

## **Исследовательский проект**

### **«Кинезотерапия как средство развития мышления учащихся с ограниченными возможностями здоровья в условиях общеобразовательной школы на начальном уровне обучения»**



**Автор: Бойкова Татьяна Михайловна  
учитель начальных классов  
высшей квалификационной категории,  
муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
« Средней общеобразовательной школы № 6»  
городского округа город Шарья**

**ШАРЬЯ**

**Содержание:**

- 1.Краткая аннотация проекта**
- 2.Актуальность и новизна проекта**
- 3. Описание метода кинезотерапии**
- 4.Стратегия и механизм достижения поставленных целей**
- 5.Рабочий план реализации проекта**
- 6.Ожидаемые результаты**
- 7. Перспективы дальнейшего развития**
- 8. Анализ и оценка результатов реализации проекта**
- 9. Используемые ресурсы**
- 10. Приложения:**

**Приложение 1. Диагностика логических операций**

**Приложение 2. 10 методик определения уровня мышления**

**Приложение 3. Результаты диагностики логического мышления**

**Приложение 4. Комплексы кинезиологических упражнений  
для общего развития**

**Приложение 5. Комплекс кинезиологических упражнений, которые  
можно использовать на различных этапах урока**

**Приложение 6. Система использования упражнений «Гимнастики  
мозга» для развития навыков учебной деятельности с инструкцией  
объяснения для учащихся**

**Приложение 7. Буклет для родителей «Гимнастика мозга»**

**Приложение 8. Мастер-класс для родителей «Развитие мышления детей  
с использованием кинезотерапии как одного из видов  
здоровьесберегающих технологий»**

**Приложение 9.Консультация для педагогов «Знакомство с элементами  
кинезотерапии, как средством развития мышления детей с ОВЗ»**

### **Краткая аннотация проекта**

**Цель** данного проекта- апробировать кинезотерапию для развития мышления учащихся с ОВЗ в условиях общеобразовательной школы и выявить эффективность её применения.

#### **Задачи:**

-изучить особенности психических процессов детей с ограниченными возможностями здоровья (дети с задержкой психического развития и дети с тяжелыми нарушениями речи)

-изучить теоретическую литературу по данной теме

-выявить уровень развития мышления детей 1 класса

-адаптировать для применения в 1 классе упражнения кинезотерапии с целью развития психических процессов ,в том числе процесса мышления учащихся

-отследить эффективность применения элементов технологии кинезотерапии в практике работы учителя на уроках и во внеурочное время.

**Гипотеза:** использование элементов кинезотерапии на уроках и во внеурочное время способствует развитию мышления учащихся с ОВЗ в условиях общеобразовательной школы на начальном этапе обучения.

Исходя из всего перечисленного, можно определить **проблему исследования:** возможно ли методом кинезотерапии повысить уровень мышления детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях обучения в общеобразовательной школе.

**Теоретические методы:** анализ психолого-педагогической литературы, обработка собранного фактического материала, классификация, сравнение, систематизация, обобщение психолого-педагогических фактов.

**Эмпирические методы:** наблюдение, собеседование, беседы с детьми, анкетирование, изучение и обобщение опыта работы по данной теме выдающихся учителей логопедов, психологов и дефектологов.

**Практическая значимость** определяется тем, что данные исследования могут быть использованы педагогами, психологами и родителями для организации работы по развитию мышления и речи детей с ограниченными возможностями здоровья. Кроме того, теоретические положения, представленные в работе, могут использоваться студентами при подготовке к курсовым, выпускным квалификационным исследованиям, семинарским занятиям.

Проект реализуется через организацию уроков, внеурочных мероприятий с использованием методов кинезотерапии.

Проект предназначен для учителей начальных классов. Контроль и управление в ходе реализации проекта осуществляет учитель.

Продолжительность проекта рассчитана на 1 год.

### **Актуальность и новизна проекта**

Здоровье населения России находится в критическом состоянии. В России, как и во всем мире, наблюдается тенденция роста детей с ограниченными возможностями. С конца XX столетия частота детской инвалидности в нашей стране увеличилась в 2 раза и по разным данным составляет от 6 до 9%. При сохранении этой тенденции прогноз будущего для населения нашей страны крайне пессимистичен. Для того, чтобы человек с ограниченными возможностями почувствовал себя полноценным членом общества необходимо создать условия для преодоления ограничений, возникших в его жизни, предоставить ему равные со здоровыми людьми возможности участия в жизни общества.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Одним из важнейших направлений государственной политики Российской Федерации в области образования является обеспечение реализации права детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, на образование. Особую актуальность реализация права на образование детей–инвалидов приобретает в связи с Федеральным законом «О ратификации Конвенции о правах инвалидов» от 3 мая 2012 года. Государства, ратифицировавшие Конвенцию, обязуются развивать инклюзивное образование, в том числе обучение детей с ограниченными возможностями здоровья вместе с обычными детьми. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» так определила один из своих приоритетов: «Новая школа – это школа для всех. В любой школе будет обеспечиваться успешная социализация детей с ограниченными возможностями здоровья, детей–инвалидов...»

Указом Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы» подчеркивается, что в Российской Федерации во всех случаях особое и достаточное внимание должно быть уделено детям, относящимся к уязвимым категориям: «Необходимо разрабатывать и внедрять формы работы с такими детьми, позволяющие преодолевать их социальную исключенность и способствующие реабилитации и полноценной интеграции в общество». Стратегия предусматривает законодательное закрепление правовых механизмов реализации права детей–инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья на включение в существующую образовательную среду на уровне дошкольного, общего и профессионального образования (права на инклюзивное образование).

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» также предусматривает гарантии прав на получение образования детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации» под инклюзивным образованием понимается обеспечение равного доступа к образованию для всех обучающихся с учетом разнообразия особых образовательных потребностей и индивидуальных возможностей.

Количество детей с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся по адаптированным образовательным программам, неуклонно растет. В параллели первых классов была выявлена группа учащихся с ограниченными возможностями здоровья, в которую вошли дети с такими нарушениями, как задержка психического развития и тяжелое нарушение речи. Обучение этих детей чрезвычайно затруднено из-за смешанного, осложненного характера их дефекта, в котором задержка развития высших корковых функций часто сочетаются с эмоционально-волевыми расстройствами, нарушениями деятельности, двигательной и речевой недостаточностью.

**Таким образом, проблема развития мышления детей с ОВЗ является актуальной.** Ведь отставание в развитии мышления - одна из основных черт, отличающих детей с ОВЗ от нормально развивающихся сверстников. Отставания в развитии мыслительной деятельности у таких детей проявляется во всех компонентах структуры мышления (Т.В. Егорова, У.В. Ульянова, Т.Д. Пускаева, В.И. Лубовской и др.), а именно:

- в дефиците мотивационного компонента, проявляющемся в крайне низкой познавательной активности, избегании интеллектуального напряжения вплоть до отказа от задания;

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

- в нерациональности регуляционно-целевого компонента, обусловленной отсутствием потребности ставить цель, планировать действия методом эмпирических проб;
- в длительной несформированности операционного компонента, т.е. умственных операций анализа, синтеза, абстрагирования, обобщения, сравнения;
- в нарушении динамических сторон мыслительных процессов.

У детей неравномерно развиваются все виды мышления. Наиболее значительно выражено отставание в словесно-логическом мышлении (оперирующем представлениями, чувственными образами предметов), ближе к уровню нормального развития находится наглядно-действенное мышление (связанное с реальным физическим преобразованием предмета).

Значительная часть детей с отклонениями в развитии, несмотря на усилия, принимаемые обществом с целью их обучения и воспитания, став взрослыми, оказывается неподготовленной к интеграции в социально-экономическую жизнь. Вместе с тем, результаты исследований и практика свидетельствуют о том, что любой человек, имеющий дефект развития, может при соответствующих условиях стать полноценной личностью, развиваться духовно, обеспечивать себя в материальном отношении и быть полезным обществу.

Приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1598 утвержден федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Для получения без дискриминации качественного образования лицами с ограниченными возможностями здоровья создаются: необходимые условия для коррекции нарушений развития и социальной адаптации, оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных педагогических

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

подходов и наиболее подходящих для этих лиц языков, методов и способов общения; условия, в максимальной степени способствующие получению образования определенного уровня и определенной направленности, а также социальному развитию этих лиц, в том числе посредством организации инклюзивного образования лиц с ограниченными возможностями здоровья. Кинезотерапия является одним из наиболее эффективных методов всестороннего развития детей с ОВЗ. Она способствует развитию всех психических процессов (прежде всего мышления).

**Новизна проекта состоит:**

- в расширении педагогических и здоровьесохраняющих технологий для детей с ОВЗ (кинезотерапия является эффективной технологией развития мышления детей с ОВЗ).
- в подборе и использовании специальных форм, методов, приёмов, средств обучения, воспитания и развития мышления детей с ОВЗ,
- в активном включении родителей в коррекционно-педагогический процесс.

**Описание метода кинезотерапии**

Кинезиология как наука была известна еще в глубокой древности. Так, древнекитайская философская система Конфуция (около 2700 года до н.э.) демонстрировала роль определенных движений для укрепления здоровья и развития ума. Сходные элементы содержала древнеиндийская йога, основной целью которой было обретение высших психофизических способностей. Искуснейший врач Греции Гиппократ, родившийся в 460 году н.э., также пользовался кинезиотерапией. Секрет красоты и молодости Клеопатры заключался в том, что она на протяжении всей жизни использовала кинезиологические упражнения, за счет которых поддерживала свой мозг в активном состоянии. Кинезиологию как науку в самом начале определил



исследователь по имени Джордж Гудхард тем, что он в начале шестидесятых годов открыл всем новый подход к диагностике и лечению разных проблем со здоровьем людей. Он привел убедительные доказательства того, что все системы в организме человека напрямую связаны с мышцами, поэтому, если в организме имеется какое-либо нарушение, то это отражается на мышцах, наблюдается: изменение скорости движения, сократительных сил и реагирования. На основе этого по истечению некоторого времени другие ученые продолжили исследования и образовали науку – кинезиологию. Кинезиологическими упражнениями пользовались Аристотель и Гиппократ. Известно, что старение организма начинается со старения мозга. Поддерживая мозг в состоянии молодости, мы не позволяем стариться всему телу.

**Основателями образовательной кинезиологии** являются американские педагоги, доктор наук Пол Деннисон и Гейл Деннисон. Эта система была разработана ими более 40 лет назад. В России она известна с начала 90-х годов, последователями этого направления в образовании являются В.Ф. Базарный, А.Л. Сиротюк.

Современные кинезиологические методики направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях психики. Кинезиология рассматривает мозг человека как компьютер, в котором уже заложена информация обо всех функциональных связях в организме. Мозг накапливает информацию и способен решить любую задачу, связанную с регуляцией функций организма. В прогрессивных школах всего мира в школьных расписаниях есть ежедневный урок - кинезиология.

**Кинезиология**- наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

Самый благоприятный период для интеллектуального развития - это возраст до 12 лет, когда кора больших полушарий еще окончательно не сформирована.

Известно, что человеческий мозг состоит из двух полушарий, они тесно связаны между собой системой нервных волокон (так называемые межполушарные связи). Каждое из полушарий имеет функциональную специализацию. Так, у левого специализация математическая, знаковая, у правого – гуманитарная, образная.

Выделяют **три основных типа организации мозга:**

**I. *Левополушарный тип*** - доминирование левого полушария определяет склонность к абстрагированию и обобщению, словесно-логический характер познавательных процессов. Левое полушарие оперирует словами, условными знаками и символами; отвечает за письмо, счет, способность к анализу, абстрактное, концептуальное, двумерное мышление. При этом информация, поступившая в левое полушарие, обрабатывается последовательно, линейно и медленно.

**II. *Правополушарный тип*** - доминирование правого полушария определяет склонность к творчеству, конкретно-образный характер познавательных процессов. Правое полушарие мозга оперирует образами реальных предметов, отвечает за ориентацию в пространстве и легко воспринимает пространственные отношения.

**III. *Равнополушарный тип*** - отсутствие яркой выраженности доминирования одного из полушарий предполагает их синхронную деятельность в выборе стратегий мышления. Кроме того, существует гипотеза эффективного взаимодействия правого и левого полушария как физиологической общей одаренности.

У большинства современных детей отмечается общее моторное отставание. Отсутствие физической нагрузки заметно тормозит мыслительные процессы,

снижает концентрацию внимания, выносливости, проблемы с речевым развитием, общая неготовность к письму.

Еще **академик И.П. Павлов** (1849-1936) придавал тактильным ощущениям огромное значение, поскольку они несут в речевой центр, в его двигательную часть, дополнительную энергию, способствующую его формированию. Чем совершеннее кора головного мозга, тем совершеннее речь, а, значит, и мышление. В коре головного мозга речевая область расположена рядом с двигательной. Именно близость моторной и речевой зон навели ученых на мысль, что тренировка тонкой моторики пальцев рук оказывает большое влияние на развитие активной речи ребенка. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

**Учёные В.М. Бехтерев, П.Н. Анохин, И.М. Сеченов** доказали, что двигательные упражнения способствуют стимуляции интеллектуального развития. Особое внимание они уделяли влиянию на функции высшей нервной деятельности манипуляции с руками. Именно кисти рук принадлежит самая большая роль в развитии речи ребёнка. Поэтому развитие интеллектуальных и мыслительных процессов нужно начинать с развития движений пальцев рук и тела.

Одним из универсальных методов, который помогает в умственном и физическом развитии ребенка, является кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения.

**Кинезиологические упражнения** - это комплекс движений, позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие. В комплексы упражнений включены: растяжки, дыхательные, телесные, глагодвигательные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию и массаж.

**При выполнении этих упражнений необходимо учитывать  
определенные условия:**

- Занятия проводятся ежедневно, без пропусков.
- Занятия проводятся в доброжелательной обстановке.
- Упражнения проводятся стоя или сидя за партой.

**Внимание! Важные моменты!**

**1.**Во время урока проводить такие упражнения можно только в том случае, если идёт стандартная учебная работа. Творческую деятельность прерывать кинезиологическими упражнениями нецелесообразно.

**2.**Если же учащимся предстоит интенсивная умственная нагрузка, то комплекс упражнений лучше проводить перед работой.

**3.** Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и кумулятивный, т. е. накапливающий эффект.

**4.** Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При более интенсивной нагрузке и значительные изменения.

При выполнении этих упражнений достигаются следующие цели:

- развитие межполушарной специализации;
- развитие межполушарного взаимодействия;
- синхронизация работы полушарий;
- развитие мелкой моторики;
- развитие способностей;
- развитие памяти, внимания, речи;
- развитие мышления;
- устранение дислексии.

### **Стратегия и механизм достижения поставленных целей**

Деятельность в рамках проекта предусматривает определенный алгоритм действий, направленный на достижение поставленных целей и получение результата. Алгоритм включает в себя 3 этапа:

#### **1 этап - диагностический**

**Цель:** выявление уровня мышления у учащихся ,имеющих задержку психического развития и тяжелое нарушение речи (Методика Немова ....

#### **2 этап - деятельностный**

**Цель:** организация практики проведения уроков и внеурочной деятельности с использованием элементов кинезотерапии.

#### **3 этап – завершающе -обобщающий**

**Цель:** подведение итогов. Анализ полученных результатов, обобщение опыта.

### **Рабочий план реализации проекта**

№ п/п	Этап	Намеченные мероприятия	Результаты работы	Сроки выполнения работ
1.	Диагностический	Начальная диагностика уровня развития мышления детей с задержкой психического развития и тяжелыми нарушениями речи	Мониторинг определения уровня мышления детей с ОВЗ и ТНР	Сентябрь 2015
2.	Деятельностный	Уроки, внеклассные мероприятия с применением элементов кинезотерапии Просветительская работа с родителями по применению элементов кинезотерапии.	Создание комплексов кинезиологических упражнений для каждого этапа урока. Применение комплекса упражнений с использованием	Октябрь 2015 -май 2016

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

		Распространение опыта работы	кинезотерапии на уроках и во внеурочной деятельности. Промежуточный мониторинг определения уровня мышления детей с ОВЗ и ТНР. Организация мастер классов для родителей и педагогов.	
3.	Завершающе-обобщающий.	Повторная диагностика уровня мышления детей с ОВЗ, обучающихся в общеобразовательной школе на начальном этапе обучения. Анализ результатов, полученных в ходе реализации проекта.	Мониторинг определения уровня мышления детей с ОВЗ и ТНР. Анализ результатов, полученных в ходе реализации проекта.	Май 2016

### **Ожидаемые результаты**

**Преподавателю** - возможность реализовать принципиально новые формы и методы обучения; дополнительные возможности для поддержания и направления развития личности обучаемого; творческий поиск в организации совместной деятельности учащихся и учителей.

**Учащимся** с ОВЗ и ТНР - повышение уровня развития мышления детей

**Родителям** - возможность участвовать в процессе обучения начиная от контроля уровня успеваемости, заканчивая участием в совместных проектах.

### **Механизм оценки результатов:**

Критериями оценки уровня развития мышления являются такие логические операции как:

- 1) **Обобщение** – это логическая операция, при которой группа объектов объединяется в единое целое по разным основаниям.
- 2) **Классификация** - это логическая операция деления объема понятия посредством расчленения на классы по какому-либо признаку.
- 3) **Сравнение** - это логическая операция, в результате которой два или несколько разных объектов сравниваются между собой с целью установить, что общее и различное имеется в них. ;
- 4) **Аналогия** – это сходство в каком-нибудь отношении между явлениями, предметами, понятиями.;
- 5) **Систематизация** - это логическая операция, в результате которой расположение предметов или явлений происходит в определенном порядке;
- 6) **Смысловое соотнесение** - это логическая операция, в результате которой происходит сравнение предметов по их внешним признакам;
- 7) **Отрицание** - это логическая операция, которая каждому простому высказыванию ставит в соответствие составное высказывание, заключающееся в том, что исходное высказывание отрицается;
- 8) **Анализ** - это логическая операция разделения некоторого сложного или составного объекта на отдельные части, элементы, из которых он состоит.,
- 9) **Синтез** - это логическая операция объединения частей или элементов в некоторое сложное целое.;
- 10) **Умозаключение** - это логическая операция, в результате которой из одного или нескольких принятых утверждений (посылок) получается новое утверждение - заключение (следствие).;

11) **Логические задачи** - это такие задачи, для решения которых, как правило, требуется логическое мышление, сообразительность, иногда применение нестандартного мышления.

Оценка эффективности данного проекта по указанным критериям организуется с использованием диагностического инструментария.

#### **Перспективы дальнейшего развития:**

Внедрение кинезиологических упражнений в учебно-воспитательный процесс реально выполнимо в условиях образовательного учреждения в рамках одного учебного года, а возможно и четырёх лет обучения в начальной школе. Конкретные наработки и результаты, полученные в рамках представляемого проекта, будут использоваться в дальнейшем. Для сохранения и расширения достижений данного проекта предполагается сотрудничество со специалистами в области коррекционно-развивающего обучения нашего образовательного учреждения и других учреждений города, которые работают с учащимися с ОВЗ. В перспективе возможно обобщение и распространение опыта работы с целью повышения уровня мышления детей с ОВЗ, а также эффективности и качества образования.

#### **Анализ и оценка результатов реализации проекта:**

Проблема развития, коррекции и совершенствования мышления учащихся – одна из важнейших в психолого-педагогической практике. Главная же задача школы – обеспечить развитие личности ребёнка на более высоком уровне по сравнению с дошкольным периодом, а также развивать полноценную личность младшего школьника. Считается, что главный путь решения этой задачи – рациональная организация всего учебного процесса. В качестве дополнительного, вспомогательного пути может рассматриваться специально организуемые пути развития мышления. В нашем проекте мы



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

исследовали влияние кинезотерапии как средства развития мышления учащихся с ограниченными возможностями здоровья в условиях общеобразовательной школы на начальном уровне обучения.

Данный проект осваивался с учащимися с ОВЗ первого класса. Таких учащихся - 8 человек. Дети обучаются по программе «Начальная школа XXI века». Дети с задержкой психического развития и тяжелыми нарушениями речи крайне неусидчивы, обладают низкой познавательной активностью, психические процессы у них развиты слабо. Поэтому использование элементов кинезотерапии считаем эффективным и обоснованным.

Прежде, чем пытаться развивать мышление младших школьников, мне было необходимо выяснить, на каком уровне развития оно находится у данного конкретного ученика. Сделать это можно в ходе первичного исследования с помощью различных методик. Мною были апробированы следующие методики диагностирования уровня мышления: задания для выявления уровня развития всех логических операций из папки дошкольника «Логика», а также методики: «Нелепицы» Немова Р. С., «Выявление существенных признаков», «Нахождение недостающих частей рисунка», «Четвёртый лишний», и других. Диагностический инструментарий по данным методикам представлен в приложениях 1 и 2. С целью оценивания и сравнения результатов была проведена входная ( в начале года) , промежуточная ( в середине года) и итоговая (планируется проведение в конце года) диагностики.

С целью выявления эффективности реализации проекта в конце года будет проведен мониторинг уровня мышления учащихся с ЗПР и ТНР. Сейчас был проведен промежуточный мониторинг.

Данные результатов выявления уровня мышления учащихся заносились в таблицы, по ним выстраивались диаграммы. Графическое изображение облегчает анализ данных и позволяет проводить качественный анализ

эффективности применения данной методики на уроках и во внеурочной деятельности, корректировать дальнейшие действия. Результаты мониторинга представлены в приложении 3. Таблицы и диаграммы показывают, что в ходе работы с использованием кинезиологических упражнений повысились показатели развития всех логических операций на 5-15%, если в начале учебного года учащихся с высоким уровнем развития было 2 человека, то уже в марте их стало три, а число учеников с низким уровнем развития мышления уменьшилось на одного. Возможно такое малое повышение вызвано накопительным эффектом кинезиологических упражнений и недостаточным промежутком времени их применения (т.к. окончательный результат будет представлен в конце учебного года). Наблюдения в ходе реализации проекта позволяют отметить положительные эффекты при использовании кинезиологических упражнений. Это развитие мелкой моторики; развитие способности к произвольному контролю; развитие памяти, внимания, речи, пространственных представлений; мышления; улучшение почерка.

В ходе реализации проекта мною накоплен практический материал, который может быть использован другими педагогами:

- Комплексы кинезиологических упражнений для общего развития организма (приложение 4)
- Подборка упражнений кинезотерапии, которые можно использовать на различных этапах урока (приложение 5)
- Комплексы упражнений, направленные на развитие определённых навыков учебной деятельности. Таких как: активное слушание, понимающее чтение, навыки письма и правописания, математические навыки, навыки выполнения домашних заданий (приложение 6)
- Буклет для родителей «Гимнастика мозга», знакомящий их с кинезиологией (приложение 7)

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

- Мастер - класс для родителей «Развитие мышления детей с использованием кинезотерапии как одного из видов здоровьесберегающих технологий» (приложение 8)
- Консультация для педагогов «Знакомство с элементами кинезотерапии, как средством развития мышления детей с ОВЗ» (приложение 9)

**По результатам реализации проекта можно сделать следующие выводы:**

- Применение данного метода позволяет улучшить у ребенка память, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. В процессе использования этих упражнений на уроках, мы отмечаем улучшение почерка учащихся, повышение их работоспособности, активизацию интеллектуальных и познавательных процессов, таких как мышление.
- Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (но оптимальна для данных условий), тем значительнее 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 человека и расширить границы возможностей деятельности его мозга. Следует отметить, что эти методы не требуют материальных затрат, удобны в применении, органично вписываются в структуру занятий, а главное - учащиеся выполняют их с большим желанием и удовольствием, что является немаловажным для роста мотивации в обучении.

**В результате** применения комплексного подхода в осуществлении коррекционной работы с активным применением нетрадиционных способов развития интеллекта наметилась положительная динамика в развитии интеллекта и психических процессов у детей с помощью упражнений и игр на развитие межполушарного взаимодействия.

Дети стали более активны, инициативны, работоспособны, уверены в своих силах и возможностях, эмоционально благополучны. Улучшились графические навыки, процессы памяти и внимания, произвольность поведения. Гармонизировались процессы торможения и возбуждения. Как следствие, стала более высокая продуктивность деятельности, формирование навыков прочности усвоения программного материала. Стали доступны мыслительные задачи, требующие больших энергетических усилий.

### **Используемые ресурсы**

1. Бгажнокова, И.М. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития.— М.: Педагогика, 2007. — 247 с.
2. Баскаков В. Ю. Хрестоматия по телесно-ориентированной психотерапии и психотехнике.: — М., НПО «Психотехника» — Нижний Новгород, Флокс, 1995, 32 с.
3. Боброва А. В. Статья «Использование элементов кинезотерапии как средство оптимизации речи детей с ЗПР»; <http://dohcolonoc.ru/cons/5783-ispolzovanie-elementov-kinezoterapii.html>

4. Бондаренко, Б.С. Комплексная реабилитация детей с ограниченными возможностями вследствие заболевания нервной системы: методические рекомендации. – М.: Владос, 2009. – 300 с.
5. Григорьева, Л.Г. Дети с проблемами в развитии. – М.: Академкнига, 2002. – 213 с.
6. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика ума. Простые упражнения для развития умственных возможностей. — М., Издательский отдел ЦВЛД, 1993, 44 с.
7. Доброхотова Т.А., Брагина Н.Н. Функциональные асимметрии человека. М., 1981.
8. Егорова, Т.В. Социальная интеграция детей с ограниченными возможностями / Т.В. Егорова – Балашов: Николаев, 2002. – 80 с.
9. Исаев, Д.Н. Психология больного ребенка: Лекции. – СПб.: Издательство ППМИ, 2003. – 186 с.
10. Киселева, Н.А. Психологическое изучение детей с отклонениями в развитии / Н.А. Киселева, И.Ю. Левченко. – М.: Коррекционная педагогика, 2005. – 210 с.
11. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. М., 1973.
12. Лебединская, К.С. Задержка психического развития. – М.: Педагогика. – 2007. – 280 с.
13. Лебединский, В.В. Нарушение психического развития. – М.: Педагогика. – 2004. – 306 с.
14. Логика. Серия «Папка дошкольника»: - Киров: ООО «ВК «Дакота» - с.
16. Назарова, Н.М. Специальная педагогика. – М.: Академия, 2010. – 356с.
15. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов высш. пед. учеб. заведений: - М.: ВЛАДОС, 2003 - Кн. 1: Общие основы психологии. Глава 11. Мышление - с. 97, 102, 111.

16. Соколова, Н.Д. Дети с ограниченными возможностями: проблемы и инновационные тенденции в обучении и воспитании / Н.Д. Соколова, Л.В. Калиникова. – М.: 2005. – 180 с.
17. Сорокин, В.М. Специальная психология.– СПб.: Речь, 2003. – 216 с.
18. Стоукс Г., Уайтсайд Д. Коррекция дислексических нарушений способности к обучению и интеграции головного мозга. М.,1994. – 124 с.
19. Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для развития некоторых психологических процессов у младших школьников. М.,1977.
20. Щепко, Е.Л. Психодиагностика нарушений развития. Принцип дифференциаций. – М.: Академия, 2000. –410 с.
21. Шипицына, Л.М. Психологическая диагностика отклонений развития детей младшего школьного возраста. – М.: ВЛАДОС, 2008. – 92с
22. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие. М.,1999.

### **Электронные ресурсы**

1. Гимнастика мозга (Гимнастика ума) [Электронный ресурс]: СоДействие центр практической психологии – Режим доступа: <http://kinhelp.ru/gimnastika-mozga-gimnastika-uma/>
2. Деннисон П. И., Деннисон Г. Гимнастика мозга [Электронный ресурс]: Просто в непростом.рф – Режим доступа: <http://tao-online.net/gimnastika-mozga/>.
3. Подготовка к обучению. Гимнастика мозга / Brain Gym [Электронный ресурс]: СПбГМТУ Среднетехнический факультет – Режим

доступа: [http://stf-smtu.ru/index.php?option=com\\_content&view=article&id=99&Itemid=141](http://stf-smtu.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=99&Itemid=141).

4. Рашкова Т. Гимнастика мозга или обычная зарядка? [Электронный ресурс]: Дети Будущего – Режим доступа: <http://www.deti-budushego.com/node/217>.

5. Упражнения Гимнастики Мозга [Электронный ресурс]: Образовательная кинезиология – Режим доступа: <http://creativekinesiology.ru/uprazhneniya-gimnastiki-mozga>.

## Приложение 1

### Диагностика логических операций

*Все задания в папке разделены по диагностированию логических операций:*

- обобщение, классификация;
- сравнение;
- аналогии;
- систематизация;
- смысловое соотнесение;

- отрицание;
- анализ, синтез;
- умозаключения;
- логические задачи.

### **1. Обобщение и классификация:**

**Цель:** определить уровень развития логических операций обобщения и классификации

#### **Виды заданий:**

- дорисовать недостающий предмет и назвать группу одним словом;
- распределить геометрические фигуры на группы;
- заполнить множества по заданному основанию;
- провести правильно линию, следуя заданию.

#### **Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

25%- выполнен верно один из видов заданий.

#### **Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий: ниже 50%

### **2. Сравнение:**

**Цель:** определить уровень развития логической операции сравнение.

#### **Виды заданий:**

- сделать предметы одинаковыми;
- найти в каждом ряду предмет, сходный эталону;
- найти пару.

#### **Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

20%- выполнен верно один из видов заданий.

#### **Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%



Средний: 50-80%

Низкий: ниже 50%

### **3. Аналогии:**

**Цель:** определить уровень развития логической операции аналогии.

**Задание:**

-найти картинку по аналогии из представленных ниже.

**Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

50%- выполнен верно один из видов заданий.

**Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий: ниже 50%

### **4. Систематизация:**

**Цель:** определить уровень развития логической операции систематизации.

**Виды заданий:**

-продолжить закономерность;

-распределить предметы в клеточках, следуя заданию.

**Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

10%- выполнен верно один из видов заданий.

**Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий: ниже 50%

### **5. Смысловое соотнесение:**

**Цель:** определить уровень развития логической операции смысловое соотнесение.

**Задание:**

-найти пару предмету.

**Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

12%- выполнен верно один из видов заданий.

**Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий:ниже 50%

**6. Отрицание:**

**Цель:** определить уровень развития логической операции отрицание.

-найти треугольники, круглые предметы, квадратные предметы и так далее;

-обведи все "не деревья" или "не буквы А".

**Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

12%- выполнен верно один из видов заданий.

**Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий:ниже 50%

**7. Анализ и синтез:**

**Цель:** определить уровень развития логических операций анализа и синтеза.

**Задание:**

-найди фрагмент картинки.

**Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

17%- выполнен верно один из видов заданий.

**Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий: ниже 50%

### **8. Умозаключения:**

**Цель:** определить уровень развития логической операции умозаключения.

**Виды заданий:**

-найти закономерность и нарисовать недостающую фигуру;

-решение логических задач.

**Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

12%- выполнен верно один из видов заданий.

**Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий: ниже 50%

### **9. Логические задачи.**

**Цель:** определить уровень решения логических задач.

**Оценка результатов:**

100%- все задания выполнены верно.

17%- выполнен верно один из видов заданий.

**Уровни мышления:**

Высокий: 80-100%

Средний: 50-80%

Низкий: ниже 50%

Картонная вкладка состоит из маленьких картинок, которые необходимо использовать для составления логических цепочек. Например, составляем цепочку: помидорка-тарелка-столик-кубики-машинка. В чем смысл? А вот в

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

чем: помидорка лежит на тарелке, тарелка стоит на столике, под столиком лежат кубики, а кубики привезли на машинке. Вот такая логическая цепочка.

**Приложение 2**

**10 методик определения уровня мышления**

### «Выделение существенных признаков»

Методика используется для исследования особенностей мышления, способности дифференциации существенных признаков предметов или явлений от несущественных, второстепенных. По характеру выделяемых признаков можно судить о преобладании того или иного стиля мышления: конкретного или абстрактного.

Тест пригоден для обследования детей и взрослых.

Слова в задачах подобраны таким образом, что обследуемый должен продемонстрировать свою способность уловить абстрактное значение тех или иных понятий и отказаться от более легкого, бросающегося в глаза, но неверного способа решения при котором вместо существенных выделяются частные, конкретно – ситуационные признаки.

**Инструкция для детей:** Здесь даны ряды слов, которые составляют задания. В каждой строчке перед скобками стоит одно слово, а в скобках – 5 слов на выбор. Тебе надо из этих пяти слов выбрать только два, которые находятся в наибольшей связи со словом перед скобками. Например, слово перед скобками – «сад», а в скобках слова: «растения, садовник, собака, забор, земля». Сад может существовать без собаки, забора и даже без садовника, но без земли и растений сада быть не может. Значит следует выбрать именно эти 2 слова – «земля» и «растения».

**Инструкция для взрослых:** В каждой строчке бланка Вы найдете одно слово, стоящее перед скобками, и далее – пять слов в скобках. Все слова, находящиеся в скобках, имеют какое-то отношение к стоящему перед скобками. Выберите только два, которые находятся в наибольшей связи со словом перед скобками

Примечания:

Во всех случаях самостоятельного выполнения заданий решения испытуемого следует обсудить, задавая ему вопросы. Нередко в процессе обсуждения испытуемый дает дополнительные суждения, исправляет

ошибки.

Все решения, вопросы, а также дополнительные суждения испытуемого записываются в протокол.

### **Опросник**

1. Сад (растения, садовник, собака, забор, земля).
2. Река (берег, рыба, рыболов, тина, вода).
3. Город (автомобиль, здания, толпа, улица, велосипед).
4. Сарай (сеновал, лошадь, крыша, скот, стены).
5. Куб (углы, чертеж, сторона, камень, дерево).
6. Деление (класс, делимое, карандаш, делитель, бумага).
7. Кольцо (диаметр, алмаз, проба, окружность, золото).
8. Чтение (глаза, книга, очки, текст, слово).
9. Газета (правда, происшествие, кроссворд, бумага, редактор).
10. Игра (карты, игроки, фишки, наказания, правила).
11. Война (самолет, пушки, сражения, ружья, солдаты).
12. Книга (рисунки, рассказ, бумага, оглавление, текст).
13. Пение (звон, искусство, голос, аплодисменты, мелодия).
14. Землетрясение (пожар, смерть, колебания почвы, шум, наводнение).
15. Библиотека (столы, книги, читальный зал, гардероб, читатели).
16. Лес (почва, грибы, охотник, дерево, волк).
17. Спорт (медаль, оркестр, состязания, победа, стадион).
18. Больница (помещение, уколы, врач, градусник, больные).
19. Любовь (розы, чувства, человек, свидание, свадьба).
20. Патриотизм (город, родина, друзья, семья, человек).

### **Обработка результатов и интерпретация**

### **Ключ**

1. Растения, земля
2. Берег, вода
3. Здания, улица
4. Крыша, стены
5. Углы, сторона
6. Делимое, делитель
7. Диаметр, округлость
8. Глаза, текст
9. Бумага, редактор
10. Игроки, правила
11. Сражение, солдаты
12. Бумага, текст
13. Голос, мелодия
14. Колебания почвы, шум
15. Книги, читатели
16. Почва, дерево
17. Состязания, победа
18. Врач, больные
19. Чувства, человек
20. Родина, человек

Наличие в большей мере ошибочных суждений свидетельствует о преобладании конкретно-ситуационного стиля мышления над абстрактно-логическим. Если испытуемый дает вначале ошибочные ответы, но потом их исправляет, то это можно интерпретировать как

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

поспешность

и

импульсивность.

Оценка результатов осуществляется по таблице:

**Таблица**

Оценка в баллах	Количество правильных ответов
9	20
8	-
7	19
6	18
5	16-17
4	14-15
3	12-13
2	10-11
1	9

**1. Методика «Нелпицы» - автор Немов Р. С. [1, с. 97]**

Предназначена для детей 4 - 6 лет. При помощи этой методики оцениваются элементарные образные представления, ребенка об окружающем мире и о логических связях и отношениях, существующих между некоторыми объектами этого мира: животными, их образом жизни, природой. С помощью этой же методики определяется умение ребенка рассуждать логически и грамматически правильно выражать свою мысль.

Процедура проведения методики такова. Вначале ребенку показывают картинку, на которой имеются несколько довольно нелепых ситуаций с животными. Во время рассматривания картинки ребенок получает инструкцию примерно следующего содержания: «Внимательно посмотри на



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

эту картинку и скажи, все ли здесь находится на своем месте и правильно нарисовано. Если что-нибудь тебе покажется не так, не на месте или неправильно нарисовано, то укажи на это и объясни, почему это не так. Далее ты должен сказать, как на самом деле должно быть».

Обе части инструкции выполняются последовательно. Сначала ребенок просто называет все нелепицы и указывает их на картинке, а затем объясняет, как на самом деле должно быть. Время экспозиции картинки и выполнения задания ограничено тремя минутами. За это время ребенок должен заметить как можно больше нелепых ситуаций и объяснить, что не так, почему не так и как на самом деле должно быть.

В случае затруднения ребенку оказывается помощь:

- *Стимулирующая.* Исследователь помогает ребенку начать отвечать, преодолеть возможную неуверенность. Он подбадривает ребенка, показывает свое положительное отношение к его высказываниям, задает вопросы, побуждающие к ответу: «Понравилась ли тебе картинка?» «Что понравилось?», «Хорошо, молодец, правильно думаешь».

- *Направляющая.* Если побуждающих вопросов оказывается недостаточно, чтобы вызвать активность ребенка, задаются прямые вопросы: «Смешная картинка?», «Что в ней смешного?»

- *Обучающая.* Вместе с ребенком рассматривается какой-то фрагмент картинки и выявляется его нелепость: «Посмотри, что здесь нарисовано?», «А такое может быть в жизни?», «Тебе не кажется, что здесь что-то перепутано?», «А еще здесь есть что-нибудь необычное?».

### **Оценка выполнения задания**

При оценке учитываются:

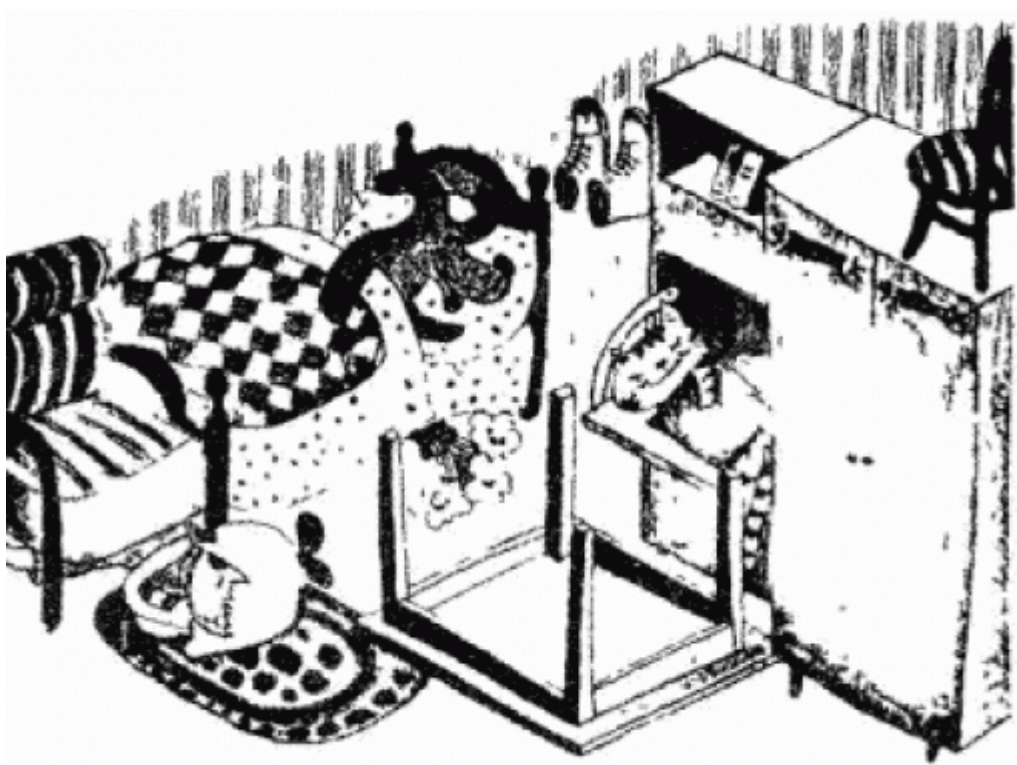
- а) включение ребенка в работу, сосредоточенность, отношение к ней, самостоятельность;
- б) понимание и оценка ситуации в целом;
- в) планомерность описания картинки;

### Оценка результатов:

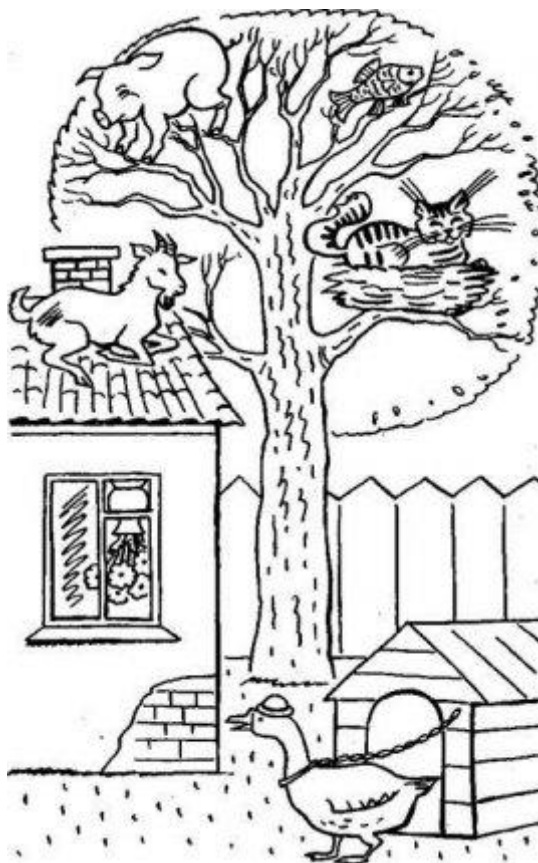
3 балла — такая оценка ставится ребенку в том случае, если за отведенное время (3 мин) он заметил все 7 имеющихся на картинке нелепиц, успел удовлетворительно объяснить, что не так, и, кроме того, сказать, как на самом деле должно быть.

2 балла — заметил все имеющиеся нелепицы, но не успел за отведенное время до конца объяснить и сказать, как на самом деле должно быть.

1 балл — за отведенное время ребенок не успел заметить 1-4 из 7 имеющихся на картинке нелепиц и до конца объяснения дело не дошло.



Картинка № 1 — предлагается в начале года.



Картинка № 2 - предлагается в конце года.

## 2. Нахождение недостающих частей рисунка среди предложенных на выбор.

Подберите подходящие части картинки вместо пропущенных

Подберите подходящие части коврика вместо пропущенных

Оценка:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

3 балла — все части для обоих ковриков подобрал правильно.

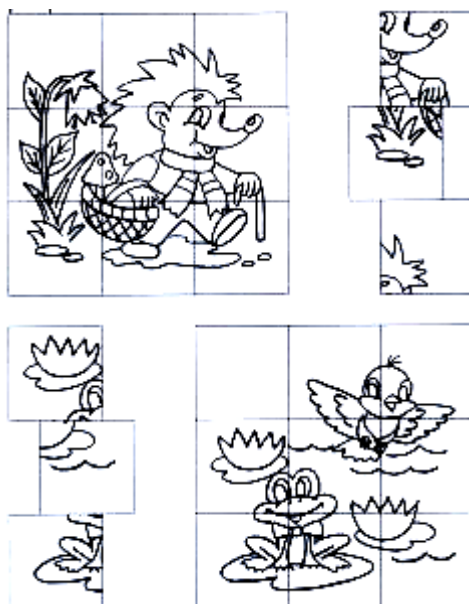
2 балла — 2-3 части подобрал правильно.

1 балл — подобрал правильно только 1 часть или с заданием не справился совсем.

Эти картинки предназначены для диагностики в начале года.

Диагностика в конце года немного другого плана, но задачи те же [2, с. 12].

Задание: найди выделенные фрагменты на целой картинке и соедини их линией.



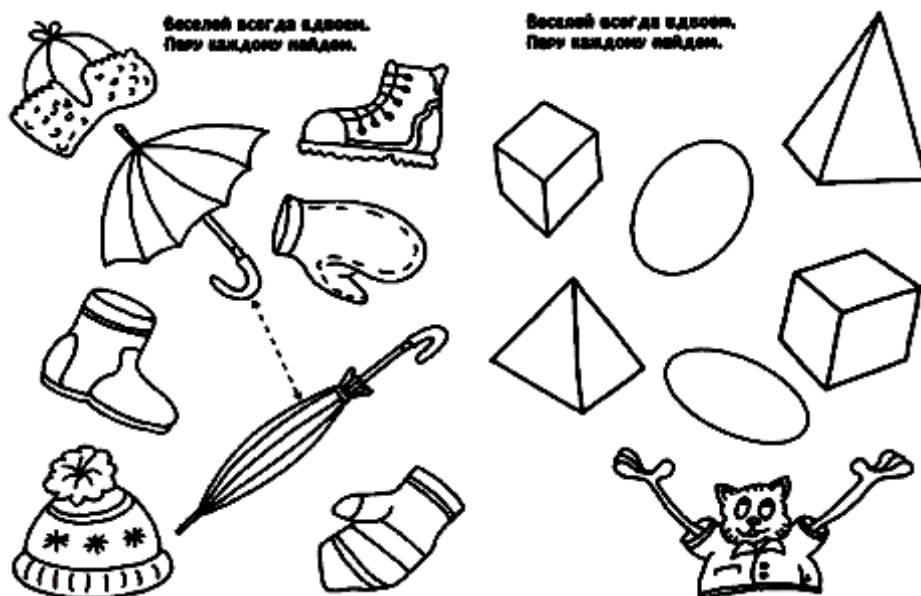
**Оценка:**

3 балла — все 6 фрагментов соединил правильно.

2 балла — 4-6 фрагментов соединил правильно.

1 балл — 3 фрагмента или менее ребенок соединил правильно.

**3. Задания на нахождение предметов, объединенных каким-то общим признаком (обобщение и классификация).**



Картинки 1-2 предлагаются в начале года.

**Оценка :**

3 балла — ребенок нашел 6 пар предметов, объединенных общим признаком.

2 балла — ребенок нашел 3-5 пар предметов, объединенных общим признаком.

1 балл — ребенок нашел менее 3 пар предметов, объединенных общим признаком, или составил эти пары неправильно.





Картинки 3-4 предлагаются в конце года.

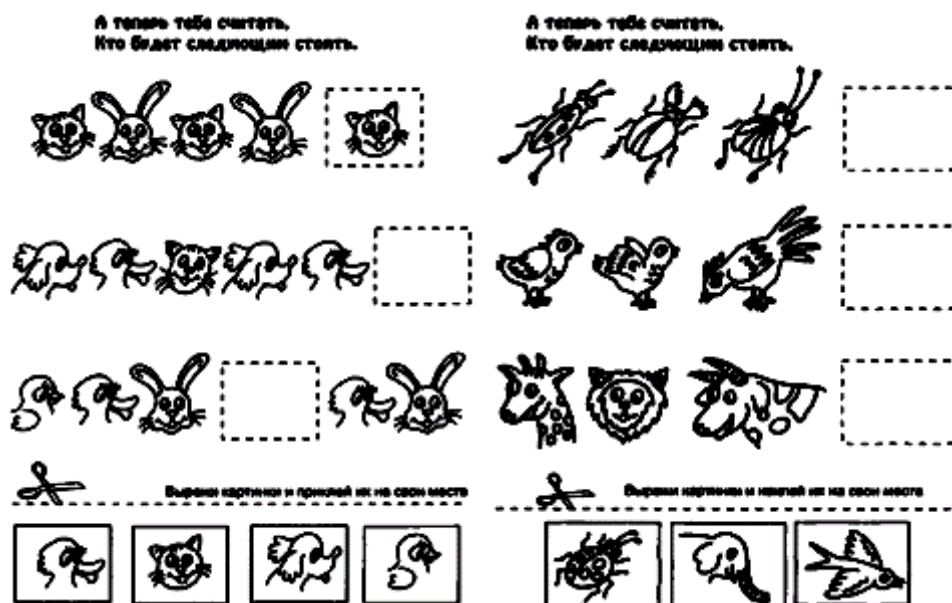
**Оценка :**

3 балла — ребенок нашел 8 пар предметов, объединенных общим признаком.

2 балла — ребенок нашел 4-7 пар предметов, объединенных общим признаком.

1 балл — ребенок нашел 3 пары предметов (или менее), объединенных общим признаком, или составил эти пары неправильно.

**4. Задания на нахождение закономерностей.**



Педагог предлагает назвать кто будет находиться следующим в ряду из картинок, предложенных внизу.

**Оценка:**

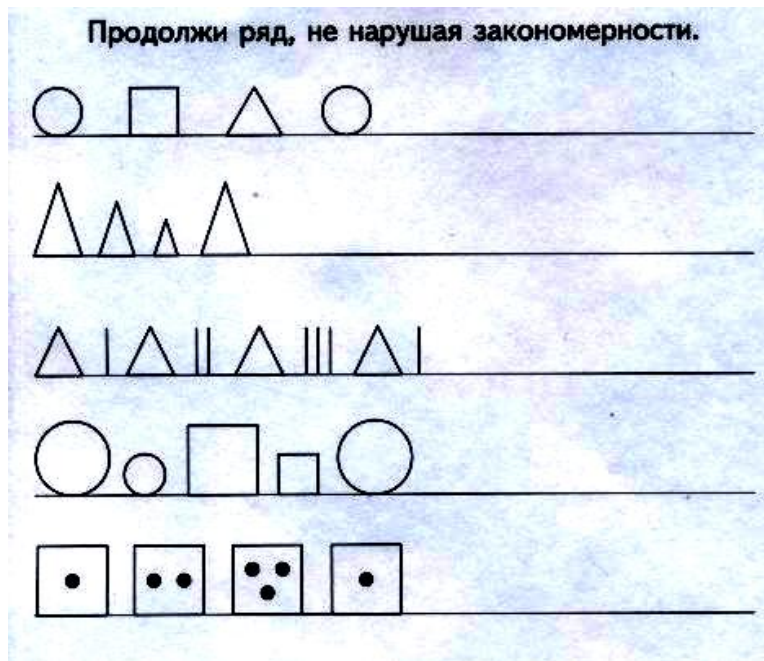
3 балла — ребенок все 5 заданий выполнил правильно.

2 балла — ребенок правильно справился с 3-4 заданиями.

1 балл — ребенок правильно нашел лишь 2 варианта или менее.

Эти задания предлагаются в начале года.

В конце года по данной теме я предложила задания другого типа [2, с 6].



**Оценка:**

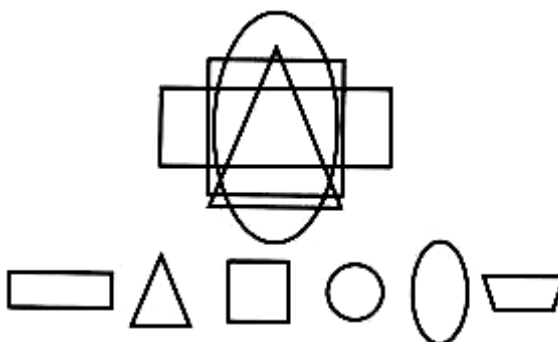
3 балла — ребенок все 5 заданий выполнил правильно.

2 балла — ребенок правильно справился с 3-4 заданиями.

1 балл — ребенок справился с 2 заданиями и менее.

## **5. Задания на концентрацию зрительного внимания.**

В начале года предлагается следующее задание: [3, с. 11]



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Отметь галочкой только те фигуры, которые есть в путанице.

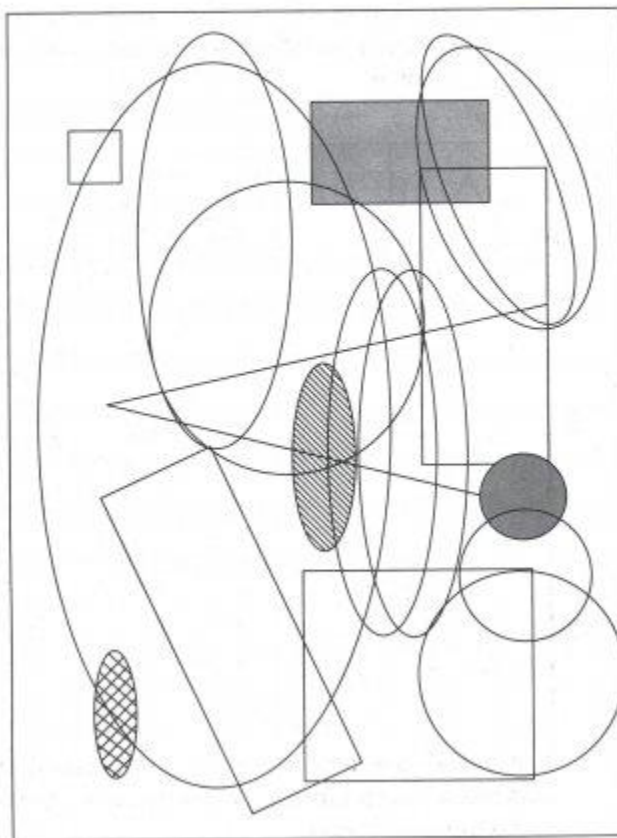
**Оценка:**

3 балла — ребенок отметил все фигуры правильно ( 4 фигуры).

2 балла — ребенок отметил правильно 2- 3 фигуры.

1 балл — ребенок отметил правильно менее 2 фигур.

В конце года задание немного меняется: [4, с. 27]



Найдите и обведите все фигуры в тот же цвет, что на образце вверху страницы.

**Оценка:**

3 балла — ребенок нашел 8-9 фигур правильно.



2 балла — ребенок нашел правильно 5-7 фигур.

1 балл — ребенок нашел 4 и менее фигур или обозначил их неправильно.

## **6. Методика "Четвертый лишний"**

### 1. Диагностика в начале года.

Ребенку зачитываются четыре слова, три из которых связаны между собой по смыслу, а одно слово не подходит к остальным. Ребенку предлагается найти "лишнее" слово и объяснить, почему оно "лишнее".

- книга, портфель, чемодан, кошелек;
- трамвай, автобус, трактор, троллейбус;
- бабочка, линейка, карандаш, ласт;
- лодка, тачка, мотоцикл, велосипед;
- река, мост, озеро, море;
- бабочка, линейка, карандаш, ластик;
- добрый, ласковый, веселый, злой;
- дедушка, учитель, папа, мама;
- минута, секунда, час, вечер;
- Василий, Федор, Иванов, Семен.

### **Оценка:**

3 балла — 8-10 правильных ответов.

2 балла — 7-5 правильных ответов.

1 балл — 4 и менее правильных ответов.

### 2. Диагностика в конце года.

**Методика «Что здесь лишнее?»- автор Немов Р.С. [1, с. 102].**

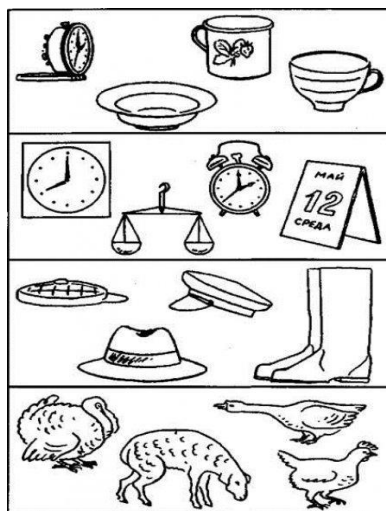
Эта методика призвана исследовать процессы образно-логического мышления, умственные операции анализа и обобщения у ребенка. В методике детям предлагается серия картинок, на которых представлены разные предметы, в сопровождении следующей инструкции: «На каждой из этих картинок один из четырех изображенных на ней предметов является лишним. Внимательно посмотри на картинки и определи, какой предмет и почему является лишним». На решение задачи отводится 3 минуты.

**Оценка:**

3 балла — ребенок правильно решил задачу за 1,5 мин. и менее.

2 балла — ребенок правильно решил задачу за время от 1,5 до 2,5 мин.

1 балл — ребенок за 3 минуты не справился с заданием или допускал ошибки.



**7. Методика «Пройди через лабиринт».**

В этом задании детям показывают рисунок и объясняют, что на нем изображен лабиринт, вход в который указан стрелкой, расположенной слева сверху, а выход — стрелкой, располагающейся справа сверху. Необходимо

сделать следующее: взяв в руку заостренную палочку, двигая ею по рисунку, пройти весь лабиринт как можно скорее, как можно точнее передвигая палочку, не касаясь стенок лабиринта [1, с. 111].

В начале года предлагается следующий лабиринт.

Задание: « Помоги дельфинчику поймать рыбку.



**Оценка:**

3 балла — задание выполнено менее, чем 60 сек., и, проходя лабиринт, ребенок 1-2 раза дотронулся палочкой до его стенок.

2 балла — задание выполнено от 60 сек. до 100 сек., и, проходя лабиринт, ребенок 5-6 раз дотронулся до его стенок.

1 балл — задание выполнено ребенком за время от 100 сек. и выше, и, проходя лабиринт, ребенок 7-9 раз коснулся его стенок или задание совсем не выполнено.

Этот лабиринт предлагается для диагностики в конце года [1, с. 111].



**Оценка:**

3 балла — задание выполнено менее, чем 60 сек., и, проходя лабиринт, ребенок 1-2 раза дотронулся палочкой до его стенок.

2 балла — задание выполнено от 60 сек. До 100 сек., и, проходя лабиринт, ребенок 5-6 раз дотронулся до его стенок.

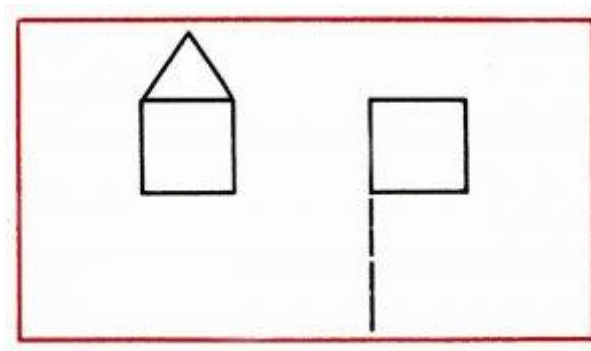
1 балл — задание выполнено ребенком за время от 100 сек. и выше, и, проходя лабиринт, ребенок 7-9 раз коснулся его стенок или задание совсем не выполнено.

**8. Головоломки с палочками [5, с.16, 17, 20, 21].**

Материал: счетные палочки.

Диагностика на начало года [5, с.16, 17].

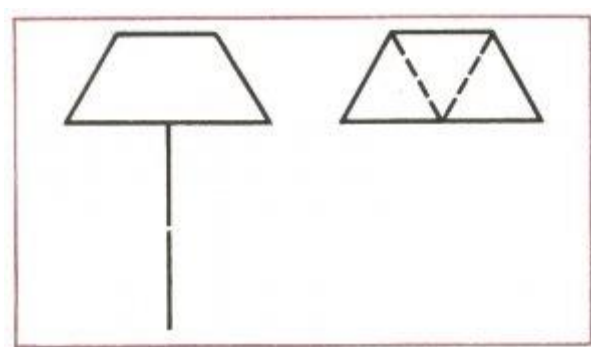
Задание 1 - выложите из палочек домик.



Переложите палочки таким образом, чтобы получился флажок.

Задание 2 — выложите данную фигуру. На что похожа эта фигура? (на торшер)

Переложите 2 палочки, чтобы получилось 3 равных треугольника.



**Оценка:**

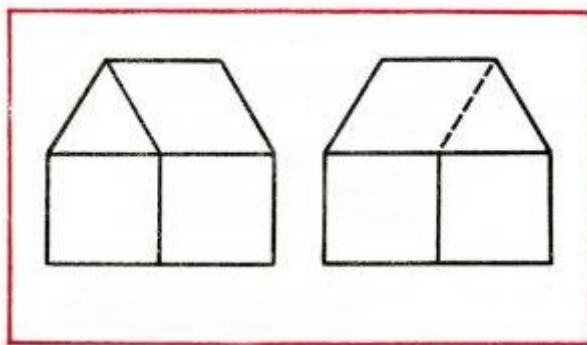
3 балла — ребенок справился с обоими заданиями.

2 балла — ребенок правильно переложил палочки только в одном задании.

1 балл — ребенок выполнил задание лишь при помощи взрослого.

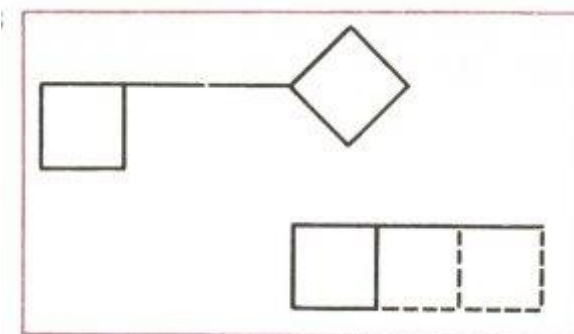
Диагностика в конце года. [5, с. 20, 21]

Задание 1 - выложите из палочек домик.



Переложите палочки таким образом, чтобы домик смотрел в другую сторону.

Задание 2 - в фигуре, похожей на ключ, переложите 4 палочки, чтобы получилось 3 квадрата.



### Оценка:

3 балла — ребенок справился с обоими заданиями.

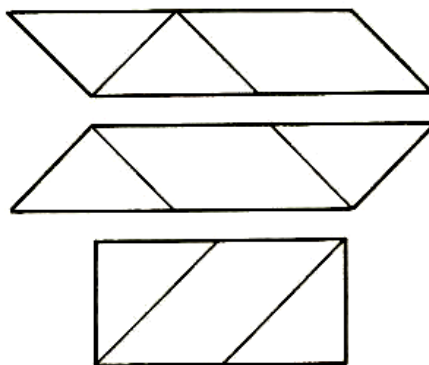
2 балла — ребенок правильно переложил палочки только в одном задании.

1 балл — ребенок выполнил задание лишь при помощи взрослого.

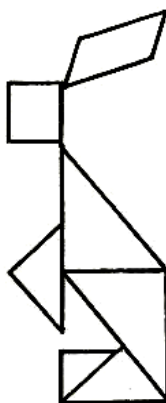
## 9. Геометрический конструктор.

Задания, которые предлагаются в начале года: [5, с. 45, 46]

1. Составить новые геометрические фигуры из имеющихся по образцу (из деталей игры «Танграм»).



2. Составить фигуру-силуэт зайца, ориентируясь на образец.



**Оценка:**

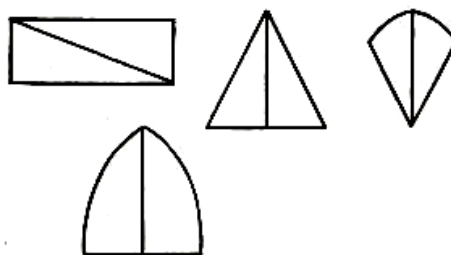
3 балла — ребенок самостоятельно и правильно выложил все фигуры.

2 балла — ребенок справился самостоятельно и правильно с одним из заданий, второе сделал с небольшой помощью взрослого.

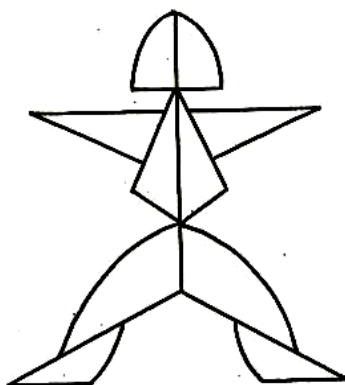
1 балл — ребенок выложил фигуры лишь при активной помощи взрослого.

Задания, которые предлагаются в конце года: [6, с. 66, 75]

1. Составить новые геометрические фигуры из имеющихся по образцу (из деталей игры «Волшебный круг»).



2. Составить фигуру- силуэт воина, ориентируясь на образец.



**Оценка:**

3 балла — ребенок самостоятельно и правильно выложил все фигуры.

2 балла — ребенок справился самостоятельно и правильно с одним из заданий, второе сделал с небольшой помощью взрослого.

1 балл — ребенок выложил фигуры лишь при активной помощи взрослого.

**10. Занимательные вопросы и задачи шутки [5, с. 56, 89].**

1. «Стоит клен. На клене две ветки, на каждой ветке по две вишни. Сколько всего вишен растет на клене?» Ответ: ни одной, на клене вишни не растут.
2. «У какой фигуры нет ни начала ни конца?» Ответ: у кольца.
3. « У двух сестер по одному брату. Сколько детей в семье?» Ответ: в семье трое детей.
4. « На столе лежало 4 яблока, одно из них разрезали пополам. Сколько яблок на столе?» Ответ: 4 яблока.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Вопросы 1-4 задаются на диагностике в начале года.

Вопросы 5-8 для диагностики в конце года.

5. «Росло 4 березы. На каждой березе по 4 большие ветки. На каждой большой ветке по 4 маленькие. На каждой маленькой ветке — по 4 яблока. Сколько всего яблок?» Ответ: ни одного, на березах яблоки не растут.
6. «У бабушки Даши внучка Маша, кот Пушок, собака Дружок. Сколько у бабушки внуков?» Ответ: одна внучка Маша.
7. «Тройка лошадей пробежала 5 км. По сколько километров пробежала каждая лошадь?» Ответ: по 5 км.
8. «Горело 7 свечей. 2 свечи погасили. Сколько свечей осталось?» Ответ: 7.

**Оценка:**

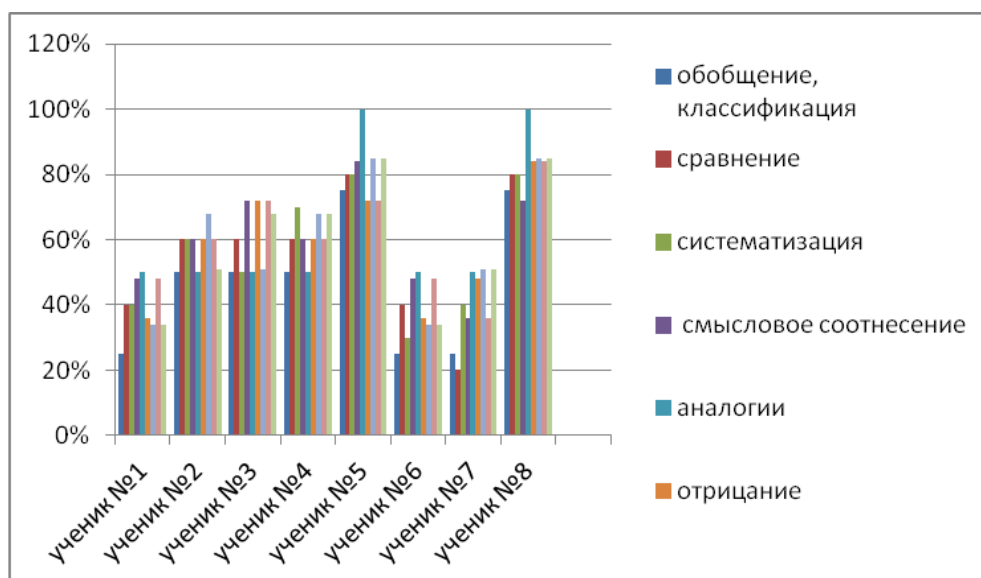
3 балла — ребенок правильно ответил на 4 задания.

2 балла — ребенок правильно ответил на 2-3 задания из 4 предложенных.

1 балл — ребенок не справился с заданием (ответил на 1 вопрос, ответил неправильно или ничего не ответил).

**Результаты диагностики логического мышления**  
**Диагностика логических операций (сентябрь 2015г.)**

Фамилия, имя уч-ся	обобщение, классификация	сравнение	систематизация	Смысловое соотнесение	анalogии	отрицание	анализ, синтез	умозаключения	логические задачи
ученик №1	25%	40%	40%	48%	50%	36%	34%	48%	34%
ученик №2	50%	60%	60%	60%	50%	60%	68%	60%	51%
ученик №3	50%	60%	50%	72%	50%	72%	51%	72%	68%
ученик №4	50%	60%	70%	60%	50%	60%	68%	60%	68%
ученик №5	75%	80%	80%	84%	100%	72%	85%	72%	85%
ученик №6	25%	40%	30%	48%	50%	36%	34%	48%	34%
ученик №7	25%	20%	40%	36%	50%	48%	51%	36%	51%
ученик №8	75%	80%	80%	72%	100%	84%	85%	84%	85%



**Высокий** уровень развития логических операций - 2 человека

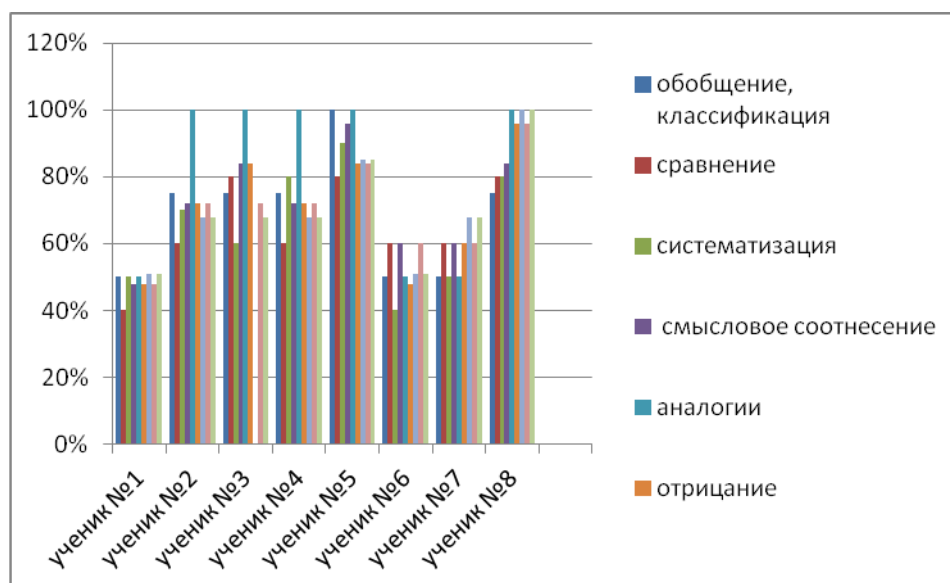
**Средний** уровень развития логических операций - 3 человека

**Низкий** уровень развития логических операций - 3 человека

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

**Диагностика логических операций (март 2016г.)**

Фамилия, имя уч-ся	обобщение, классификация	сравнение	систематизация	Смысловое соотнесение	анalogии	отрицание	анализ, синтез	умозаключения	логические задачи
ученик №1	50%	40%	50%	60%	50%	48%	51%	60%	51%
ученик №2	75%	60%	70%	72%	100%	72%	68%	72%	68%
ученик №3	75%	80%	60%	84%	100%	84%	68/%	72%	68%
ученик №4	75%	60%	80%	72%	100%	72%	68%	72%	68%
ученик №5	100%	80%	90%	96%	100%	84%	85%	84%	85%
ученик №6	50%	60%	40%	60%	50%	48%	51%	60%	51%
ученик №7	50%	60%	50%	60%	50%	60%	68%	60%	68%
ученик №8	75%	80%	80%	84%	100%	96%	100%	96%	100%



**Высокий** уровень развития логических операций - 3 человека

**Средний** уровень развития логических операций - 4 человека

**Низкий** уровень развития логических операций - 1 человек

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

**Диагностика мышления по 10 методикам (сентябрь 2015г.)**

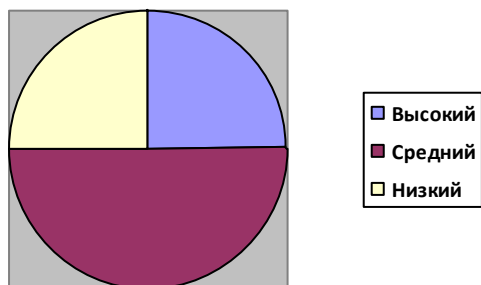
№	Фамилия имя ребенка	Задания										Баллы	Уровень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Ученик № 1	2	1	2	0	1	0	1	1	1	1	10	Низ..
2	Ученик № 2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	21	Сред.
3	Ученик № 3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	19	Сред.
4	Ученик № 4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Сред.
5	Ученик № 5	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	25	Высок.
6	Ученик № 6	1	1	1	2	1	2	2	1	0	0	12	Низк.
7	Ученик № 7	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	13	Низ.
8	Ученик № 8	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	23	Выс.

**Диагностика мышления по 10 методикам (март 2016г.)**

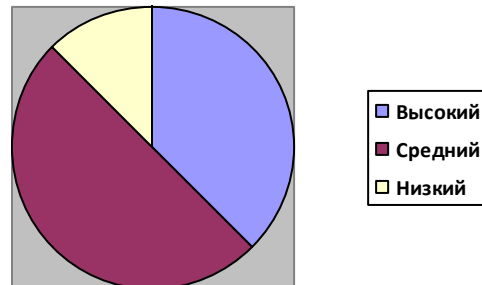
№	Фамилия имя ребенка	Задания										Баллы	Уровень
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Ученик № 1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	1	13	Низ..
2	Ученик № 2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	22	Сред.
3	Ученик № 3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	25	Выс.
4	Ученик № 4	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Сред.
5	Ученик № 5	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	25	Высок.
6	Ученик № 6	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	18	Сред.
7	Ученик № 7	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	20	Сред.
8	Ученик № 8	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	24	Выс.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

**Рисунок 1. Диагностика (сентябрь)**



**Рисунок 2. Диагностика (март)**



## Приложение 4

### *Комплексы кинезиологических упражнений для общего развития*

#### **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, вверху 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 рисую 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 10-12маленьких 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 растёт яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху 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 твое 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). **(Авторское).**

**2. «Прыжки по команде ведущего».** 4 прыжка вперед + 4 прыжка назад + 4 вправо + 4 влево + пауза (морская качка — перекат 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 почувствуете 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 понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

## Приложение 5

### **Комплекс кинезиологических упражнений, которые можно использовать на различных этапах урока**

В начале урока на организационном этапе мы используем эффективный прием кинезотерапии **игру - тренинг “Волшебный цветок добра”**

**Описание:** Давайте встанем в круг, слегка вытяните руки вперед ладонями вверх и закройте глаза. Представьте себе то, что я вам сейчас скажу. (Можно включить красивую, приятную музыку). Нарисуйте в своем воображении цветок добра и хорошего настроения. Положите его на обе ладони. Почувствуйте, как он согревает вас: ваши руки, ваше тело, вашу душу. От него исходит удивительный запах и приятная музыка. И вам хочется ее послушать. Мысленно поместите все добро и хорошее настроение этого цветка внутрь, в свое сердце. 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). Почувствуйте,

как добро входит в вас, доставляет вам радость. У вас появляются новые силы: силы здоровья, счастья и радости. Вы чувствуете, как ваше тело наполняется удовольствием и радостью. Как приятно вашему лицу, как хорошо и радостно становится вашей душе. Вас обвевает теплый, ласковый ветерок. У вас доброе, согревающее душу настроение. Вы ещё дети, но впереди вас ждёт много славных дел. Вы сделаете нашу планету Земля красивой. Но прежде вы должны вырасти настоящими людьми – смелыми, добрыми, трудолюбивыми. Ведь делать добро – это здорово.

А теперь посмотрите вокруг. Пожелайте окружающим что -нибудь хорошее. (Дети выполняют.) Я хочу, чтобы вы запомнили то, что вы сейчас чувствуете, и взяли с собой на урок. Теплые чувства и хорошее настроение будут по-прежнему с вами.

**2.«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 овеет 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 понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

**3.«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.

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

**«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 ваше тело. Дирижируйте всем своим телом, и реагируйте 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.

**На этапах изучения нового материала, закреплении изученного регулярно используем упражнения комплекса кинезотерапии в качестве физкультминуток.**

**«Наши ушки слышат все».** Дети делают самомассаж ушных раковин. Массаж биологически активных точек способствует приведению всех функций внутренних органов и систем в нормальное, активное состояние.

**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.

**«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.

**«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.

**«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.

**«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.

**«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».

**«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.

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

**«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.

**«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, вверху 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.

« *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.

«*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.

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

**На уроках русского языка при обучении письму используем пальчиковую гимнастику в сочетании с кинезиологическими упражнениями.**

*Пальчиковая гимнастика - позволяет активизировать работоспособность головного мозга, влияет на центры развития речи, развивает ручную умелость, помогает снять напряжение.*

*Пальчиковые игры очень эмоциональны, увлекательны. Это инсценировка, каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи рук.*

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. **«Лепим колобков».** Дети на дощечках раскатывают шарики из пластилина, затем берут их в пальцы и на весу, формируют колобков. Перекачивание пластилиновых шариков в ладони правой (левой) руки. Затем - между пальцами рук: сначала каждой рукой отдельно, потом одновременно обеими руками. (15-20 сек). **(Авторское).**
3. **«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.
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. **Игры с прищепками.**  
Бельевой прищепкой поочередно «кусаем» ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха



«Сильно кусает котенок - глупыш.

Он думает это не палец, а мышь, (смена рук)

Но я же играю с тобою, малыш,

А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш! »

**На уроках рисования, окружающего мира, трудового обучения обучении грамоте эффективно использовать следующие упражнения:**

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. "Дирижер и оркестр".**

Дети стоят лицом к ведущему так, чтобы не мешать друг другу.

Инструкция: Моя дирижерская палочка будет постепенно подниматься вверх, и чем выше будет моя палочка, тем громче будут ваши голоса, чем ниже палочка - тем тише голоса. Но моя палочка может подниматься и опускаться не только постепенно, она может опускаться и подниматься очень резко и быстро. И тогда ваш звук будет меняться тоже быстро: тише - громче.

Поем звуки. А: тише - громче; О: тише - громче; У: тише - громче; Э: тише - громче; И: тише--громче; Ы: тише - громче.

Усложнения: при поднятии дирижерской палочки (громче) дети стоят на левой ноге, при опускании дирижерской палочки (тише) - меняют ногу.

3. **«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.

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. **«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.

**На уроках технологии** отдельным циклом занимаемся с учащимися 1 класса техникой «Пластилиновой мозайки», где любой фоновый рисунок выкладывается маленькими пластилиновыми шариками, тем самым осуществляя массаж подушечек пальцев. Также мы используем технику «мозайки из ватных шариков» и «мозайки из круп».

**На уроках изобразительного искусства** мы используем технику «рисование пальчиками». Рисование на тему: «Осенние деревья», «Листопад», «Цыплята», «Цветочная поляна» и другие очень нравится детям.

## Приложение 6

### Система использования упражнений «Гимнастики мозга» для развития навыков учебной деятельности с инструкцией объяснения для учащихся

Гимнастика мозга представляет собой простые и доставляющие удовольствие движения и упражнения, они помогают обучающимся любого

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

возраста раскрывать те возможности, которые заложены в нашем теле. Несколько минут (5-7 минут) занятий дают высокую умственную энергию. Дети ненавидят читать, писать, учиться и любят целыми днями смотреть телевизор?

С помощью гимнастики мозга у них появится энергия к учебе.

*Четыре типа упражнений* в инструктивном изложении, т.е. так, как должны произносить инструкцию взрослые при индивидуальных или групповых занятиях с детьми.

- Упражнения, пересекающие среднюю линию тела.
- Упражнения, растягивающие мышцы тела, помогают удерживать вертикальную позу и не сутулиться, освобождают от напряжения, которое возникает при длительном сидении и чтении.
- Упражнения, повышающие энергию тела, помогают подключать биллионы нервных тончайших клеток, называемых нейронами, к различным системам тела.
- Упражнения, укрепляющие позитивное отношение.

Упражнения могут быть использованы целенаправленно для развития и тренинга определенных навыков и способностей, таких как:

**1) активное слушание, т. е. слушание, включающее внутреннюю и внешнюю обратную связь**

- **Упражнение «Слон».**

Согните колени, прижмите голову к плечу и вытяните руку вперед (ту, которой пишете). Рисуйте ленивую восьмерку в воздухе, одновременно вытягивайте верхнюю часть туловища вслед за рукой, двигая ребрами. Смотрите дальше своих пальцев. Повторите то же с другой рукой.

- **Упражнение «Кнопки Земли».**

Сядьте удобно. Прикоснитесь двумя пальцами правой руки к точкам под нижней губой, а левой — к верхнему краю лобовой кости. Вдохните «энергию» глубоко в центр тела. Держите руки на точках, делая глубокий вдох и выдох.

- **Упражнение «Кнопки космоса».**

Прикоснитесь двумя пальцами правой руки над верхней губой, а левую руку положите на копчик. Пойдите так в течение минуты, «вдыхая» энергию вверх по позвоночному столбу.

## 2) понимающее чтение, т.е. чтение сосредоточенное, требующее восприятия и переработки языковой информации

- **Упражнение «Ленивые восьмерки».**

Возьмите в правую руку карандаш и начертите на бумаге восьмерку (знак бесконечности), теперь — левой. А теперь правой и левой одновременно. А теперь начертите восьмерки в воздухе, поочередно каждой рукой и обеими одновременно.

- **Упражнение «Алфавит восьмерками».**

Выпишите буквы в ленивую восьмерку, размещая их следующим образом: симметричные, т. е. одинаковые, справа и слева в центр восьмерки, например: х, ф.

асимметричные, с закруглением влево, в левую часть восьмерки, например: а, э, я.

асимметричные, с закруглением вправо, в правую часть восьмерки, например: р, т.

- **Упражнение «Сгибание стопы ног».**

Сядьте на стул, положите левую ногу на правое колено. Массируйте левую ногу в лодыжке, икрах, под коленом, оттягивайте и одновременно сгибайте ступню к себе и от себя. Повторите: правую ногу на левое колено.

- **Упражнение «Помпа икр ног».**

Возьмитесь за спинку стула, слегка отойдите от стула на расстояние вытянутых рук. Наклонитесь вперед, выдох, оттяните правую ногу назад и прижмите пятку к полу. Выпад на левое колено. Сделайте глубокий вдох и поднимите пятку. Повторите трижды по отношению к каждой ноге. Старайтесь как можно дальше оттягивать ногу назад, делая глубокий выпад на противоположное колено.

- **Упражнение «Гравитационное скольжение».**

Сядьте в кресло. Скрестите ноги в лодыжках. Держите колени свободно. Наклонитесь вперед, руки плавно опускайте вниз — выдох; выпрямляйтесь, поднимайте руки — вдох. Повторите упражнение, наклоняясь вперед, влево, вправо. Повторите упражнение, изменив положение лодыжек (правую на левую, левую на правую).

- **Упражнение «Заземлитель».**

Стоя свободно, разведите ноги в стороны. Правую ступню направьте вправо, а левую прямо вперед. Выдох, согните правое колено; вдох — выпрямите правое колено. Во время упражнения плотно прижимайте руки к пояснице, это усиливает работу мышц пояса. Сделайте упражнение трижды, а потом повторите его по отношению к левой ноге.

- **Упражнение «Кнопки космоса».**

Прикоснитесь двумя пальцами правой руки над верхней губой, а левую руку положите на копчик. Пойдите так в течение минуты, «вдыхая» энергию вверх по позвоночному столбу.

### 3) навыки письма, и правописания

- **Упражнение «Ленивые восьмерки».**

Возьмите в правую руку карандаш и начертите на бумаге восьмерку (знак бесконечности), теперь — левой. А теперь правой и левой одновременно. А

теперь начертите восьмерки в воздухе, поочередно каждой рукой и обеими одновременно.

- **Упражнение «Алфавит восьмерками».**

Выпишите буквы в ленивую восьмерку, размещая их следующим образом: симметричные, т. е. одинаковые, справа и слева в центр восьмерки, например: х, ф.

асимметричные, с закруглением влево, в левую часть восьмерки, например: а, э, я.

асимметричные, с закруглением вправо, в правую часть восьмерки, например: р, т.

- **Упражнение «Вращение шеи».**

Дышите глубоко, расслабьте плечи, опустите голову прямо вниз. Медленно вращайте головой из стороны в сторону, совершенно расслабляясь при выдохе. Делайте небольшие круговые движения подбородком. После этих движений голос при чтении и говорении будет звучать сильнее.

- **Упражнение «Сова».**

Схватите и плотно сожмите мышцы правого плеча левой рукой. Поверните голову и посмотрите назад через плечо. Вдохните глубоко и разверните плечи. Посмотрите через левое плечо и распрямите плечи. Опустите подбородок на грудь и глубоко вдохните, расслабляя мышцы. Повторите то же самое, схватив левое плечо правой рукой.

- **Упражнение «Активизация руки».**

Вытяните правую руку вверх, прислонив ее к уху. Легко выдохните воздух сквозь сомкнутые губы. Схватите вытянутую правую руку левой рукой и двигайте ее вперед, назад, к себе, от себя.

- **Упражнение «Помпа икр ног».**

Возьмитесь за спинку стула, слегка отойдите от стула на расстояние вытянутых рук. Наклонитесь вперед, выдох, оттяните правую ногу назад и прижмите пятку к полу. Выпад на левое колено. Сделайте глубокий вдох и поднимите пятку. Повторите трижды по отношению к каждой ноге. Старайтесь как можно дальше оттягивать ногу назад, делая глубокий выпад на противоположное колено.

- **Упражнение «Гравитационное скольжение».**

Сядьте в кресло. Скрестите ноги в лодыжках. Держите колени свободно. Наклонитесь вперед, руки плавно опускайте вниз — выдох; выпрямляйтесь, поднимайте руки — вдох. Повторите упражнение, наклоняясь вперед, влево, вправо. Повторите упражнение, изменив положение лодыжек (правую на левую, левую на правую).

#### **4) математические навыки, т. е. способность работать с многомерными и многонаправленными системами**

- **Упражнение «Двойной рисунок».**

Возьмите в каждую руку карандаш или ручку. Изобразите на листе бумаги что угодно, двигая обеими руками одновременно: навстречу друг другу; вверх — вниз, т. е. левой рукой вверх, правой рукой — вниз, и наоборот; разводя в разные стороны.

- **Упражнение «Слон».**

Согните колени, прижмите голову к плечу и вытяните руку вперед (ту, которой пишете). Рисуйте ленивую восьмерку в воздухе, одновременно вытягивайте верхнюю часть туловища вслед за рукой, двигая ребрами. Смотрите дальше своих пальцев. Повторите то же с другой рукой.

- **Упражнение «Вращение шеи».**

Дышите глубоко, расслабьте плечи, опустите голову прямо вниз. Медленно вращайте головой из стороны в сторону, совершенно

расслабляясь при выдохе. Делайте небольшие круговые движения подбородком. После этих движений голос при чтении и говорении будет звучать сильнее.

- **Упражнение «Сова».**

Схватите и плотно сожмите мышцы правого плеча левой рукой. Поверните голову и посмотрите назад через плечо. Вдохните глубоко и разверните плечи. Посмотрите через левое плечо и распрямите плечи. Опустите подбородок на грудь и глубоко вдохните, расслабляя мышцы. Повторите то же самое, схватив левое плечо правой рукой.

- **Упражнение «Помпа икр ног».**

Возьмитесь за спинку стула, слегка отойдите от стула на расстояние вытянутых рук. Наклонитесь вперед, выдох, оттяните правую ногу назад и прижмите пятку к полу. Выпад на левое колено. Сделайте глубокий вдох и поднимите пятку. Повторите трижды по отношению к каждой ноге. Старайтесь как можно дальше оттягивать ногу назад, делая глубокий выпад на противоположное колено.

- **Упражнение «Гравитационное скольжение».**

Сядьте в кресло. Скрестите ноги в лодыжках. Держите колени свободно. Наклонитесь вперед, руки плавно опускайте вниз — выдох; выпрямляйтесь, поднимайте руки — вдох. Повторите упражнение, наклоняясь вперед, влево, вправо. Повторите упражнение, изменив положение лодыжек (правую на левую, левую на правую).

- **Упражнение «Кнопки мозга», выполняется перед чтением.**

Сядьте удобно. Положите правую руку на пупок, левую на нижнее основание ключицы по правую сторону от грудины. Массируйте левой рукой основание ключицы, держа другую руку на пупке. Повторите то же, переменяя руки.



**5) навыки выполнения домашних заданий, т. е. интерпретация внутренней речи, образов, относящихся к мышлению**

- **Упражнение «Перекрестные шаги и прыжки» (можно под музыку или пение).**

Прыгайте так, чтобы в такт движения правой ноги двигалась левая рука. А теперь — левая нога и правая рука. Прыгайте вперед. В стороны, назад. Глазами двигайте во всех направлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, а теперь правой рукой левого колена.

- **Упражнение «Слон».**

Согните колени, прижмите голову к плечу и вытяните руку вперед (ту, которой пишете). Рисуйте ленивую восьмерку в воздухе, одновременно вытягивайте верхнюю часть туловища вслед за рукой, двигая ребрами. Смотрите дальше своих пальцев. Повторите то же с другой рукой.

- **Упражнение «Вращение шеи».**

Дышите глубоко, расслабьте плечи, опустите голову прямо вниз. Медленно вращайте головой из стороны в сторону, совершенно расслабляясь при выдохе. Делайте небольшие круговые движения подбородком. После этих движений голос при чтении и говорении будет звучать сильнее.

- **Упражнение «Сова».**

Схватите и плотно сожмите мышцы правого плеча левой рукой. Поверните голову и посмотрите назад через плечо. Вдохните глубоко и разверните плечи. Посмотрите через левое плечо и распрямите плечи. Опустите подбородок на грудь и глубоко вдохните, расслабляя мышцы. Повторите то же самое, схватив левое плечо правой рукой.

- **Упражнение «Активизация руки».**

Вытяните правую руку вверх, прислонив ее к уху. Легко выдохните воздух сквозь сомкнутые губы. Схватите вытянутую правую руку левой рукой и двигайте ее вперед, назад, к себе, от себя.

- **Упражнение «Кнопки Земли».**

Сядьте удобно. Прикоснитесь двумя пальцами правой руки к точкам под нижней губой, а левой — к верхнему краю лобовой кости. Вдохните «энергию» глубоко в центр тела. Держите руки на точках, делая глубокий вдох и выдох.

- **Упражнение «Кнопки баланса».**

Сядьте удобно. Надавите пальцами правой руки за правым ухом в углублении у основания черепа, а левую руку положите на пупок. «Вдохните» энергию. Минутой позже надавите в углублении за левым ухом и «выдохните» энергию.

**б) навыки, необходимые для развития творческого мышления, т.е. способности интегрировать знания и мысли других людей в собственный опыт**

- **Упражнение «Перекрестные шаги и прыжки» (можно под музыку или пение).**

Прыгайте так, чтобы в такт движения правой ноги двигалась левая рука. А теперь — левая нога и правая рука. Прыгайте вперед. В стороны, назад. Глазами двигайте во всех направлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, а теперь правой рукой левого колена.

- **Упражнение «Двойной рисунок».**

Возьмите в каждую руку карандаш или ручку. Изобразите на листе бумаги что угодно, двигая обеими руками одновременно:  
навстречу друг другу;  
вверх — вниз, т. е. левой рукой вверх, правой рукой — вниз, и наоборот;  
разводя в разные стороны.

- **Упражнение «Рокер» расслабляет бока после длительного сидения.**

Сядьте на пол, на коврик. Откиньтесь назад на руки, массируйте бока и ягодицы, делая при этом раскачивающие движения кругами, назад и вперед до тех пор, пока напряжение не исчезнет.

- **Упражнение «Энергизатор» помогает расслабиться.**

Сядьте за стол. Руки на стол, ладонями вниз. Положите голову между руками. Выдох. Вдох спокойный и глубокий. Легко поднимайте голову, начиная со лба, затем шею, затем верхнюю часть тела; нижняя часть тела и шея расслаблены. Выдох, опустите подбородок на грудь. Опустите голову так, чтобы удлинить задние мышцы тела. Расслабьтесь и дышите глубоко.

- **Упражнение «Активизация руки».**

Вытяните правую руку вверх, прислонив ее к уху. Легко выдохните воздух сквозь сомкнутые губы. Схватите вытянутую правую руку левой рукой и двигайте ее вперед, назад, к себе, от себя.

- **Упражнение «Кнопки мозга», выполняется перед чтением.**

Сядьте удобно. Положите правую руку на пупок, левую на нижнее основание ключицы по правую сторону от грудины. Массируйте левой рукой основание ключицы, держа другую руку на пупке. Повторите то же, переменив руки.

- **Упражнение «Кнопки Земли».**

Сядьте удобно. Прикоснитесь двумя пальцами правой руки к точкам под нижней губой, а левой — к верхнему краю лобовой кости. Вдохните «энергию» глубоко в центр тела. Держите руки на точках, делая глубокий вдох и выдох.

## **7) Развитие способности выпустить из себя творчество в ответственный момент при выполнении контрольных работ**

- **Упражнение «Перекрестные шаги и прыжки»** (можно под музыку или пение).

Прыгайте так, чтобы в такт движения правой ноги двигалась левая рука. А теперь — левая нога и правая рука. Прыгайте вперед. В стороны, назад. Глазами двигайте во всех направлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, а теперь правой рукой левого колена.

- **Упражнение «Двойной рисунок».**

Возьмите в каждую руку карандаш или ручку. Изобразите на листе бумаги что угодно, двигая обеими руками одновременно:

навстречу друг другу;

вверх — вниз, т. е. левой рукой вверх, правой рукой — вниз, и наоборот;

разводя в разные стороны.

- **Упражнение «Брюшное дыхание»**, выполняется перед обедом для того, чтобы расслабиться и лучше переварить пищу.

Положите руку на брюшную область. Выдохните весь воздух короткими маленькими струйками, словно стремитесь удержать пушинку на лету. Сделайте медленный глубокий вдох, нежно, подобно шару. Ваша рука мягко опускается при выдохе и поднимается при вдохе. Повторите выдох, и при этом прогните спину, чтобы при вдохе воздух проник глубже в легкие.

- **Упражнение «Сгибание стопы ног».**

Сядьте на стул, положите левую ногу на правое колено. Массируйте левую ногу в лодыжке, икрах, под коленом, оттягивайте и одновременно сгибайте ступню к себе и от себя. Повторите: правую ногу на левое колено.

- **Упражнение «Кнопки баланса».**

Сядьте удобно. Надавите пальцами правой руки за правым ухом в углублении у основания черепа, а левую руку положите на пупок.

«Вдохните» энергию. Минутой позже надавите в углублении за левым ухом и «выдохните» энергию.

- **Упражнение «Кнопки космоса».**

Прикоснитесь двумя пальцами правой руки над верхней губой, а левую руку положите на копчик. Пойдите так в течение минуты, «вдыхая» энергию вверх по позвоночному столбу.

## 8) навыки быстрого чтения, т. е. способность быстро просматривать и бегло читать

- **Упражнение «Перекрестные шаги и прыжки» (можно под музыку или пение).**

Прыгайте так, чтобы в такт движения правой ноги двигалась левая рука. А теперь — левая нога и правая рука. Прыгайте вперед. В стороны, назад. Глазами двигайте во всех направлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, а теперь правой рукой левого колена.

- **Упражнение «Ленивые восьмерки».**

Возьмите в правую руку карандаш и начертите на бумаге восьмерку (знак бесконечности), теперь — левой. А теперь правой и левой одновременно. А теперь начертите восьмерки в воздухе, поочередно каждой рукой и обеими одновременно.

- **Упражнение «Алфавит восьмерками».**

Выпишите буквы в ленивую восьмерку, размещая их следующим образом: симметричные, т. е. одинаковые, справа и слева в центр восьмерки, например: х, ф.

асимметричные, с закруглением влево, в левую часть восьмерки, например: а, э, я.

асимметричные, с закруглением вправо, в правую часть восьмерки, например: р, т.

- **Упражнение «Сова».**

Схватите и плотно сожмите мышцы правого плеча левой рукой. Поверните голову и посмотрите назад через плечо. Вдохните глубоко и разверните плечи. Посмотрите через левое плечо и распрямите плечи. Опустите подбородок на грудь и глубоко вдохните, расслабляя мышцы. Повторите то же самое, схватив левое плечо правой рукой.

- **Упражнение «Активизация руки».**

Вытяните правую руку вверх, прислонив ее к уху. Легко выдохните воздух сквозь сомкнутые губы. Схватите вытянутую правую руку левой рукой и двигайте ее вперед, назад, к себе, от себя.

- **Упражнение «Сгибание стопы ног».**

Сядьте на стул, положите левую ногу на правое колено. Массируйте левую ногу в лодыжке, икрах, под коленом, оттягивайте и одновременно сгибайте ступню к себе и от себя. Повторите: правую ногу на левое колено.

- **Упражнение «Помпа икр ног».**

Возьмитесь за спинку стула, слегка отойдите от стула на расстояние вытянутых рук. Наклонитесь вперед, выдох, оттяните правую ногу назад и прижмите пятку к полу. Выпад на левое колено. Сделайте глубокий вдох и поднимите пятку. Повторите трижды по отношению к каждой ноге. Старайтесь как можно дальше оттягивать ногу назад, делая глубокий выпад на противоположное колено.

- **Упражнение «Гравитационное скольжение».**

Сядьте в кресло. Скрестите ноги в лодыжках. Держите колени свободно. Наклонитесь вперед, руки плавно опускайте вниз — выдох; выпрямляйтесь, поднимайте руки — вдох. Повторите упражнение, наклоняясь вперед, влево, вправо. Повторите упражнение, изменив положение лодыжек (правую на левую, левую на правую).

- **Упражнение «Заземлитель».**

Стоя свободно, разведите ноги в стороны. Правую ступню направьте вправо, а левую прямо вперед. Выдох, согните правое колено; вдох — выпрямите правое колено. Во время упражнения плотно прижимайте руки к пояснице, это усиливает работу мышц пояса. Сделайте упражнение трижды, а потом повторите его по отношению к левой ноге.

- **Упражнение «Кнопки космоса».**

Прикоснитесь двумя пальцами правой руки над верхней губой, а левую руку положите на копчик. Пойдите так в течение минуты, «вдыхая» энергию вверх по позвоночному столбу.

**9) навыки самосознания. Образ «Я». Способность сохранить самонаправленность в любых ситуациях**

- **Упражнение «Вращение шеи».**

Дышите глубоко, расслабьте плечи, опустите голову прямо вниз. Медленно вращайте головой из стороны в сторону, совершенно расслабляясь при выдохе. Делайте небольшие круговые движения подбородком. После этих движений голос при чтении и говорении будет звучать сильнее.

- **Упражнение «Перекрестный шаг сидя».**

Сядьте на коврик. Представьте себе, что вы едете на велосипеде и касаетесь при этом локтями противоположных колен. Поднимите правое колено, коснитесь левым локтем. Левое колено - правый локоть.

- **Упражнение «Кнопки мозга», выполняется перед чтением.**

Сядьте удобно. Положите правую руку на пупок, левую на нижнее основание ключицы по правую сторону от грудины. Массируйте левой рукой основание ключицы, держа другую руку на пупке. Повторите то же, переменяя руки.

- **Упражнение «Кнопки баланса».**

Сядьте удобно. Надавите пальцами правой руки за правым ухом в углублении у основания черепа, а левую руку положите на пупок.

«Вдохните» энергию. Минутой позже надавите в углублении за левым ухом и «выдохните» энергию.

- **Упражнение «Энергетическая зевота».**

Представьте себе, что вы зеваете. Надавите кончиками пальцев на любые напряженные места на челюстях с обеих сторон. Сделайте глубокий, расслабляющий, зевающий звук, мягко удаляющий напряжение.

- **Упражнение «Крюки». Поза, углубляющая позитивное отношение, поднимает настроение.**

Сядьте удобно. Положите левую лодыжку поверх правой. Перекрестите руки на груди — левая поверх правой, схватите их в замок, переплетая пальцы между собой, и положите их на груди. Посидите в этой позе минуту, делая глубокие вдохи, закрыв глаза и прижав язык к твердому небу.

## **10) навыки координации целостного движения тела для спорта и игры.**

### **Связь мозга и тела в принятии решений относительно движения**

- **Упражнение «Перекрестные шаги и прыжки» (можно под музыку или пение).**

Прыгайте так, чтобы в такт движения правой ноги двигалась левая рука. А теперь — левая нога и правая рука. Прыгайте вперед. В стороны, назад. Глазами двигайте во всех направлениях. При ходьбе коснитесь левой рукой правого колена, а теперь правой рукой левого колена.

- **Упражнение «Рокер» расслабляет бока после длительного сидения.**

Сядьте на пол, на коврик. Откиньтесь назад на руки, массируйте бока и ягодицы, делая при этом раскачивающие движения кругами, назад и вперед до тех пор, пока напряжение не исчезнет.

- **Упражнение «Брюшное дыхание»**

Положите руку на брюшную область. Выдохните весь воздух короткими маленькими струйками, словно стремитесь удержать пушинку на лету. Сделайте медленный глубокий вдох, нежно, подобно шару. Ваша рука мягко



опускается при выдохе и поднимается при вдохе. Повторите выдох, и при этом прогните спину, чтобы при вдохе воздух проник глубже в легкие.

- **Упражнение «Энергизатор» помогает расслабиться.**

Сядьте за стол. Руки на стол, ладонями вниз. Положите голову между руками. Выдох. Вдох спокойный и глубокий. Легко поднимайте голову, начиная со лба, затем шею, затем верхнюю часть тела; нижняя часть тела и шея расслаблены. Выдох, опустите подбородок на грудь. Опустите голову так, чтобы удлинить задние мышцы тела. Расслабьтесь и дышите глубоко.

- **Упражнение «Кнопки баланса».**

Сядьте удобно. Надавите пальцами правой руки за правым ухом в углублении у основания черепа, а левую руку положите на пупок. «Вдохните» энергию. Минутой позже надавите в углублении за левым ухом и «выдохните» энергию.

- **Упражнение «Кнопки космоса».**

Прикоснитесь двумя пальцами правой руки над верхней губой, а левую руку положите на копчик. Пойдите так в течение минуты, «вдыхая» энергию вверх по позвоночному столбу.

- **Упражнение «Энергетическая зевота».**

Представьте себе, что вы зевааете. Надавите кончиками пальцев на любые напряженные места на челюстях с обеих сторон. Сделайте глубокий, расслабляющий, зевающий звук, мягко удаляющий напряжение.

**В работе с детьми я рекомендую взрослым (педагогам, родителям) системно применять упражнения гимнастики мозга для тренинга определенных функций.**

Упражнения гимнастики мозга дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учении, и решить проблему неуспешности.

**Высшим достижением взрослого, работающего по предлагаемой методике, было бы обучение этим упражнениям ребенка, ученика с тем, чтобы он самостоятельно, в нужный момент, мог выполнить набор соответствующих упражнений. Например, при выполнении домашних заданий или контрольной работы.**

**Приложение 7**

**Буклет для родителей «Гимнастика мозга»**

**Отдельным документом.**

## Приложение 8

### **Мастер - класс для родителей** **« Развитие мышления детей с использованием кинезотерапии как** **одного из видов здоровьесберегающих технологий»**

Здравствуйте уважаемые родители. Сегодня я хочу провести вместе с вами мастер-класс тема «Развитие мышления детей с использованием кинезотерапии как одного из видов здоровьесберегающих технологий».

Сейчас я вас познакомлю со здоровьесберегающими технологиями, которые я использую в работе с детьми по развитию мышления

Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев. От пальцев, образно говоря, идут тончайшие нити – ручейки, которые питают ум ребенка. Другими словами, чем больше мастерства в детской руке, тем умнее ребенок.

В. Сухомлинский

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Девиз мастер-класса: Никогда ничему не научишься, если будешь говорить:  
«Я не умею, не научусь! »

Цель нашего мастер – класса: Повышение профессиональной компетентности родителей по использованию кинезотерапии в работе с детьми, пропаганда и распространение разнообразностей форм работы.

Задачи:

1. Познакомить родителей с упражнениями кинезотерапии в жизни ребёнка.
2. Активизировать самостоятельную работу родителей, дать им возможность заимствовать элементы педагогического опыта для улучшения собственного.
3. Познакомить родителей с рекомендациями по проведению артикуляционной гимнастики; дыхательной; релаксационной; пальчиковой гимнастики; игрового массажа и самомассажа.

Введение

Хорошо развитое мышление— важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Уже достаточно давно специалисты, изучающие особенности развития детской психики, говорят о необходимости больше внимания уделять вопросу развития мелкой моторики рук детей. Дело в том, что уровень речевого развития ребенка находится в прямой зависимости от способности малыша совершать пальчиками тонкие движения, брать мелкие предметы, свободно действовать кистями рук.

Но в последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и развития мышления. По какой же причине? Ведь сейчас есть возможность приобретать для ребенка развивающие игрушки и

мультфильмы, специализированные мультимедийные программы. На самом деле именно в этом разнообразии и кроется суть проблемы.

Поэтому так важно заботиться о формировании мышления детей. На сегодняшний день в арсенале тех, кто занят воспитанием и обучением детей дошкольного возраста имеется обширный практический материал, применение которого способствует эффективному речевому развитию ребенка. Весь практический материал можно условно разделить на две группы: во-первых, помогающий непосредственному развитию мышлению ребенка и, во-вторых, опосредованный, к которому относятся нетрадиционные здоровьесберегающие технологии.

Что такое здоровьесберегающие технологии? Это система мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательного процесса.

Это многие из знакомых большинству педагогов психолого-педагогических приемов и методов работы, технологий, подходов к реализации различных проблем плюс постоянное стремление самого педагога к самосовершенствованию.

Цель здоровьесберегающих образовательных технологий обеспечить ребенку в условиях комплексной информатизации образования возможность сохранения здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Есть такая наука – кинезиология. Это наука о развитии головного мозга через движение.

Головной мозг состоит из двух полушарий. Развитие головного мозга ребёнка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения.

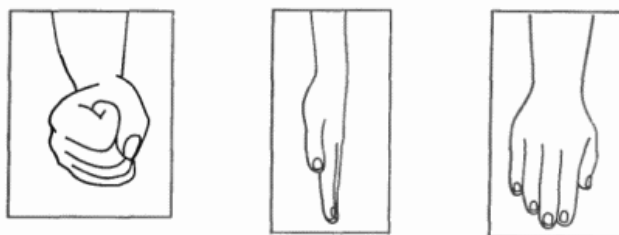
По исследованиям физиологов **правое полушарие головного мозга** – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие. **Левое полушарие головного мозга** – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

Мозолистое тело (межполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Кинезиологические упражнения активизируют полноценную деятельность ума и тела, помогают управлять своей эмоциональной, физической и умственной жизнью.

➤ **«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. Ребенок выполняет упражнение вместе со взрослым, затем по памяти 8-10 повторений. Упражнение выполняется сначала правой, затем - левой, затем - двумя руками вместе.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Упражнения кинезотерапии, используемые мною для развития мышления детей:

- артикуляционная гимнастика;
- дыхательная;
- релаксационная;
- пальчиковая гимнастика;
- игровой массаж, самомассаж.

Активизация родителей:

– Крикните громко и хором, друзья,

Деток вы любите? Нет или да?

Пришли на собрание, сил совсем нет,

Вам лекции хочется слушать здесь? (Нет.)

Я вас понимаю. Как быть, господа?

Проблемы детей решать нужно нам? (Да.)

Дайте мне тогда ответ:

Помочь откажетесь мне? (Нет.)

Последнее спрошу вас я:

Активными все будем? (Да.)

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Сейчас я предлагаю вашему вниманию игры и упражнения на развитие мышления средствами кинезотерапии, которыми можно заниматься как в школе, так и дома.

1. Артикуляционная гимнастика - выработка качественных, полноценных движений органов артикуляции, подготовка к правильному произнесению фонем.

Упражнение «Жаба Квака» Упражнение для мышц мягкого нёба и глотки.

Жаба Квака с солнцем встала, - потягиваются, руки в стороны

Сладко-сладко позевала, - дети зевают

Травку сочную сжевала - имитируют жевательные движения,

Да водички поглотала, - глотают

На кувшинку села,

Песенку запела:

"Ква-а-а-а! - произносят звуки отрывисто и громко

Квэ-э-э-!

Ква-а-а-а!

Жизнь у Кваки хороша!

2. Дыхательная гимнастика – ритмичные шумные вдохи и выдохи способствуют насыщению организма кислородом, улучшают обменные процессы, психо – эмоциональное состояние, выводят из стресса, повышают иммунитет.

Игра-упражнение «Машина»



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Цель: обучение постепенному выдоху воздуха Дети становятся на одной линии, делают вдох ("наливают бензин") и начинают движение вперед, при этом делая губами "бр-р-р". Дети, как обычно, копируют работу мотора. Победитель тот, кто дальше всех "уехал" на одном дыхании.

3. Релаксационная гимнастика—снимает психическое и физическое напряжение. Проводится в любое время в течение дня. Продолжительность 1 – 7 минут.

Пример (Дети стоят, спина и руки расслаблены, голова опущена)

Закройте глаза и слушайте мой голос.

Представьте, что вы находитесь под небольшим водопадом. Небо светло – голубое. Воздух свежий. Вода чистая и прохладная. Она мягко струится по спине, стекает с ног и продолжает свой путь дальше.

Постойте немного под водопадом, позволяя воде омыwać вас и уносить прочь.

4. Пальчиковая гимнастика - позволяет активизировать работоспособность головного мозга, влияет на центры развития речи, развивает ручную умелость, помогает снять напряжение.

Пальчиковые игры очень эмоциональны, увлекательны. Это инсценировка, каких-либо рифмованных историй, сказок при помощи рук.

Дети с удовольствием принимают участие в играх – потешках. Самый известный вариант такой игры – «сорока- сорока», но есть и более сложные для проговаривания и показа. Попробуем и мы с вами поиграть в такие игры (совместно с родителями проводится игротренинг) .

Игры «Моя семья»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – папочка, попеременно массируем пальцы руки,

Этот пальчик – дедушка, на последней строке сжимаем и разжимаем

Этот пальчик – бабушка, кулачки.

Этот пальчик – я,

Вот и вся моя семья!

«КАПУСТА»

Что за скрип? (сжимаем и разжимаем кулачки)

Что за хруст? (переплетаем пальцы рук)

Это что еще за куст? (ладони с растопыренными пальцами перед собой)

Как же быть без хруста

Если я капуста? (пальцы полусогнуты, изображают кочан)

Мы капусту рубим, рубим... (ребро ладони)

Мы морковку трем, трем (кулаками трем друг о друга)

Мы капусту солим, солим... (щепотками)

Мы капусту жмем, жмем, (сжимаем и разжимаем кулаки)

5. Игровой массаж и самомассаж - позволяет стимулировать рост нервных клеток, развитие мелкой моторики, а также помогает наладить эмоциональный контакт и снять напряжение.

В несколько игр мы с вами поиграем.

## ИГРЫ С СЫПУЧИМИ МАТЕРИАЛАМИ

1. Насыпаем в кружку сухую фасоль. На каждый ударный слог перекладывает горошины по одной в другую чашку. Одной рукой, потом другой рукой.

«Зашагали наши ножки: топ-топ-топ,

Прямо по дорожке: топ – топ – топ.

Ну-ка, веселее: топ- топ- топ.

Вот как мы умеем: топ - топ-топ».

2. «Чудесный мешочек» В «коробку» помещаем горох и бобы. Ребенок запускает в него руку и старается на ощупь определить и достать только горох или только бобы.

3. Игры с пробками от бутылок

Две пробки от пластиковых бутылок кладем на столе резьбой вверх. Это – «лыжи». Указательный и средний пальцы встают в них, как ноги. Двигаемся на «лыжах», делая по шагу на каждый ударный слог.

«Мы едем на лыжах, мы мчимся с горы,

Мы любим забавы холодной зимы»

То же самое можно попробовать проделать двумя руками одновременно. Если пробки просверлить посередине – можно использовать для нанизывания бус.

4. Игры с прищепками.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Бельевой прищепкой поочередно «кусаем» ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

«Сильно кусает котенок - глупыш.

Он думает это не палец, а мышь, (смена рук)

Но я же играю с тобою, малыш,

А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш! »

5. Игра с карандашом.

(лучше использовать карандаш - шестигранник)

Карандаш в руке катаю,

Между пальчиков верчу.

Неприменно каждый пальчик

Быть послушным научу!

6. Массаж Су – Джок шарами, /дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом/

Я мячом круги катаю,

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошку.

Будто я сметаю крошку,

И сожму его немножко,

Как сжимает лапу кошка.

**«Волшебное путешествие».**

**Мини–семинар по кинезотерапии для родителей с детьми**

Сегодня мы с вами отправимся в волшебное путешествие и познакомимся с новым методом работы кинезотерапия – обучение через движение. . Есть такая наука – кинезиология. Это наука о развитии головного мозга через движение.

Головной мозг состоит из двух полушарий. Развитие головного мозга ребёнка начинается внутриутробно и активно продолжается после рождения.

По исследованиям физиологов **правое полушарие головного мозга** – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное и кинестетическое восприятие. **Левое полушарие головного мозга** – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие – слуховой информации, постановку целей и построений программ. Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело).

Мозолистое тело (межполушарные связи) находится между полушариями головного мозга в теменно-затылочной части. Оно необходимо для координации работы мозга и передачи информации из одного полушария в другое.

Кинезиологические упражнения активизируют полноценную деятельность ума и тела, помогают управлять своей эмоциональной, физической и умственной жизнью.

**1. Приветствие.** Дети представляют своих родителей.

**2. Разминка**

Массаж ушных раковин. Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Перекрестные движения. Выполняйте перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад). Затем сделайте то же левой рукой и правой ногой.

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

Симметричные рисунки. Нарисуйте в воздухе обеими руками одновременно зеркально симметричные рисунки.

Медвежьи покачивания. Качайтесь из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключите руки. Придумайте сюжет.

Гимнастика для глаз. взгляд в процессе выполнения упражнения двигается : вверх-вниз, влево-вправо, по часовой стрелке и против нее, по траектории «восьмерки».

### **3. Графический диктант.**

Родителям выдаются карточки, с заданиями направленными на пространственное воображение. Взрослый диктует последовательность действий, ребенок – выполняет.

### **4. Найди жемчужины**

Цель: развитие тактильных ощущений.

В сухом бассейне среди мячей разбросаны мелкие игрушки. Пара: Ребенок и взрослый на ощупь находят игрушку и определяют с закрытыми глазами на что это похоже.

### **5. Самомассаж с прищепками**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Цель: Развитие мелкой и общей моторики.

Котенок-глупыш.

-Кусается сильно котенок-глупыш,

-Он думает: это не палец, а мышь.

-Но я же играю с тобою, малыш!

-А будешь кусаться - скажу тебе «кыш»!

## **6. Игра «Ленточки »**

Цель: Познакомить с понятиями: «длинное –короткое» слово, автоматизация слов с изучаемым звуком.

Материал: ленты длинные и короткие, широкие и узкие, четырёх основных цветов.

Педагог отмечает, что в слове синий слышится звук «сь». Педагог просит ребенка вспомнить слова, в которых тоже слышится этот звук. Ребенок придумывает слова, пока закручивает ленточку синего цвета.

## **7. Считалочки**

Прочитайте считалочку и придумайте к ней рассказ.

## **8. Окружающий мир. «Осень. Овощи. Деревья. »**

Цель: расширение словарного запаса за счет употребления обобщающих слов, развитие внимания и памяти.

Все присутствующие становятся в круг. В центре – педагог с мячом. Бросая мяч по очереди, говорит: «Дерево». Тот, кто получил мяч, должен быстро

назвать любое дерево. Таким же образом играющие называют овощи и приметы осени. Необходимое условие: не повторяться.

#### **9. Шаблоны. Лесные животные.**

А сейчас давайте с вами проведем конкурс на самую оригинальную штриховку. Обведите шаблон и заштрихуйте.

### **Приложение 9**

#### **Консультация для педагогов «Знакомство с элементами кинезотерапии, как средством развития мышления детей с ОВЗ»**

Боброва Т. В. в своей статье «Использование элементов кинезотерапии как средство развития мышления детей с ЗПР» рассказывает о проведенных исследованиях.

По результатам проведенных исследований с участием большого количества детей была выявлена следующая закономерность: если развитие движений пальцев соответствует возрасту, то развитие мышления находится в пределах нормы. Если же развитие движений пальцев отстает, то задерживается и развитие мышления.

Это подтверждается многими учеными в результате исследования детей с ЗПР. У таких детей нарушено формирование высших психических функций, а также речь и мелкая моторика.

У детей с ОВЗ наглядно-действенное мышление характеризуется отставанием в темпе развития. Дети самостоятельно не обобщают свой опыт повседневного действия с предметами-орудиями, имеющими фиксированное назначение. Поэтому у них отсутствует этап осмысления ситуации, требующей применения фиксированного (общепринятого) орудия. В тех случаях, когда дети с помощью взрослого применяют вспомогательные средства, они недостаточно обобщают свой собственный опыт действий и не могут



использовать его при решении новых задач, т.е. у них отсутствует перенос способа действия.

Дети с отклонениями в развитии в отличие от нормально развивающихся сверстников не умеют ориентироваться в условиях проблемной практической задачи, они не анализируют эти условия.

Исследования М. М. Кольцовой доказали, что развитие тонких движений пальцев рук ведет за собой формирование речи, мышления.

Боброва Т. В. предлагает с целью развития мышления и речевого высказывания дошкольников с ЗПР использовать в коррекционной работе элементы кинезотерапии.

Данная статья нас очень заинтересовала. Мы изучили имеющийся практический материал и стали использовать в своей работе. Речевая активность детей напрямую зависит от общей двигательной активности, и в частности от развития тонких движений его пальцев. Использовать эти игры можно использовать как структурные компоненты логопедического занятия, так и в индивидуальных, и в самостоятельных занятиях детей. Речевая и мыслительная активность детей значительно улучшилась. Предлагаю познакомиться с данной подборкой игр.

Игры с крупами

Игры с крупами могут проводиться только под контролем взрослого!

#### 1. Игра «Дорожки».

Возьмите яркий поднос и тонким слоем равномерно рассыпьте по нему любую мелкую крупу: пшено, рис, ячку, манку. Предложите ребенку провести пальчиком по рассыпанной крупе так, чтобы осталась чистая дорожка. Такие дорожки можно использовать для игр с мелкими игрушками.

2. Игра «Чтобы было чисто».

Насыпьте горкой мелкую крупу и предложите ребенку собрать ее в пакет с помощью ложки или другого приспособления на ваше усмотрение.

3. Игра «Игрушки – погремушки».

Вместе с ребенком изготовьте погремушки из любых пластмассовых емкостей, наполнив их сыпучими веществами.

4. Игра «Золушка».

Для этой игры заранее смешивают, например горох с бобами или гречу с фасолью, затем дают поручение ребенку отделить одно от другого.

5. Игра «Пересыпание».

Предложите ребенку рассыпать имеющуюся крупу в разные емкости. А чем он будет пользоваться при этом, пусть решит сам.

6. Игра «Волшебное стеклышко».

Приготовьте разные сыпучие продукты для рассматривания их под увеличительным стеклом. Обратите внимание ребенка на различную структуру и текстуру круп и сыпучих продуктов (семян подсолнечника, чая, вермишели, зерен кофе).

7. Игра «Секрет».

Насыпьте в миску крупу и спрячьте в ней несколько мелких предметов, предложить ребенку отыскать их. В дальнейшем можно усложнить задание, введя ограничение поиска по времени: 10 сек или предложив искать и извлекать предметы при помощи палочек для еды.

8. Игра «Отпечаток».

Если намочить ладошку и положить ее на мелкую крупу, рассыпанную тонким слоем, то крупа прилипнет к ладошке, а на месте насыпанной крупы останется отпечаток. Сделайте вместе с ребенком отпечатки знакомых предметов: ножа, ложки, чашки, солонки. А затем предложите ему догадаться, какой предмет оставил новый отпечаток.

#### 9. Игра «Каша».

Нужно в прозрачный сосуд с водой понемногу добавлять крупу и помешивать ложечкой. Чтобы ребенку было интереснее наблюдать за этим процессом, лучше по очереди использовать разную крупу.

#### 10. Игра «Рисунок»

Предложите ребенку проявить творчество и изобразить с помощью рассыпанной крупы разные узоры, например волну, спираль, знакомую букву или цифру, домик, рожицу и т. д.

Некоторые варианты таких работ представлены на фотографиях, выполненных автором статьи.

#### 11. Пальчиковый театр

#### 12. Игры – шнуровки:

13. Воздушно-пузырчатая плёнка имеет большой спектр применения. Но иногда применение пузырьков поражает воображение. Оказывается, медики применяют её для развития мелкой моторики у детей. Перед тем, как научить деток вышивать, вязать и даже завязывать шнурки – похлопайте с ребёнком воздушные пузырьки, подготовьте маленькие пальчики к большей чувствительности.

14. Можно совместить игру с петельками и крючками с игрой "Волшебный мешочек". Для этого вам понадобятся несколько одинаковых по размеру небольших тряпочных мешочков (их можно сшить или купить в магазине). Положите в каждый мешочек какую-нибудь мелкую игрушку или предмет. И развесьте все это на крючки. Назовите ребенку предмет, который ему предстоит найти. Предложите снимать мешочки с крючков по очереди один за другим и ощупывать предмет, не вынимая наружу и не открывая мешочек. Если в мешочке нет того, что нужно, надо повесить его на место и заняться следующим мешочком.

15. Упражнения с прищепками - развивают сенсомоторную координацию, мелкую моторику рук. Цель упражнения - научить ребенка самостоятельно прищеплять прищепки. Чтобы игра была интересной для ребенка, можно прикреплять прищепки по тематике (то есть лучики к солнцу, иголки к ежику, дождик к тучке, травку к земле и тому подобное; для этого вам нужно, соответственно, сделать заготовки к солнцу, ежику и так далее). Необходимо понимать, что это очень сложное для ребенка задание. Не пытайтесь добиться результата сразу. Для начала, возьмите ладошки ребенка в свои руки и выполните упражнение вместе с ним.

16. Упражнения с бусинами. Отлично развивает руку разнообразное нанизывание. Нанизывать можно все что нанизывается: пуговицы, бусы, рожки и макароны, сушки и т. п. Можно составлять бусы из картонных кружочков, квадратиков, сердечек, листьев деревьев, в том числе сухих, ягод рябины. Научиться прокалывать аккуратные дырочки тоже полезно. Величина бусин зависит от возраста ребенка. Сначала вместо бусин можно использовать шарики от пирамидок с круглыми деталями и нанизывать их на толстый шнурок; затем детали нужно постепенно «измельчать».

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6»

17. Выкладывание фигур с помощью бусин. Для упражнения используются уже нанизанные бусы средней величины. Цель упражнения - научить ребенка выкладывать из бус контуры предметов, сердечко, спираль и т. д.