

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №7 «Жар-птица»**



**Проект
РАЗВИТИЕ ИНТЕЛЛЕКТА СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ
МЕТОДАМИ КИНЕЗИОЛОГИИ**



г. Нижневартовск 2018

Содержание

| | |
|-----------------------|----|
| Паспорт проекта | 3 |
| Пояснительная записка | 5 |
| Концептуальные основы | 7 |
| Содержание проекта | 8 |
| Заключение | 13 |
| Список литературы | 14 |
| Приложения | 15 |

Паспорт проекта

| | |
|----------------------------------|---|
| Тема проекта | «Развитие интеллекта старших дошкольников». |
| Основание для разработки проекта | Современный мир стремительно меняется. Запросы школы и общества в целом таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем и постараться стать успешным. Последнее время отмечается увеличение количества детей с различными нарушениями в развитии, с затруднениями в обучении, трудностями в адаптации, а так же увеличилось число детей с общим недоразвитием речи. При подготовке детей к школе необходимо совершенствовать интеллектуальные и мыслительные процессы. Кинезиология направлена на то, чтобы развить связи между правым и левым полушарием и добиться гармоничного развития их у ребенка. Для успешного обучения и развития ребенка в школе одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. Мозолистое тело (межполушарное взаимодействие) можно развить через кинезиологические упражнения. |
| Автор проекта | Галунова Юлия Владимировна, воспитатель высшей квалификационной категории. |
| Организация исполнитель | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №7 «Жар-птица». |
| Целевая аудитория | Дети старшего дошкольного возраста от 6 до 7 лет. |
| Тип проекта | Практико-ориентированный. |
| Сроки реализации | 1 год. |
| Цель | Активизация различных отделов коры головного мозга, ее больших полушарий, развитие межполушарного взаимодействия, улучшение мыслительной деятельности, синхронизация работы полушарий. |
| Задачи | <ol style="list-style-type: none"> 1. Рассмотреть сущность и основные теоретические аспекты состояния проблемы развития интеллекта старших дошкольников в психолого-педагогической литературе. 2. Изучить методику определения уровня развития межполушарного взаимодействия. 3. Подобрать комплексные упражнения с методами кинезиологии для развития интеллекта детей старшего дошкольного возраста. 4. Создать картотеку упражнений с методами кинезиологии. |
| Краткое содержание проекта | <p>Этапы реализации проекта</p> <p>Для реализации данного проекта были определены 4 этапа:</p> <p>I – организационно-подготовительный</p> <p>Задачи данного этапа:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изучение литературы по проблеме. 2. Подбор программно-методического обеспечения. 3. Создание методической подборки кинезиологических упражнений и развивающих игр, кинезиологических сказок. <p>II – диагностический</p> <p>Цель данного этапа – определить уровень развития познавательных психических процессов у воспитанников подготовительных к школе групп. Определить уровень развития межполушарного взаимодействия у детей.</p> |

| | |
|----------------------|---|
| | <p>III – практическая реализация проекта. Цель данного этапа: Провести коррекционно-развивающую работу с воспитанниками старшего дошкольного возраста, входящих в «группу риска», на развитие познавательных психических процессов: памяти, внимания, мышления, речи, пространственных представлений, восприятия, развитие мелкой и общей моторики используя комплексы упражнений кинезиологической гимнастики.</p> <p>IV - заключительный (диагностический) Цель – провести итоговую контрольную диагностику параметров и функций развития ребенка, на которые была направлена коррекционно-развивающая работа, с целью оценки эффективности данного проекта.</p> |
| Ожидаемые результаты | <p>Рассмотрены сущность и основные теоретические аспекты состояния проблемы развития интеллекта старших дошкольников в психолого-педагогической литературе; Изучена методика определения уровня развития межполушарного взаимодействия. Подобраны комплексные упражнения с методами кинезиологии для развития интеллекта детей старшего дошкольного возраста. Систематизирована картотека комплексов упражнений с методами кинезиологии.. Воспитанники подготовительной к школе группе успешно осваивают кинезиологические упражнения, которые позволяют:</p> <ul style="list-style-type: none"> -улучшить зрительно-моторную координацию; -развить мелкую и общую моторику; -повысить способность детей к волевым усилиям, к произвольному контролю; -развить познавательные психические процессы у воспитанников (мышление, внимание, восприятие, память, воображение, речь). -повысить стрессоустойчивость организма; -повысить уровень эмоционального благополучия; |

Пояснительная записка

Актуальность исследуемой проблемы. Сегодняшние дошкольники – это будущее третьего тысячелетия, и им необходимо научиться ориентироваться в огромном потоке информации, усваивать колоссальные объемы знаний, подготовиться к успешному обучению в школе.

Это возможно только при правильном физическом, умственном развитии и полноценном здоровье. Самый благоприятный период для развития интеллектуальных и творческих возможностей человека — от 3 до 9 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована. Именно в этом возрасте необходимо развивать память, восприятие, мышление, внимание. Часто родители и педагоги заменяют психологическое развитие ребенка информационным, изучая математику, языки и т. д. Преждевременное обучение ребенка недопустимо, так как в результате может быть сформирована минимальная мозговая дисфункция (один участок мозга развивается быстрее за счет другого). Это приводит в дальнейшем к неуспешности в обучении, плохой памяти, рассеянному вниманию, проблемам в эмоциональной сфере.

Специальные кинезиологические упражнения позволяют активизировать межполушарные взаимодействия, приводят к гармонизации баланса жизненной энергии у человека, обладают оздоравливающим и антистрессорным эффектом, снижают утомляемость, повышают способность к произвольному контролю, улучшают мыслительную деятельность, память и внимание.

Кинезиология — наука о развитии головного мозга через движение. Существует уже 2000 лет, используется во всем мире.

Единство мозга складывается из деятельности двух его полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело, межполушарные связи). Развитие межполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта. Межполушарное взаимодействие возможно развивать при помощи комплекса специальных кинезиологических упражнений.

Учитывая функциональную специализацию полушарий (правое — гуманитарное, образное; левое — математическое, знаковое), а также роль совместной деятельности в осуществлении высших психических функций, можно полагать, что нарушение межполушарной передачи информации искажает познавательную деятельность детей.

Для стимуляции интеллектуального развития возможно применение кинезиологических упражнений. Развивая моторику, мы создаем предпосылки для становления многих психических процессов. Работы В.М. Бехтерева, А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия, Н.С. Лейтеса, П.Н. Анохина, И.М. Сеченова доказали влияние манипуляций рук на функции высшей нервной деятельности, развитие речи. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Цель проекта: Развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной и речевой деятельности.

Задачи проекта:

1. Развитие межполушарной специализации.

2. Развитие межполушарного взаимодействия.
3. Развитие межполушарных связей.
4. Синхронизация работы полушарий.
5. Развитие мелкой моторики.
6. Развитие способностей.
7. Развитие памяти, внимания.
8. Развитие речи.
9. Развитие мышления.

Объект проекта: развитие интеллекта старших дошкольников.

Предмет проекта: кинезиологические упражнения в развитии интеллекта старших дошкольников.

Методы исследования:

1. Теоретические: анализ психолого-педагогической литературы, анализ имеющихся программ развития интеллекта дошкольников, обобщения, моделирование.

2. Эмпирические: наблюдения, беседы с детьми, диагностические методы, эксперимент.

3. Методы математической обработки результатов.

Теоретико-методологические основы проекта

Ученые утверждают, что работа человеческого мозга обеспечивается деятельностью двух его полушарий, имеющих определенную функциональную специализацию (левое отвечает за образное, гуманитарное мышление; правое – за знаковое, математическое). В осуществлении высших психических реакций существенную роль играет совместная деятельность полушарий. Для развития интеллекта необходимо развивать взаимодействие между полушариями. Учитывая это, можно предположить, что развитие интеллекта и логическое мышление у детей могут искажаться из-за нарушения межполушарной передачи информации. Поэтому, чтобы простимулировать интеллектуальное развитие ребенка, необходимо использование кинезиологических упражнений. Именно специальные кинезиологические упражнения в полном объеме способны справиться с этой задачей.

Работы Н.С. Лейтеса, А.Н. Леонтьева, В.Н. Бехтерева доказали положительное воздействие манипуляций рук на развитие речи детей и на функциональность высшей нервной деятельности в целом. Таким образом, совершенствование мыслительных и интеллектуальных процессов нужно начинать с развития движений тела и пальцев. С этой целью и были разработаны специальные упражнения: дыхательные, двигательные, пальчиковые игры, растяжки и т.п.

Новизна и практическая значимость проекта: Под воздействием кинезиологических упражнений в организме ребенка происходят положительные комплексно-структурные изменения. И чем нагрузка интенсивней (в пределах разумного), тем существенней эти изменения.

Применение кинезиологических упражнений позволяют улучшить у дошкольников память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить работоспособность к произвольному контролю.

Концептуальные основы

Ученые утверждают, что работа человеческого мозга обеспечивается деятельностью двух его полушарий, имеющих определенную функциональную специализацию (левое отвечает за образное, гуманитарное мышление; правое – за знаковое, математическое). В осуществлении высших психических реакций существенную роль играет совместная деятельность полушарий. Для развития интеллекта необходимо развивать взаимодействие между полушариями. Учитывая это, можно предположить, что развитие интеллекта и логическое мышление у детей могут искажаться из-за нарушения межполушарной передачи информации. Поэтому, чтобы простимулировать интеллектуальное развитие ребенка, необходимо использование кинезиологических упражнений. Именно специальные кинезиологические упражнения в полном объеме способны справиться с этой задачей [11, 156].

Работы Н.С. Лейтеса, А.Н. Леонтьева, В.Н. Бехтерева доказали положительное воздействие манипуляций рук на развитие речи детей и на функциональность высшей нервной деятельности в целом. Таким образом, совершенствование мыслительных и интеллектуальных процессов нужно начинать с развития движений тела и пальцев. То есть, развивающая работа должна осуществляться в направлении от движения к логическому мышлению, а не наоборот. С этой целью и были разработаны специальные упражнения: дыхательные, двигательные, пальчиковые игры, растяжки и т.п. Под воздействием кинезиологических упражнений в организме ребенка происходят положительные комплексно-структурные изменения. И чем нагрузка интенсивней (в пределах разумного), тем существенней эти изменения. Более того, разработанные методики помогают выявлять скрытые способности детей и значительно расширяют границы деятельности и возможностей головного мозга.

Кинезиология – наука о развитии умственных способностей через определенные двигательные упражнения. И именно они позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов и интеллекта. Развитие интеллекта напрямую зависит от сформированности полушарий головного мозга, их взаимодействий.

Применение кинезиологических упражнений позволяют улучшить у дошкольников память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снизить утомляемость, повысить работоспособность к произвольному контролю.

Логическое мышление – это психическая функция, которая обеспечивает обучение и жизнедеятельность ребенка. Развитие мышления связано с пониманием функционального назначения тех или иных предметов, с формированием представления о различии и сходстве, с пониманием причинно-следственных связей.

Содержание проекта

Содержательной формой представления педагогического опыта является комплекс упражнений.

Механизм реализации проекта

Условия реализации проекта:

1. Упражнения проводятся ежедневно в рамках непосредственной образовательной деятельности и в режимных моментах.
2. Занятия проводятся в доброжелательной обстановке.
3. От детей требуется точное выполнение движений и приемов.
4. Упражнения проводятся стоя, сидя и лёжа.
5. Упражнения выполняются в медленном темпе от 3 до 5 раз, сначала одной рукой, затем другой рукой, а в завершение - двумя. Все указания даются чётко, спокойно. Педагог следит за правильностью выполнения заданий. Продолжительность занятий — 10—15 мин.

Время занятий — утро, день.

Все упражнения педагог выполняет вместе с детьми, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность предлагаемых упражнений.

Первый этап - организационно-подготовительный

1. Постановка проблемы, определение цели и задач.
2. Подбор программно-методического обеспечения.

За основу были приняты: развивающая кинезиологическая программа «Гимнастика Мозга» Пола Деннисона; Учебно-методическое пособие Сазонов «Кинезиологическая гимнастика против стрессов» В. Ф., Кириллова Л. П., Мосунов О. П.; Практическое пособие «Упражнения для психомоторного развития дошкольников» Сиротюк А. Л.

Второй этап – диагностический.

Определение уровня развития межполушарного взаимодействия у детей.

В индивидуальном порядке с последующим анализом полученных результатов, для планирования педагогического процесса и прогнозирования желаемого результата.

Третий этап – практическая реализация проекта.

Содержание коррекционно-развивающих кинезиологических занятий

| Направление работы | Перечень игр, игровых упражнений, заданий. |
|---|---|
| 1. Восприятие и узнавание на материале предметов и геометрических фигур | - название контурные, недорисованные, перечеркнутые, наложенные изображения предметов; - найти ошибку в изображении предмета; - распределить предметы по высоте; - геометрическое и цветное лото; - сложить простые и сложные предметы из геометрических фигур (цветок, машина...); - найти среди многих контуров фигур изображения заданной фигуры. |
| 2. Развитие способности концентрации и | - проследить взглядом за прямой, кривой, ломаной линией; - найти определенное число различий в изображении |

| | |
|--|--|
| переключения зрительного внимания. | предметов; - Игра «Счет с помехой» - называть и записывать цифры; - находить и вычеркивать буквы с крупным, мелким шрифтом, фигуры из ряда цифр, букв; - зашумленные картинки; - лабиринты: |
| 3. Развитие зрительной и зрительно-моторной памяти. | - работа с образцом: из палочек простые фигуры, рассмотреть 2 секунды, ребенок повторяет изображение; - запомнить цифровой ряд из фигур, повторить, постоянно увеличивая ряд; - рассмотреть изображения разных предметов, запомнить и на другом рисунке найти эти предметы; - игра «Найди отличия»; - запомнить парные картинки и восстановить пары; - игра: «Что изменилось». «Что на стало»; - - копировать фигуры с левым-правым поворотом; - дорисовать недостающие детали фигур; - дорисовать вторую половину картинки; - найти в ряде фигур, похожую на образце и обвести контур не отрывая карандаш от бумаги; - обвести контур по точкам, - заштриховать рисунок по заданному направлению; - провести линию от одного предмета к другому; - точно воспроизвести графический ряд; - рисовать в большой фигуры уменьшая и наоборот; - игра «Самолеты за облаками» - дети рисуют облака; - штриховка по образцу: очень сильно, средний нажим, слабый нажим. |
| 4. Формирование пространственного восприятия, зрительно-пространственного анализа и синтеза. | - ориентировка в собственном теле; - определение расположения предметов по отношению к самому ребенку, сбоку, между двумя предметами - понимание и правильное употребление предлогов; - ориентировка в пространственном расположении частей предметов, изображений, букв, цифр; - назвать предметы, фигуры, цифры, буквы по порядку, слева направо, сверху-вниз; - расположить предметы по указанной схеме; по стрелкам, - найти предмет, букву, цифру по описанию. |
| 5. Формирование временных ориентировок и представлений. | - части суток дни недели, и их последовательность; - последовательность времен года; месяцы - понимание наречий временного значения и их использования в речи. |
| 6. Знакомство с тетрадью | - знать: обложка, лист, страница, поля, линии: справа-налево, сверху-вниз, клетки-квадраты; - ориентировка на странице; - печатание букв, цифр по клеткам |

| | |
|------------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - графический диктант, считая по клеткам. |
| 7.Развитие букварного гнозиса. | <ul style="list-style-type: none"> - выделение первого звука из ряда слов, называние буквы, отличие буквы от звука; - подбор зрительного образа к букве; - стихотворное описание буквы; - анализ размеров и расположения элементов буквы; - конструирование элементов буквы; - знакомство с объемными вариантами буквы, закрепление образа буквы; - развитие тактильного восприятия буквы; - подбор пары для буквы (другой шрифт); - узнавание недописанных букв, наложенных, непривычно расположенных; - нахождение букв, цифр неправильно написанных; - нахождении е букв, цифр и сочетание букв по заданному образцу. |
| 8.Автоматизация смешиваемых букв. | <ul style="list-style-type: none"> - знакомство с траекторией движения рук при написании; - написание букв по образцу, словесной инструкции; - изображение буквы (ф – встать, руки в бока); - слуховые и зрительные диктанты; - нахождение буквы по графическому изображению; - автоматизация изучаемой буквы в слогах; словах; - запись букв и составление из них слов. |
| 9.Дифференциация смешиваемых букв. | <ul style="list-style-type: none"> - разобрать чем похожи, чем отличаются, уточнить артикуляцию звука; - записать смешиваемые буквы поэлементно и целостно; - реконструкция буквы в другую; - штриховка букв по образцу, символов («о» - круг); - найти и раскрасить буквы по различным цветам; - дифференция букв в слогах (составить слоги из букв, выделить различным цветом слоги), словах (слова с пропущенными буквами, составить словосочетание из букв), предложениях (найти буквы в предложениях и раскрасить разными цветами, вставить в предложение недописанные буквы) |
| 10.Графический диктант. | <ul style="list-style-type: none"> - Игровые упражнения: - «Нарисуй как можно больше звезд» - рисуем краткие отрывистые точки; - «Изобрази осадки весной и летом, зимой» - ограничиваем верхние и нижние границы (тучи и земля); - «Нарисуй лучики солнца, стараясь не отрывать карандаш от бумаги» - плавные, медленные движения сверху вниз, снизу вверх. - «Котята собрались в гости к мышке» - выбрать определенный ход; - «Обведи карандашом бабочку, жука...» - ребенок выбирает |

| | |
|--|--|
| | <p>определенный цвет (формирование понятия «насекомые») -«Помоги бабушке связать свитер, носки..» - штриховка различными способами (тема «Одежда») -«Помоги котенку размотать и смотать клубки» - обвести клубочки по пунктирам; -«Найди картинку» - рисунки наложены друг на друга.</p> |
|--|--|

Кинезиологические методы:

Растяжки – они нормализуют тонус мышц. Гипертонус (неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение), гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость) мышц.

Гипертонус – проявляется, как правило, в двигательном беспокойстве, нарушении сна. У детей с гипертонусом ослаблено произвольное внимание, нарушены двигательные и психические реакции.

Гипотонус сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Именно поэтому в самом начале занятий ребенку необходимо дать почувствовать его собственный тонус и показать варианты работы с ним на самых наглядных и простых примерах, одновременно обучая возможным приемам релаксации.

Дыхательные упражнения.

Дыхание – самая важная физическая потребность тела. Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма (активность мозга, ритм сердца, пульсация сосудов), развивают самоконтроль и произвольность. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением. Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.

Глазодвигательные упражнения.

Они позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Одновременные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию всего организма. Движение глаз активизируют процесс обучения и являются одним из необходимых условий осуществления чтения.

Телесные упражнения.

При их выполнении развивается межполушарное взаимодействие, снимаются синкинезии (непроизвольные, непреднамеренные движения) и мышечные зажимы. Интересно отметить, что человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. В результате движений во время мыслительной деятельности простраиваются нейронные сети, позволяющие закрепить новые знания. При регулярном выполнении реципрокных (перекрестных) движений образуется и миелинизируется большое количество нервных путей, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию психических функций.

Тренировка тонких движений пальцев рук стимулирует общее развитие речи. (морфологическое и функциональное формирование речевых областей совершается под влиянием кинестетических импульсов от рук), а также является мощным средством повышения работоспособности головного мозга.

Массаж

Особенно эффективным является массаж пальцев рук и ушных раковин. Специалисты насчитывают около 148 точек, расположенных на ушной раковине, которые соответствуют разным частям тела. Точки на верхушке уха соответствуют ногам, а на мочке уха – голове.

Упражнения для релаксации способствуют расслаблению, снятию напряжения.

Четвертый этап – Заключительный.

Результаты реализации проекта:

Протокол результата оценки готовности детей к школе подготовительной группы

| Результат | Сентябрь 2017 | Май 2018г. |
|------------------|----------------------|-------------------|
| Высокий | 5 – 19 % | 11 – 42% |
| Средний | 11 -42 % | 15 – 58 % |
| Низкий | 10 -39% | 0 - 0% |

Продукты проекта - Комплекс кинезиологических упражнений.

Заключение

Кинезиология – это перспективное научное направление, синтезирующее в себе знания и методы из многих отраслей наук, таких как медицина, педагогика, психология, коррекционная и специальная педагогика, логопедия и многие другие.

Кинезиология — наука о развитии головного мозга через движение. Существует уже 2000 лет и используется во всем мире.

В данной области разработаны ряд комплексных упражнений, которые позволяют развивать у ребенка как левое, так и правое полушарие, что способствует:

- Улучшению памяти, внимания и речи;
- Снижению утомляемости;
- Повышению способности к произвольному контролю;
- Повышению работоспособности;
- Активизации интеллектуальных и познавательных процессов.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (но оптимальна для данных условий), тем значительнее эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Данные методики позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей деятельности его мозга.

Список литературы

1. Деннисон П. Гимнастика мозга / перевод. - М.: Частное Образовательное Учреждение Психологической Помощи «Восхождение», 1997г.
2. Использование метода кинезиологии в работе с дошкольниками / Северная Двинамай-июнь).
3. Кинезиология, или природная мудрость тела. - СПб. : Невский проспект, 20с.
4. Колеченко педагогических технологий. – СПб: КАРО, 2007. - С.14.
5. Костромина избежать перегрузок глаз // Начальная школа № 8. - С. 81-85.
6. Кордуэлл М. Психология А - Я: словарь - справочник / перевод . - М.: ФИАР - ПРЕСС, 2000 - 448с.
7. Психологический словарь / под ред. - 2-е изд.: - М.: Педагогика пресс, 2009 – 440с.
8. Сиротюк А.Л. Проблемы обучения и развития методом кинезиологии. - М.: Аркти, 2003. – 156 с.
9. Сиротюк А.Л. Развитие интеллекта дошкольников.— М: ТЦ Сфера, 2008.48 с.
10. Столяренко психология / - 4-е изд.: - Ростов на Дону.: Феникс, 2000 - 542с.
11. Я и мое тело. - М.: Аркти, 20с.
12. Шереметева Г. Целебное прикосновение – М.: Амрита-Русь, 2009.- 96с.

Использование технологии арттерапии в работе с детьми

Система деятельности по арттерапии предполагает несколько направлений:

«Ручная терапия»

- Массаж пальцев и ладоней
- Самомассаж, сопровождаемый веселыми стихами, поговорками, чистоговорками на автоматизацию проблемных звуков.
- Материал: камушки, шишки, орешки, пластмассовые шарики, мячи, карандаши, деревянные ложки, музыкальные игрушки и т.д.

«Сказкотерапия» - кукольный театр - Би-ба-бо», куклы марионетки, пальчиковые куклы, теневые, веревочные, плоскостные, куклы костюмы, БИБАБО, перчаточные куклы.

- В формировании мелкой и общей моторики важное место занимает театр би-ба-бо, а также варежковый театр. Совместно с родителями мы сделали своеобразную стойку - теремок. Она вмещает в себя одежду для ряженья и сказочные варежки - зверюшки. Дети имеют возможность самостоятельно надеть варежку любого героя и манипулировать ею при показе сказки, потешки или инсценировки. Сначала варежки с персонажами я надеваю на свои руки и рассказываю сказку, затем я только рассказываю, а дети выполняют движения руками, потом включаю в диалог детей, а уже после этого дети самостоятельно обыгрывают те или иные сказки и ситуации. Это способствует развитию диалогической и монологической речи, интонационной выразительности речи, координации речи, а также развитию моторики.

«Пескотерапия». Если у детей плохо развита мелкая моторика рук, имеются нарушения в развитии эмоциональной сферы, повышен уровень тревожности, поэтому в работе мы решили использовать песок. Трогая руками песчинки, дети развивают движения пальцев рук, что напрямую влияет на развитие речи. Существует выражение «через руки к речи». Игра с песком – это доступная и естественная для каждого ребенка форма деятельности. Песок обладает медиативными свойствами, снимает возбуждение, полезен гиперактивным детям. Рисуя песком дети фантазируют, развивают свои творческие способности. Результатом коррекционной работы, с использованием игр на песке, становится постепенное развитие творческой активности, расширение ролевого поведения, коммуникативной функции речи.

Психогимнастика. Это курс специальных занятий (этюдов, упражнений, игр). Дети обучаются азбуке выражения эмоций – выразительным движениям. В психогимнастике придается большое значение общению детей со сверстниками.

«Логоритмика» является частью кинезиотерапии. Это система двигательных упражнений, которые сочетаются с произнесением речевого материала.

Драматерапия (театрализованная деятельность)

Во время обучения постановке инсценировки дети учатся подчинять свои действия определенному образцу, правилу поведения, пытается вникнуть

в причины поступков литературных героев. Театрализация способствует развитию фантазии, воображения, концентрации внимания, совершенствованию познавательной деятельности. Подготовка и участие в театрализованных действиях расширяют знания детей об окружающем мире, повышает познавательную активность. Драматизация положительно влияет на сюжетно-ролевую игру, усложняя ее содержание и формы.

Музыкотерапия. Метод, использующий музыку в качестве коррекции эмоциональных отклонений, двигательных и речевых расстройств, коммуникативных затруднений, отклонений в поведении. Развивает двигательную сферу, мышечную активность, координацию движений, движение рук и мелкой моторики, учит навыкам мимики и пантомимики в передаче игровых образов;

**Схема использования нейропсихологического тестирования и
инновационных методов обследования детей.**

| Функции | № | Описание |
|--|----------|---|
| 1 Кинестетический праксис – выполнение по зрительному образцу. | 1 | Соединить 1 и 2 пальцы в кольцо (правой, левой рукой) |
| | 2 | Пальцы сжаты в кулак, 2 и 3 пальцы вытянуты . |
| 2 Пространственный праксис – выполнение по зрительному образцу.. | 1 | «Голосование» - рука согнута в локте и поднята вверх. |
| | 2 | Рука перед грудью ладонью вниз. |
| | 3 | Левая рука касается правого уха |
| | 4 | Правая рука касается левого уха |
| 3 Динамический праксис – смена трех положений. | 1 | Игра: « Кулак, ребро, ладонь» |
| 4 Выполнение графических проб – рисование узора в течении 20 секунд. | 1 | - рисование по образцу; |
| | 2 | - дорисовывание. |
| 5 Слухо-моторные – оценка ритмов. | 1 | Определить, сколько раз стучит логопед – 1, |
| | 2 | 2, 3 Воспроизведение ритмов по слуховому образцу – 1,2,3 |
| 6 Стереогноз – на ощупь узнать предмет | 1 | Ощупывание правой рукой. |
| | 2 | Ощупывание левой рукой. |
| 7 Статистическая координация | 1 | Стоять с закрытыми глазами, вытянуть руки вперед, приставив носок к пятке другой ноги. |
| 8 Зрительная память | 1 | -Узнать изображения на одном листе: Схематичные, наложенные изображения, сюжетная картинка |
| 9 Слухо-моторная память | 1 | - Воспроизведение ритмов по слуховому образцу: 11-11-11; 111-111-111; |
| | 2 | - Акцентированные ритмы: 11-111-11; |
| 10 Речь | 1 | - назвать изображения на сюжетной картине; |
| | 2 | - Повторить звуки: «у. б.л.н.д.т»; слоги: «ба-па, да-та» , слова: «точка, дочка, кораблекрушение; фраза: «В саду за высоким забором росли яблони» |
| | 3 | - запоминание 5 слов в заданном порядке: |
| | 4 | «дом, кот, лес, ночь, звон» - повторение короткого рассказа |
| 11 Рисунок | 1 | - самостоятельно нарисовать: дом, человек; |
| | 2 | - Срисовать правой, левой рукой; |

| | | |
|--|---|---|
| | 3 | -срисовать 5 фигур, образец убирается и ребенок выполняет по памяти |
| 12 Чтение, письмо (подготовительная группа) | 1 | -назвать буквы, прочесть отдельные слова, фразы; |
| | 2 | - скопировать 5 букв, затем воспроизвести их по памяти; |
| | 3 | -написать слова: дом, окно – правой и левой рукой. |

Комплекс кинезиологических упражнений

КОМПЛЕКС № 1

1. «Колечко». Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе

2. «Кулак-ребро-ладонь». Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем - двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

3. «Лезгинка». Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

4. «Зеркальное рисование». Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

5. «Ухо-нос».левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

6. «Змейка». Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, 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.

7. «Горизонтальная восьмерка». Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы

вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев, хорошо выдвинутым изо рта языком.

КОМПЛЕКС № 2

1. «Снеговик». Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

2. «Дерево». Исходное положение - сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер - вы раскачиваетесь, как дерево.

3. «Тряпичная кукла и солдат». Исходное положение - стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

4. «Сорви яблоки». Исходное положение - стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, сверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем подними как можно выше левую руку, и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

5. «Свеча». Исходное положение - сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

6. «Маршировка». Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

7. «Глаз - путешественник». Развесить в разных углах и по стенам в группе различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение - стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный педагогом.

КОМПЛЕКС № 3

Дети строятся в одну шеренгу.

1. «Водолазы». Исходное положение: ноги врозь, руки опущены. Задержка дыхания. Сделайте глубокий вдох и задержать дыхание так долго, насколько это возможно, 3-4 раза.

2. «Дерево». Исходное положение: сидя в группировке (на корточках, руками обхватить колени, голову опустить). Представить себе, что ты - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно встать на ноги, распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Напрячь тело, имитируя дерево. Выполняется 3 раза.

3. «Наши ушки слышат все». Дети делают самомассаж ушных раковин.

4. «Чтоб с мячами нам дружить, надо пальцы нам развить». Исходное положение: ноги врозь, мяч малого размера в руках перед грудью. Одновременные и попеременные сжимания и разжимания пальцами рук мяча; катание мяча между ладоней; сдавливание мяча кончиками пальцев; вращение кистей рук с мячом. Каждое движение выполняется 4-5 раз.

5. «Велосипед». Упражнение выполняется в парах. Исходное положение: встать напротив друг друга, коснуться ладонями ладоней партнера. Совершать движения, аналогичные тем, которые выполняют ноги при езде на велосипеде, с напряжением. 8 движений + пауза. Выполняется 3 раза.

6. «Кошечка». Исходное положение: стоя на четвереньках. Имитировать потягивание кошки: на вдохе прогибать спину, поднимая голову вверх, на выдохе выгибать спину, опуская голову. Выполняется 6—8 раз.

7. «Волны шипят». Исходное положение: стоя на пятках, руки вниз. Вставая на носки, плавно поднять руки вперед-вверх (вдох); на выдох через рот

со звуком «ш-ш-ш» плавно опустить руки, вернуться в исходное положение. Выполняется 3–4 раза.

8. «Горизонтальная восьмерка. (см. комплекс №1)

КОМПЛЕКС № 4

1. «Мельница». Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

2. «Паровозик». Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

3. «Робот». Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.

4. «Маршировка». Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

5. «Погладь, похлопай». Исходное положение: Встаньте друг против друга, правой рукой несильно хлопайте по плечу товарища, а левой гладьте по голове (*Обратить внимание детей на то, что по голове сильно ударять нельзя*).

6. «Облако дыхания» Исходное положение - стоя, руки опущены. Делаем медленный вдох через нос, надуваем животик, руки перед грудью. Медленный выдох через рот, одновременно рисуем круг симметрично обеими руками. Стараемся распределить воздух на весь круг, повторяем три раза. Теперь нарисуем квадраты и треугольники.

7. «Взгляд влево вверх». Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углом в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на «прямо перед собой». (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.

КОМПЛЕКС № 5

Предварительно нарисуйте на карточке две пересекающиеся линии в виде символа Х. Зафиксируйте взгляд на пересечении этих линий, выполняя при этом следующие упражнения:

1. Стоя. Поднимите невысоко левую ногу, согнув её в колене, кистью правой руки дотроньтесь до колена левой ноги, затем то же с правой ногой и

левой рукой. Повторите упражнение 7 раз, не отрывая взгляд от пересечении линий.

2. «Паровозик». Правую руку положить на левую надкостную мышцу, одновременно, делая 10-12 маленьких кругов, согнутой в локтевом суставе левой рукой, плечом вперед, затем столько же назад. Поменяйте позиции рук и повторите упражнение, также не отрывая взгляд от пересечении линий.

3. «Перекрёстное марширование». Сделайте 6 пар перекрёстных движений, маршируя на месте и касаясь левой рукой правого бедра и наоборот.

4. «Мельница». Выполняйте так, чтобы рука и противоположная нога двигались одновременно, с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. При этом касайтесь рукой противоположного колена, пересекая среднюю линию тела. Время упражнения 1-2 минут, дыхание произвольное.

5. «Перекресток». Необходимо в течении 45 секунд смотреть в центр перекрёста, а затем перевести взгляд на светлый фон. Повторять упражнение 3 раза. Через неделю образ перекрёста вызывается произвольно. С появлением образа глаза закройте, а перекрёст мысленно перенесите в область лба, а затем в темя. Это символ единства мозга.

6. «Сорви яблоки». Исходное положение - стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, сверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем подними как можно выше левую руку, и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

7. «Дирижер». Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка). Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком. Пусть, в то время как вы дирижируете, музыка течет через все твоё тело. Дирижируйте всем своим телом, и реагируй на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

КОМПЛЕКС № 6

1. «Лепим колобков». Дети на дощечках раскатывают шарики из пластилина, затем берут их в пальцы и на весу, формируют колобков. Перекатывание пластилиновых шариков в ладони правой (левой) руки. Затем - между пальцами рук: сначала каждой рукой отдельно, потом одновременно обеими руками. (15-20 сек).

2. «Прыжки по команде ведущего». 4 прыжка вперед + 4 прыжка назад + 4 вправо + 4 влево + пауза (морская качка — перекач с пятки на носок). Выполняется 2 раза.

3. Игровое упражнение «Морской бой». После тренировок матросам предстоит попасть в «торпеду»; взрослый быстро прокатывает большие мячи вдоль стены, а дети катят свои мячи поперек, стараясь попасть в «торпеды». Кто самый меткий? Выполняется 3–4 раза.

4. «Кулак-ребро-ладонь». Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем - двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

5. «Лезгинка». Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

6. «Зеркальное рисование». Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

7. «Ухо-нос». Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

8. «Взгляд влево вверх» Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углом в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на

«прямо перед собой». (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку, и упражнение повторяется.

КОМПЛЕКС № 7

1.«Дерево». Исходное положение - сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

2.«Тряпичная кукла и солдат». Исходное положение - стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

3.«Мельница». Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

4.«Паровозик». Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

5.«Робот». Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.

6.«Маршировка». Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

7. «Глаз - путешественник». Развесить в разных углах и по стенам в группе различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный педагогом.

КОМПЛЕКС № 8

1. «Дерево». Исходное положение: сидя в группировке (на корточках, руками обхватить колени, голову опустить). Представить себе, что ты -

семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно встать на ноги, распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Напрячь тело, имитируя дерево. Выполняется 3 раза.

2.«Паровозик». Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

3. «Робот». Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.

4. «Маршировка». Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

5. «Волшебная тесьма». *(Детям раздается тесьма разного цвета в обе руки по 30 см. каждая).* Начните сворачивать одновременно двумя руками обе тесьмы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

6. «Зеркальное рисование». Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

7. «Путешествие на облаке». Сядьте удобнее и закройте глаза. Два - три раза глубоко вдохните и выдохните. Я хочу, пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что -нибудь чудесное и волшебное... Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место. Сойдите с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Теперь наблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.