдущем п. 2 “Упражнения сидя”. Ноги при этом попеременно передвигаются вперед параллельно друг другу.

4. Упражнения стоя

1. встать у стены, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз; передвигаться вдоль стены вправо (3-5 метров), а затем влево:

2. приставным шагом — двигаются одноименные рука и нога (руки параллельно ногам); а затем противоположные рука и нога;

3. скрестным шагом с перекрестом рук — двигаются одноименные (сначала правые, а затем левые) рука и нога.

Перекрестные и односторонние движения. На первом этапе ребенок медленно шагает, попеременно касаясь то правой, то левой рукой до противоположного колена (перекрестные движения). Педагог на первом этапе выполнения упражнения отсчитывает 12 раз в медленном темпе. На следующем этапе ребенок также шагает, но уже касаясь одноименного колена (односторонние движения). Также 12 раз. На третьем и пятом этапах — перекрестные движения, на четвертом — односторонние. Обязательное условие — начинать и заканчивать упражнение с перекрестных движений. После того, как ребенок освоил данное упражнение под внешний счет, можно предложить выполнить его самостоятельно — самому считая и контролируя последовательность и переключение с движения на движение. Более сложный вариант этого упражнения — нагрузка зрительного анализатора, когда ребенок следит глазами за предметом, который перемещает педагог, или ребенок переводит глаза по словесной инструкции.

Рисование в воздухе перед собой знака бесконечности таким образом, что центр знака находится напротив переносицы. Сначала педагог плавно передвигает одну руку ребенка, начиная из центра вверх, обводя три раза воображаемый знак бесконечности. Ребенок должен внимательно следить за кончиками пальцев своей руки, не мигая, не отводя взгляда и не задерживая дыхания. Затем то же проделывается другой рукой и двумя руками, сцепленными в замок. Далее можно варьировать размеры знака и то расстояние, на котором он рисуется.

“Слоник”. Голова кладется на вытянутую вперед и в сторону руку — “хобот”. Стоя на слегка согнутых коленях и наклоняя туловище вслед за движением руки (работает все тело), а, также смотря на кончики пальцев, ребенок “рисует хоботом” в воздухе большой знак бесконечности. Затем

этот же знак “рисуется” другой рукой и двумя сцепленными руками (голова прямо).

Письмо в воздухе. Упражнение выполняется аналогично предыдущему, но в воздухе прописываются буквы и цифры, также целые слова при их изучении. Этот же прием применяется при коррекции письма — при пропуске букв, их заменах (например, маленькие и прописные буквы “б - д, п - г” и др.), зеркальном написании и других ошибках.

Дополнительные упражнения на развитие межполушарных взаимодействий

Во многих народных играх мы видим примеры игр для развития межполушарных взаимодействий.

1. Масленичная игра **«Я бы все бы шибиряла»** Повторяется три раза. Начинается медленно, затем темп выполнения прыжков нарастает. Прыжки, через накрест положенные веревки.

1	2
2	1

2. **«Ладушки»** Дети разбиваются на пары и перекрестно хлопают в ладоши, проговаривая слова потешки «Ладушки», или «Аты – баты шли солдаты».
3. **«Заяц белый»** Дети под слова считалки ударяют по разным частям тела, переходя с левой руки на правую, а затем на туловище и ноги.
 - Заяц белый, (запястье, предплечье левой руки)
 - куда бегал? (левое плечо, правое плечо)
 - В лес дубовый. (предплечье запястье правой руки)
 - Что там делал? (грудь, живот)
 - Лыко драл. (бедра, голени)
 - Куда клал? (повторяется всё снова)

— Под колоду.

— Кто украл?

— Родион, выйди вон.

Коммуникативные игры и упражнения

Эти игры рассматриваются не только как игры обучающие общаться, но и как игры обучающие «чувствовать» партнера, в широком понимании этого слова. Развитие чувства эмпатии, сопереживания. Научить детей взаимодействию со сверстниками, способствовать сплочению детского коллектива. Вот некоторые из них.

1. **«СИАМСКИЕ БЛИЗНЕЦЫ»** Дети делятся на пары. Педагог скрепляет пары разными частями тела. Включается музыка. Цель – не разрывая «связи» станцевать под эту музыку. Выбираются разные по настроению музыкальные фрагменты. Усложнение – близнецы «срастаются» спинами, головами, ползая, лежа.

2. **«ВОЛШЕБНЫЙ КОВРИК»**

Дети из своих тел составляют коврик. Затем один из детей, который оказался с краю, прокатывается по лежащим детям, и вновь становится частью коврика.

3. **«СНЕГОВИК»** Дети разбиваются на пары. Один из детей снеговик, а другой – ребенок. Ребенок «лепит» снеговика, похлопывая «снеговика» по разным частям тела. Затем снеговик и ребенок меняются ролями.

4. **«БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ»** Каждый игрок — заяц — чертит вокруг себя мелком круг диаметром примерно 50 см. Расстояние между кругами — один-два метра. Один из зайцев — бездомный. Он водит. Зайцы должны незаметно от него (взглядами, жестами) договориться о «жилищном обмене» и перебежать из домика в домик. Задача водящего — во время этого обмена занять домик, оставшийся на минутку без хозяина. Тот, кто остался бездомным, становится водящим.

5. **«ЗОЛОТАЯ РЫБКА»** Все участники встают в круг, плотно прижавшись друг к другу плечами, бедрами, ногами, взявшись за

руки. Это сеть. Водящий – золотая рыбка – стоит в кругу. Его задача – выбраться из круга. А задача остальных – не выпустить рыбку. Если водящему очень долго не удастся выбраться из сети, взрослый просит детей помочь рыбке.

6. **«ЛИПУЧКА»** Все дети двигаются, бегают по комнате, желательно под быструю музыку. Двое детей, держась за руки, пытаются поймать сверстников. При этом они приговаривают: «Я — липучка — приставучка, я хочу тебя поймать». Каждого пойманного ребенка «липучки» берут за руку, присоединяя его к своей компании. Затем они все вместе ловят в свои «сети» других. Когда все дети станут «липучками», они под спокойную музыку танцуют в кругу, держась за руки. Если музыкальное сопровождение невозможно осуществить, взрослый задает темп игре, хлопая в ладоши. В этом случае темп, быстрый в начале игры, замедляется по мере ее проведения.
7. **«ЗМЕЯ»** Один ребенок - «змея». Он произносит слова « Я змея, змея, змея, я ползу, ползу, ползу, хочешь быть моим хвостом?», обращаясь к пойманному второму ребенку. Второй ребенок проползает под ногами у первого, становится сзади, прикрепляясь к хвосту «змеи». И дальше они уже вдвоем ловят следующего участника, и вдвоем произносят слова.
8. **«ТОННЕЛЬ»** Дети встают на четвереньки, образуют тоннель. Дети по очереди проползают по тоннелю, в конце становясь «тоннелем».
9. **«РУЧЕЁК И ЛОДОЧКА»** Дети становятся «берегами» ручейка, встают с двух сторон. Один из детей «лодочка» плывет по ручейку с закрытыми глазами, дети – «берега» дотрагиваются до «лодочки». В конце пути лодочку встречает «хозяин» - педагог. Педагог обнимает ребенка, говоря ему ласковые, добрые слова.

10. **«Я – ДРОЗД, ТЫ - ДРОЗД»** Выполнение движений по тексту. Дети встают парами.

«Я дрозд, ты – дрозд,

У меня нос, у тебя – нос.

У меня щечки – гладеньки, у тебя щечки – гладеньки,

У меня губки – аленьки, у меня губки – аленьки.

Мы два друга, мы любим друг друга.»

11. **«БУДЕМ ВЕРНЫМИ ДРУЗЬЯМИ»** Играем 3 раза. Выполнение движений по тексту.

«1,2 –потянулись,

3,4 – улыбнулись,

5,6- все встряхнулись,

7,8 – повернулись,

Приобнимемся руками,

Будем верными друзьями.

12. **«ДУДАРЬ»** Дети встают в круг, в кругу стоит ведущий – «дударь». Дети поют дразнилку. Ведущий называет что болит, например плечо. Дети друг у друга берутся за названное место, идут по кругу и поют дразнилку.

Дударь, дударь, дударище ,

Старый, старый, старичище,

Его во колоду, его во сырую.

Дударь, дударь, что болит?

13. **«СОРОКОНОЖКА»** Несколько детей встают друг за другом, держась за талию впереди стоящего. По команде ведущего Сороконожка начинает сначала просто двигаться вперёд, затем приседает, прыгает на одной ножке, проползает между препятствиями (это могут быть стулья, строительные блоки и т. д.)

и выполняет другие задания. Главная задача играющих — не разорвать единую «цепь», сохранить Сороконожку в целости.

14. Аналогично играют в «**ПАРОВОЗИК**» Усложнение дается задание пройти на носочках (пяточках...), движение вперед, назад. Паровозик сидя. Паровозик сошел с рельсов, упал налево, направо, назад, вперед.

15. «**ПАРОВОЗИК**» в парах. Первый вагончик закрывает глаза, второй вагончик становится ведущим. Везет «паровозик» преодолевая расставленные препятствия. Затем дети меняются местами, и путь повторяется. В конце обсуждаются результаты «Кем быть сложнее?»

16. «**ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ**» *Дать возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение, ощутить себя членом группы.*

Играющие хаотично передвигаются по комнате в удобном для них темпе и направлении. По определенному сигналу ведущего, каждый участник должен успеть поздороваться как можно с большим числом играющих.

Варианты сигналов ведущего:

Хлопок в ладоши — надо пожать руку всем возможным партнерам;

Звонок колокольчика — погладить по спине партнера;

Звук свистка — поздороваться «спинками».

Желательно для более эффективного результата игры ввести запрет на разговоры во время выполнения задания.

17. «**СТО МЯЧЕЙ**» *Игра способствует развитию навыка распределения внимания, умения устанавливать контакт с окружающими.*

Игра проводится в несколько этапов. Одно из главных условий — играть молча.

Все участники встают в круг. В руках у ведущего — мяч. Он бросает его кому-либо из играющих, предварительно «договорившись» с ним взглядом. Тот, кто поймал мяч, перебрасывает его еще кому-либо, тоже предварительно <<связавшись» с ним взглядом и т. д. Задача играющих —

поймать взгляд партнера и не допустить падения мяча на пол.

Переход ко второму этапу возможен лишь тогда, когда участники отработают навык невербального общения при передаче мяча. (При работе с детьми между проведением 1-го и 2-го этапов может пройти не одна неделя. Главное — не форсировать события, иначе игра не удастся, и дети быстро потеряют интерес к ней).

Игра проводится точно так же, как и на первом этапе, только ведущий вводит еще один, дополнительный мяч, тем самым усложняя проведение игры.

На последующих этапах в игре может использоваться два, три, четыре, пять и т. д. мячей. В этом случае также необходимо не допустить падения хотя бы одного мяча на пол. Если же мяч все-таки упал, количество мячей сокращается на один.

18.«ПУТАНИЦА» Дети встают в круг и берутся за руки. Водящий отворачивается, а дети запутываются - перелезая друг под другом, поворачиваясь. Но, соблюдая правило – не размыкать рук. Водящий после сигнала поворачивается и распутывает детей.

19.«ТУК, ТУК, ПРАВАЯ (ЛЕВАЯ) РУКА» Необходима предварительная маркировка левой руки. Дети садятся в круг. Справа от ведущего пустое место. Ведущий стучит по полу справа, произнося слова «Тук, тук, правая (левая) рука, сядь Никита справа от меня. » Ребенок перебирается к ведущему. А ребенок у которого остается свободное место с права выбирает и зазывает себе соседа.

20.«КЛУБОЧЕК» Дети берутся за руки становятся ниточкой, а взрослый выполняет роль катушки. Ниточка наматывается под музыку на катушку. Цель – не порвать ниточку. «Посмотрите, какой у нас получился дружный и крепкий клубок. Давайте вместе поживем в нем», произносит взрослый. Клубочек разматывается.

Варианты игр для гиперактивных детей

«КЛУБОЧЕК» (Черепанова Г. Д.) *Обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.* Расшалившемуся ребенку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться всё больше и больше. Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается. Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует что он огорчен, устал или «завелся».

«БЕЗДОМНЫЙ ЗАЯЦ» см. коммуникативные игры

«ЧТО НОВОГО» *Развитие умения концентрировать внимание на деталях.*

Взрослый рисует мелом на доске любую геометрическую фигуру. К доске по очереди подходят дети и пририсовывают какие-либо детали, создавая картинку. В то время, когда один ребенок находится у доски, остальные закрывают глаза, и, открывая их по команде взрослого, говорят, что изменилось. Чем дольше длится игра, тем сложнее искать новые детали.

«ЗОЛОТАЯ РЫБКА» см. коммуникативные игры

«Археология» Развитие мышечного контроля. Взрослый опускает кисть руки в таз с песком или крупой и засыпает ее. Ребенок осторожно «откапывает» руку — делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок коснется своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.

«ШАРИКОВЫЕ БОИ» *Развитие координации движений.* В таз с водой опускают несколько каучуковых шариков, такое же количество шариков ребенок держит в руке. Отойдя на расстояние 0,5 — 1 м от таза, ребенок

сбивает «мокрые» шарики «сухими». Если «мокрый» шар сбит, то его вынимают из воды, если не сбит, то «сухой» шар остается в воде. Игра закончена тогда, когда таз становится пустым. В дальнейшем ребенок может совершенствовать свой результат, проверяя время по секундомеру.

«ПОСЛУШАЙ ТИШИНУ» *Развивать внимание гиперактивного ребенка и умение владеть собой.* По первому сигналу колокольчика дети начинают бегать по комнате, кричать, стучать и т. д. По второму сигналу они должны быстро сесть на стулья и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем дети по кругу (или по желанию) рассказывают, какие звуки они слышали.

«СДЕЛАЙ ТАК» *Игра на развитие мышечного контроля, умения владеть собой.*

На столе у взрослого разложены карточки с изображением человечков, выполняющих различные движения. Взрослый показывает детям карточки и объясняет, какие действия изображены на каждой из них. Затем взрослый дает инструкцию: «По моему сигналу все подойдут к столу и возьмут по одной карточке. Я буду считать от 1 до 10, а вы в это время будете выполнять то, что изображает человечек на выбранной вами картинке. Например, тот, кто возьмет карточку с сидящей на стуле фигуркой, должен сесть на стул, кому достанется карточка с танцующей фигуркой, должен танцевать и т. д.

На счет «10» все заканчивают выполнение задания и меняются карточками или подходят к столу за новым заданием педагога.

«МАЛЕНЬКАЯ ПТИЧКА» *Развивать мышечный контроль* Ребенку в ладошки дают пушистую, мягкую, хрупкую игрушечную птичку (или другого зверька). Для более старших детей проводится аналогичная игра «Маленький зверек» Взрослый говорит: «Прилетела к тебе птичка, она такая маленькая, нежная, беззащитная. Она так боится коршуна! Подержи ее,

поговори с ней, успокой ее». Ребенок берет в ладошки птичку, держит ее, гладит, говорит добрые слова, успокаивая ее и вместе с тем успокаивается сам. В дальнейшем можно птичку уже не класть ребенку в ладошки, а просто напомнить ему: «Помнишь, как надо успокаивать птичку? Успокой ее снова». Тогда ребенок сам садится на стульчик, складывает ладошки и успокаивается.

«МАЛЕНЬКИЙ ЗВЕРЕК» Педагог просит детей закрыть глаза, после чего тихим спокойным голосом произносит следующий текст: «Положите, пожалуйста, руки на колени, соединив ладони вместе. Представьте, что вы держите в руках маленького пушистого зверька. Это может быть котенок, щенок, птичка и т. д. Он такой крохотный, что свободно помещается у вас в ладошках. Он засыпает, поэтому вы стараетесь сидеть без движений, чтобы не разбудить его. Если кому-то очень хочется погладить своего зверька, сделайте это осторожно, легким движением больших пальцев рук. Мысленно успокойте зверька, скажите ему что-нибудь ласковое, улыбнитесь ему. Почувствуйте, как его дыхание становится более спокойным, и вы тоже дышите вместе с ним. Осторожно переложите зверька на теплое одеяло, которое находится рядом с вами (на соседнем стуле), улыбнитесь ему. Теперь можете открыть глаза».

«СОРОКОНОЖКА» см. коммуникативные игры

«ЛИПУЧКА» см. коммуникативные игры

«ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ» см. коммуникативные игры

«СТО МЯЧЕЙ» см. коммуникативные игры

«ЧЕРЕПАХА» *Научиться контролировать свои движения.*

Тренер встает у стены помещения, остальные участники располагаются вдоль противоположной стены. По сигналу ведущего они начинают движение. Далее педагог говорит: «Представьте себе, что все мы — черепахи. Я — большая черепаха, а вы — маленькие черепашки. Я

пригласила вас в гости на день рождения. Я жду вас в гости. Но вот беда: праздничный торт еще не готов.

По моей команде вы можете идти ко мне, нигде не останавливаясь. Помните: вы — черепахи и должны идти как можно медленнее, чтобы дойти только в тот момент, когда торт будет уже готов».

Педагог следит, чтобы никто не останавливался и не спешил. Через 2—3 минуты он дает новый сигнал, по которому все «замирают». Побеждает тот, кто оказался дальше всех от черепахи-именинницы.

Игра может повторяться несколько раз. Затем ведущий обсуждает с группой в кругу, трудно ли им было двигаться медленно и что им помогло выполнить инструкцию.

Дыхательные упражнения

Отработку дыхательных упражнений лучше всего начинать со стадии выдоха, после чего, выждав естественную паузу и дождавшись момента, когда появится желание вдохнуть, сделать приятный, глубокий, без напряжения вдох ртом или носом. Нужно внимательно следить за тем, чтобы двигалась диафрагма и оставались спокойными плечи. При выполнении упражнения в положении сидя или стоя не нагибаться вперед. *Все упражнения выполняются по 3—5 раз.*

1. Сделать полный выдох, набрать воздух медленно через нос, следя за тем, чтобы передняя брюшная стенка все больше выдавалась вперед (набирать воздух свободно, не напрягаясь). При этом диафрагма уплощается, увеличивая объем легких, грудная клетка расширяется. На 2 —5 с задержать воздух, затем начать выдох ртом с подтягиванием брюшной стенки; в конце выдоха опускается грудь. Вдыхать и выдыхать плавно, избегая толчков.

2. Правую руку положить на область движения диафрагмы. Сделать выдох и, когда появится желание вдохнуть, с закрытым ртом сделать глубокий, без напряжения вдох носом. Затем пауза (задержать грудную клетку в расширенном состоянии). Сделать полный выдох, медленно и плавно выпуская воздух через нос. Пауза.

3. После выдоха начать дыхание через нос, следя, правильно ли работают диафрагма, нижние ребра и мышцы живота, спокойны ли плечи. Выдержав паузу, начать постепенный, плавный выдох через узкое отверстие, образованное губами. При этом должно возникнуть ощущение, будто струя воздуха является продолжением воздушного потока, идущего от диафрагмы. Необходимо следить за тем, чтобы не было напряжения в верхней части грудной клетки и шее. При ощущении напряжения следует, расслабившись, медленно покачать головой вправо-влево, вперед-назад, по кругу.

4. **«Шарик».** Повышение эффективности выполнения дыхательных упражнений достигается благодаря использованию образного представления, подключения воображения, так хорошо развитого у детей. Например, возможен образ желтого

или оранжевого теплого шарика, расположенного в животе (соответственно надувающегося и сдувающегося в ритме дыхания). Ребенку также предлагается вокализовать на выдохе, пропевая отдельные звуки (*а, о, у, и, х*) и их сочетания («з» переходит в «с», «о» — в «у», «и» — в «иц», «хи» и т.п.).

5. **«Ветер».** На медленном выдохе пальцем или всей ладонью прерывать воздушную струю так, чтобы получился звук ветра, клич индейца, свист птицы.

6. Сесть или встать прямо. Сделать медленный вдох через нос и медленный выдох через узкое отверстие, образованное губами, на свечу (перышко, воздушный шарик), которая стоит перед ребенком. Голову вперед не тянуть. Пламя должно плавно отклониться по ходу воздушной струи. Затем немного отодвинуть свечу и повторить упражнение; еще больше увеличить расстояние и т.д. Обратите внимание ребенка на то, что при удалении свечи мышцы живота будут все более напряженными.

После усвоения ребенком этих навыков можно переходить к упражнениям, в которых *дыхание согласуется с движением*. Они выполняются на фазе вдоха и выдоха, во время пауз удерживается поза.

Для следующих упражнений необходимо промаркировать левую руку (например, цветной резинкой, нарисованным рисунком, браслетом, часами и т.п.). Таким образом, у ребенка формируется понятие: «Слева — это там, где...», это первый ориентир от которого потом строится система пространственных координат «право - лево».

7. Исходное положение (и.п.) — лежа на спине. По инструкции ребенок медленно поднимает одну руку (правую или левую); ногу (правую или левую); затем две конечности одновременно (руки или ноги), одноименные руку и ногу, затем разноименную руку и ногу; на вдохе и удерживает в поднятом положении во время паузы; медленно опускает на выдохе; расслабляется во время паузы. После этого У. выполняется лежа на животе.

8. И.п. — сесть на пол, скрестив ноги, спина прямая (!). Поднимать руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой, с выдохом,

немного сгибаясь при этом. Это упражнение хорошо тем, что оно автоматически заставляет ребенка дышать правильно, у него просто нет другой возможности.

9. «Дворники» И. п. то же либо встать на колени и сесть на пятки, ноги вместе. Прямые руки расставлены в стороны параллельно полу. Кисти сжаты в кулаки, кроме больших пальцев, вытянутых вонне. Со вдохом поворачивать руки большими пальцами вверх; с выдохом — вниз. Вариант: руки вытянуты вперед, и большие пальцы поворачиваются в такт дыханию налево и направо.

10. И.п. то же. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. Со вдохом поднять левую кисть вверх, одновременно опуская правую вниз (движение только в лучезапястном суставе). С выдохом левая кисть идет вниз, правая — вверх.

11. И.п. то же. Дыхание: только через левую, а потом только через правую ноздрю. При этом правую ноздрю закрывают большим пальцем правой руки, а левую — мизинцем правой руки. Дыхание медленное, глубокое. Как утверждают специалисты в области восточных оздоровительных практик, в первом случае активизируется работа правого полушария головного мозга, что способствует успокоению и релаксации. Дыхание же через правую ноздрю активизирует работу левого полушария головного мозга, повышая рациональный (познавательный) потенциал.

12. И.п. — встать, ноги на ширине плеч, руки опущены, ладони обращены вперед. На быстром вдохе руки притягиваются к подмышкам ладонями вверх. На медленном выдохе — опускаются вдоль тела ладонями вниз. Такой тип дыхания оказывает мощное мобилизующее действие, **быстро снимает психоэмоциональное напряжение.**

13. «Небо» И.п. то же. На медленном вдохе руки плавно разводятся в стороны и поднимаются вверх (или в стороны и к груди) — «притягивающее движение». На выдохе — «отталкивающее движение» — опускаются вдоль тела ладонями вниз. Это упражнение гармонично сочетается с представлением о

втягивании в себя солнечного света и тепла, распространении его сверху вниз по всему телу.

14. «День - ночь» И.п. — встать, ноги вместе, руки опущены. На вдохе медленно поднять расслабленные руки вверх, постепенно «растягивая» все тело (не отрывать пятки от пола); задержать дыхание. На выдохе постепенно расслабляя тело, опустить руки и согнуться в пояснице; задержать дыхание. Вернуться в и.п.

15. «Потягушки» И.п. — встать, ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулаки, большие пальцы внутри ладоней, кулаки прижаты к низу живота. На медленном вдохе, поднять кулаки над плечами, сохраняя локти слегка согнутыми, и прогнуться в спине, разводя плечи и запрокидывая голову; вытянуться вверх, распрямляя Руки и поднимаясь на носки (представьте, что вы только что проснулись и (сладко потягиваетесь)). Зафиксировать эту позу, задержать дыхание. На выдохе Руки вниз, пытаюсь «достать» пальчиками до пола.

16. Ребенок кладет одну руку на грудь или живот и акцентирует внимание на том, как на вдохе рука поднимается, а на выдохе — опускается. Затем в такт с дыханием другой рукой он показывает, как дышит (на вдохе рука поднимается до уровня груди, а на выдохе — опускается). Далее ребенок должен плавно и медленно поднимать и опускать руку или обе руки одновременно в такт дыханию, но уже на определенный счет (на 4, до 12 (школьники)).

В процессе последующей коррекции отработанные и закреплённые (автоматизированные) дыхательные упражнения сочетаются с любым из описываемых ниже заданий, что требует дополнительного внимания со стороны специалиста.

Дополнительные упражнения на оптимизацию общего тонуса

1. «Силач». Выполнить контрастное напряжение и расслабление плечевого пояса, рук и ног, представляя, что держите в руках (ногой, на плече) тяжелые гири; поднимаете над головой тяжелую корзину с яблоками; отжимаете штангу; удерживаете ногой закрывающуюся дверь, раздвигаете руками тесно переплетенные ветви деревьев в лесной чаще.

2. «Весы». Предложите ребенку представить, что его ладони — чашечки весов, держащие груз. При необходимости реально нагрузить «весы», надавливая собственной рукой или кладя на них какой-либо «груз». Встать, поставив руки перед грудью ладонями вверх, пальцы направлены навстречу друг другу, локти в стороны. Сделать длинный вдох через нос, задержать дыхание. «Уравновесить» чашечки весов. Медленно вытянуть одну руку над головой, поворачивая кисть, посмотреть на нее. Другую руку отпустить вниз, держа кисть горизонтально, ладонью вниз, повернув пальцы от себя. С силой вытянуть ее: на этой чашечке весов лежит груз. Медленно выдохнуть, расслабиться. Повторить упражнение, изменив положение рук. Аналогичное упражнение можно выполнять лежа, весами при этом становятся ноги.

3. «Травинка на ветру». Ребенок изображает всем телом травинку (сесть на пятки, руки вытянуть вверх, сделать вдох). Начинает дуть ветер, и травинка наклоняется до земли (выдыхая, наклонить туловище вперед, пока грудь не коснется бедер; руки при этом вытягиваются вперед, ладони на полу; не меняя положения туловища, потянуть руки по полу еще дальше вперед). Ветер стихает, травинка выпрямляется и тянется к солнышку (на вдохе вернуться в исходное положение, потянуться вверх).

4. По этому же принципу строится **упражнение «Раскачивающееся дерево»** (корни — ноги, ствол — туловище, крона — руки и голова), которое может выполняться как сидя, так и стоя. Важно, чтобы каждый ребенок

представил себя «своим» деревом: ведь ель, береза и ива совсем по-разному реагируют на ветерок, начало бури и ураган.

5. «Парусник». Ребенок изображает лодку с парусом: встать на колени, носочки оттянуты, пальцы ног касаются друг друга, пятки несколько разведены; сесть на пятки или между ними, пальцы рук сплести в замок за спиной, зафиксировать под ногами или на пятках.

Подул ветер, и парус расправился, надулся (на вдохе, не расцепляя рук, выпятить грудь, свести лопатки, голову откинуть назад). Ветер утих, и парус «сник» (на выдохе голову опустить как можно ниже, спина становится круглой). Вернуться в и.п.

6. «Дракон». Ребенок изображает дракона, облетающего дозором свои владения: ноги на ширине плеч, слегка согнуты в коленях, пружинят в такт с руками-крыльями. Затем он приземляется на остров и начинает «размешивать» хвостом море.

7. «Насос и надувная кукла». Ребенок — надувная кукла, из которой выпущен воздух, лежит совершенно расслабленно на полу. Психолог (или другой ребенок) накачивает куклу воздухом с помощью насоса: ритмично наклоняясь вперед и произнося звук «с-с-с» на выдохе. Кукла постепенно наполняется воздухом, ее части распрямляются, выравниваются. Наконец кукла надута. Дальнейшее накачивание воздухом опасно — кукла сильно напряглась и может лопнуть. Время окончания надувания определяется по состоянию напряжения тела куклы. После этого из нее вынимают насос, кукла постепенно «сдувается» и «опадает». Это прекрасное упражнение на расслабление — напряжение, а также первый опыт парного взаимодействия на уровне ощущения определенных свойств тела другого человека.

8. «Смазка». Дети стоят в кругу. Им предлагается представить свое тело в виде любого механизма, который нуждается в смазке: «Я ввожу масло в твой указательный палец, чтобы смазать им все суставы твоего тела. Сосредоточься,

чтобы ни один участок не остался без смазки; ведь я не вижу, все ли я делаю правильно: подсказывай мне своим телом».

9. «Двигательный репертуар». Детям предлагается свободно двигаться по комнате, не касаясь друг друга, самыми разнообразными способами, сосредоточившись на ощущениях, возникающих в теле. Они могут передвигаться с разной скоростью: медленно, максимально быстро (медленно), чуть медленнее и т. п.; с различным уровнем напряжения (максимально напряженно, чередуя напряжение и расслабление разных групп мышц, максимально расслабленно). В ходе этого процесса их просят вспомнить и воспроизвести (телом) различные ощущения: холод, жара, вкусная еда, неприятные запахи, сильный ветер в спину и т. п.

Упражнения направлены на расширение диапазона движений по следующим параметрам: быстрые — медленные; мягкие—жесткие; сильные — слабые; тяжелые—легкие; непрерывные —отрывистые; свободные —с сопротивлением.

10. «Огонь и лед». И.п. — стоя в кругу. По команде: «огонь» дети начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений каждый ребенок выбирает произвольно. По команде «лед» дети застывают в позе, в которой их застигла команда, напрягая до предела все тело. Психолог несколько раз чередует обе команды, меняя время выполнения той и другой.

11.«Рыбки и водоросли»: плавные, легкие движения водорослей — на месте и рыб — с передвижением в воде. «Облако и камень»: движения тяжелые, законченные — образ камня и легкие, плавные, непрерывные, связанные с представлением об облаке.

12. «Страна кукол». Педагог: «Когда-нибудь все люди вырастают и забывают, что были детьми. Игрушки, которые мы так любили в детстве, не исчезают бесследно. Они просто уходят в свою страну, куда мы сегодня и отправляемся, став ненадолго разными куклами».

«Свободная кукла»: индивидуальный танец в том образе, который выберет Ребенок. **«Гуттаперчевая кукла»:** движения мягкие, плавные; полностью расслабленное тело (тело без костей). **«Пластмассовая кукла»:** напряженное тело, законченные движения. **«Марионетка»:** кукла, которую кукловод — педагог Или другой ребенок — приводит в движение при помощи нитей, привязанных к различным частям ее тела. Это упражнение направлено на осознание центров движения.

13. «Росток» И.п. на корточках по кругу; голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. «Представь себе что, ты маленький росток только что показавшийся из земли; он растет, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать тебе «расти». Называется часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности других. «Один» — медленно выпрямляются ноги; «два» — ноги продолжают «расти» постепенно оживают руки, но пока висят, как «тряпочки»; «три» — осторожно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам); «четыре» — выпрямляются плечи, шея и голова; «пять» — руки поднимаются вверх, ребенок смотрит на солнышко, тянется к нему.»

14. «Репка». Дети садятся на корточки, колени — в стороны, плотно сомкнутые в ладонях руки упираются в пол между ногами. Из этого положения «репка» медленно растет до полного выпрямления ног. Затем сомкнутые ладони медленно поднимаются до уровня груди, разворачиваются пальцами вверх и поднимаются несколько выше головы. Там ладони размыкаются и разводятся в стороны; «репка» выросла, ее листья (ладони) ловят солнышко.

15. «Потянулись — сломались». Руки и все тело ребенка устремлены вверх (пятки от пола не отрывать). Педагог: «Тянемся, тянемся вверх, выше и выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше (реально пятки на полу)... А теперь наши кисти как бы сломались (хлопок), безвольно повисли. Теперь руки сломались в

локтях (хлопок), в плечах (хлопок), упали. Повисла голова (хлопок), вы
сломались в талии (хлопок), подогнулись колени (хлопок), опустились
(упали) на пол... Лежим расслабленно, удобно»

Литература

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: Учеб. пособие / Л.С. Цветкова, А.В. Семенович, С.Н. Котягина, Е.Г. Гришина, Т.Ю. Гогберашвили; Под ред. Л.С. Цветковой. – М., 2001.
2. Г.Н. Белякова, Н.Н. Гончарова, Т.Г. Шишкова Методика развития речевого дыхания у дошкольников с нарушениями речи. – М., 2002.
3. Г.М. Вартапетова, И.Н. Гребенникова, А.В. Прохорова, Л.И. Кирякина Новые подходы к коррекционной работе с детьми с нарушениями речи и опорно–двигательного аппарата в процессе подготовки к школе / Метод. Рекомендации для психологов, логопедов, воспитателей. – Новосибирск: Изд – во НИПК и ПРО, 2005.
4. Г.М. Вартапетова Петрова Е.Э. Левый мозг, правый мозг и школьная дезадаптация – Новосибирск: НИПКиПРО. - 1996
5. Конева Е.А. Рудаметова Н.А. Психомоторная коррекция в системе комплексной реабилитации детей со специальными образовательными потребностями – Новосибирск, 2008
6. Крюкова С.В. Слободняк Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М., 1999
7. Лебединский В.В. Нарушение психического развития у детей. – М., 1985
8. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека – М.: Изд-во МГУ. – 1969.

9. Е. К. Лютова Г. Б. Моница Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. – СПб., 2001.
10. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М., 2002.
11. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психологическое сопровождение обучения. – М., 2003.
12. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. – М., 2002.
13. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста: Учебное пособие. — М., 2005.
14. Семенович А.В. "Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза". - М., 2007.
15. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб. пособие для высш. учеб. заведений. – М. , 2002.
16. Цветкова Л.С. Методика нейропсихологической диагностики детей – М.: “Российское педагогическое агентство”. - 1998