

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
Детский сад №254 Тракторозаводского района Волгограда

Принято на Педагогическом совете  
МОУ детский сад № 254  
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующий МОУ детский сад № 254  
\_\_\_\_\_ Д.А. Манина/  
приказ № 32 от «01.09.2023»



# ПРОГРАММА

## кружка «Повтори движение»

по дополнительному образованию

(элементы нейрогимнастики, развитие памяти, внимания и моторики)

как средство повышения умственной активности детей дошкольного возраста

**Программу составил и реализует:**  
учитель – дефектолог  
I квалификационной категории  
Артюшина А.В.

# Содержание

## I. Целевой раздел

Пояснительная записка

1.1. Актуальность

1.2. Цель и задачи рабочей программы

1.3. Принципы организации кружковой работы

1.4. Ожидаемые результаты

## II. Содержательный раздел

2.1. Формы организации кружковой работы

2.2. Календарно – тематический план

Приложение

Список литературы

# **I. Целевой раздел**

## **Пояснительная записка**

### **1.1. Актуальность**

Гимнастика мозга – ключ к развитию способностей ребёнка.  
(Пол Дениссон)

Нейрогимнастика – объединение движения и мысли.

Нейрогимнастика для детей – это комплекс упражнений, которые созданы для повышения многофункциональности головного мозга. За счет регулярного выполнения определенных действий, направленных на тренировку ЦНС, реально добиться положительного результата в виде более быстрого освоения письма, чтения, развития аналитического и логического типа мышления.

В настоящее время отмечается рост числа дошкольников с осложненным статусом в виде минимальных мозговых дисфункций, приводящих к нарушению развития высших психических функций и, прежде всего, речи.

Особенности протекания психических процессов у таких детей специфичны: восприятие фрагментарное, внимание неустойчивое, память кратковременная, мышление преимущественно конкретное, практическое. Речь дошкольников с ОВЗ также имеет свои особенности в виде нарушений звукопроизносительной, лексико-грамматической, фонетико-фонематической составляющих средств языка и связной речи. Кроме того, у таких детей также наблюдаются несформированность моторных навыков, сложности саморегуляции, восприятия и реализации выполнения инструкций, быстрая утомляемость и эмоциональная истощаемость.

Известно, что в основе деятельности высшей нервной системы лежит слаженное взаимодействие работы двух полушарий головного мозга, при этом левое отвечает за аналитику, рациональность, логику, речь, движение, в то время как правое – за синтез, воображение, память, творчество, визуализацию. Синхронная работа двух полушарий свидетельствует о высокой успешности протекания всех процессов высшей нервной деятельности и психических функций. Иными словами, совершенствуя межполушарное взаимодействие, можно достичь значительных результатов в развитии и коррекции речи и всех основных психических процессов.

Именно это лежит в основе такого направления в работе с дошкольниками с нарушениями речи, как кинезиология и нейрогимнастика, в которой когнитивные и двигательные методы применяются в комплексе, с учетом их взаимодополняющего влияния, что позволяет осуществить системный подход к коррекции речевого, психофизического и сенсомоторного развития ребенка.

Основоположником образовательной кинезиологии и нейрогимнастики считается П. Деннисон, разработавший в начале восьмидесятых годов прошлого столетия восстановительную программу «Гимнастика мозга», применявшуюся в

педагогических целях для улучшения обучения детей с отклонениями в развитии. Два десятилетиями ранее Д. Гудхартом было введено понятие прикладной кинезиологии, как вида альтернативной медицины, основанной на практиках древних индейцев.

Истоки кинезиологии и нейрогимнастики можно проследить во многих известных философских системах древности. Около 2700 г. до н.э. в древнекитайской системе Конфуция придавалось большое значение роли определенных движений для укрепления здоровья и развития ума. Отражение этого можно найти и в древнеиндийской йоге, основной целью которой было обретение высших психофизических способностей через баланс движений тела и своего внутреннего состояния. А 2300 лет назад Аристотель в своих естественнонаучных трудах «Части движения и перемещение животных» заложил основу того, что в дальнейшем станет наукой биомеханикой.

В России исследования в направлении под названием Биомеханика человека велись еще в начале прошлого века такими учеными, как П.Ф. Лесгафт, Н.А. Бернштейн, и продолжились в работах В.М. Бехтерева, И.П. Павлова.

Однако и в русской народной культуре с самого раннего детства применялись специальные органичные техники, сочетающие движения ребенка с речью, ритмом, тактом, игрой. Свидетельством тому являются малые фольклорные формы: детские частушки, потешки, прибаутки, заклички, в которых двигательные и когнитивные методы используются естественно, комплексно, образно.

В современных условиях комплекс корректирующих кинезиологических упражнений получил название нейрогимнастики, развивающей межполушарное взаимодействие и способствующей оптимизации деятельности мозга через физические движения. Поэтому одним из актуальных направлений внедрения инновационных технологий в коррекционный процесс является использование нейрогимнастики.

## 1.2. Цель и задачи рабочей программы

Современные нейрогимнастические методы направлены на активизацию различных отделов коры больших полушарий, что позволяет развивать способности человека или корректировать проблемы в различных областях.

Цель: Преодоление нарушений звукопроизношения, активизация развития речи, сохранение и укрепление здоровья, обеспечение своевременного и полноценного речевого и психического развития.

Задачи:

- стимулировать речевую активность детей;
- развивать слухоречевое внимание детей, нейродинамические процессы головного мозга, познавательные процессы (внимание, память, мышление);
- стимулировать развитие мыслительной деятельности;
- улучшить память и развивать способности к быстрому воспроизведению информации;
- снизить утомляемость на занятиях, повысить работоспособность;

- улучшить мелкую и крупную моторику, ловкость кистей;
- развивать способность к выполнению симметричных и асимметричных движений;
- укрепить вестибулярный аппарат;
- развивать подвижность плечевого пояса;
- снять стресс и напряжение;
- предотвратить нарушения, связанные с восприятием пространства и времени.
- повысить продуктивную работоспособность;

Какие упражнения используют в комплексе:

Упражнения нейрогимнастики состоят из четырех блоков:

- **Растягивающие упражнения:** нормализуют неконтролируемое чрезмерное мышечное напряжение и неконтролируемую мышечную вялость, активизируют работу головного мозга. Эти упражнения способствуют снятию напряжения с мышц и сухожилий. В результате применения этих упражнений мышцы принимают нормальное состояние и посылают в мозг сигнал о том, что они находятся в спокойном расслабленном состоянии и человек готов к познавательной работе. Если рассматривать это с точки зрения работы мозга, это означает возможность свободного перехода информации из задних отделов мозга (зон выживания) в передние (причинно-обуславливающие) через лимбическую систему, пропускающую знание в высшие отделы мозга;
- **Дыхательные упражнения:** улучшают ритмику организма, его энергонаполняемость, развивают самоконтроль и произвольность в поведении;
- **Глазодвигательные упражнения:** позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие, а значит интеллект;
- **Упражнения на развитие мелкой моторики рук:** развивают мышление, концентрируют внимание, развивают память, речь.
- **Двигательные упражнения, пересекающие среднюю линию тела:** улучшают навыки слушания, усвоения новой информации. Они оказывают стимулирующее действие на крупную и мелкую моторику. Механизм, объединяющий движение и мысль, заложенный в основу этих движений, способствует повышению эффективности связей между правым и левым полушариями мозга, качества восприятия материала.
- **Пальчиковые упражнения** для развития тонкой моторики рук, стимулирующие определенные речевые зоны головного мозга;
- **Массаж**, направленный на биологически активные точки, как проекции определенных зон воздействия;
- **Релаксирующие упражнения**, способствующие расслаблению, снятию напряжения, эмоционального стресса.

Комплексы упражнений нейрогимнастики в сочетании с кинезиологическими нейроиграми, знакомыми с самого раннего детства каждому ребенку по мотивам русского народного творчества, создают базу успешного обучения и коррекции речевого и психофизического развития дошкольников с нарушением речи.

### 1.3. Принципы организации кружковой работы

В соответствии с ФГОС рабочая программа кружковой работой опирается на следующие принципы:

коррекционно-педагогические:

- принцип индивидуализации, учета возможностей, особенностей развития и потребностей каждого ребенка;
- принцип признания каждого ребенка полноправным участником образовательного процесса;
- принцип поддержки детской инициативы и формирования познавательных интересов каждого ребенка;
- принцип конкретности и доступности учебного материала, соответствия требований, методов, приемов и условия образования индивидуальным и возрастным особенностям детей;
- принцип системности, все компоненты взаимосвязаны и взаимозависимы возрастным особенностям детей;
- принцип систематичности и взаимосвязи учебного материала;
- принцип постепенности подачи учебного материала.

Основной формой работы в соответствии с программой является игровая деятельность. Все коррекционно-развивающие занятия в соответствии с данной программой носят игровой характер, насыщены разнообразными играми и развивающими игровыми упражнениями.

Выполнение коррекционных, развивающих и воспитательных задач, поставленных программой, обеспечивается благодаря комплексному подходу и интеграции усилий педагога и семьи воспитанников.

Реализация принципа интеграции способствует более высоким темпам общего и речевого развития детей, более полному раскрытию творческого потенциала каждого ребенка, возможностей и способностей, заложенных в детях природой.

### 1.4. Ожидаемые результаты

На основе государственного образовательного стандарта к обязательному минимуму образования в дошкольной образовательной организации, к концу прохождения программы дети должны:

**Ожидаемый эффект кружковой работы**

1. Постоянное совершенствование тонкой и общей моторики.
2. Обогащение, уточнение и активизация словаря.
- 3 Развитие внимания, памяти, логического мышления в играх и упражнениях.
4. Развитие речи.
5. Повышение физической и умственной работоспособности;
6. Стимулирование развития мелкой и более крупной моторики пальцев верхних конечностей;
7. Развитие физиологических способностей к выполнению асимметричных и симметричных движений;

## **II. Содержательный раздел**

### **2.1. Формы организации кружковой работы**

Постоянный рост детей с отклонениями в речевом, психическом и интеллектуальном развитии предполагает применение разных методик коррекции, а также разных приемов, методов и средств коррекционного обучения в ДОУ с ОВЗ.

У детей, имеющих речевые и интеллектуальные нарушения, встречается неловкость в движениях, неуклюжесть, раскоординированность, у них низкий мышечный тонус, особенно в руках, они быстро утомляются и имеют низкую производительность, им сложно переключать своё внимание, удерживать и распределять его – эти характеристики являются признаком того, что у ребёнка имеются проблемы в работе мозжечка.

Нарушенная связь между мозжечком и лобными долями мозга приводит к замедлению формирования речи, нарушению артикуляции, интеллектуальных и психических процессов.

Но в мозге существует и обратная связь от мозжечка к лобным долям. Она помогает интегрировать сенсорное восприятие и движение, что позволяет связывать эмоциональные ответы, языковую способность, способность планировать свои действия.

Поскольку большинство психических процессов связаны с обеими сторонами мозга, ребёнок выполняя действия, связанные с обеими сторонами его тела, приводит две системы к балансу. Успешная интеграция между двумя сторонами мозга необходима для улучшения всех мозговых процессов.

Изучив нейропсихологический анализ данных диагностик детей с тяжёлыми нарушениями речи, а также индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка, пришла к решению использовать в своей работе нейрогимнастику, или иначе её называют «Гимнастика мозга», которая была разработана в 1970 годах Полом Деннисоном, которая усиливает эффект занятия, и создаёт положительный эмоциональный фон.

Детям для правильного развития мозга необходимо двигаться. Тело должно пробовать, а мозг, вдогонку за мышцами, осознаёт и запечатлевает навык. Такая тренировка формирует в мозге связи, без которых ребёнок в будущем не сможет успешно обучаться чему бы то ни было. Поэтому доказано, чем выше двигательная активность ребёнка, тем лучше развивается его речь и наоборот, если развитие моторных функций отстаёт, задерживается и развитие речи [2].

Методы и приемы, используемые в программе:

#### **1. Словесные:**

- словесная инструкция;
- объяснение;
- беседа

#### **2. Наглядные:**

- показ (*подражание*);
- жестовая инструкция;
- метод совместных действий;
- наблюдение;
- картины – схемы, различные пособия.

#### **3. Практические:**

- упражнения;
- дидактические игры.

При планировании **работы кружка** учитывались особенности детей с учетом возрастных и психофизических особенностей детей 5 – 7 года жизни:

- индивидуальный подход к каждому ребёнку с учётом его возрастных и индивидуальных особенностей;
- положительная мотивация выполнения заданий;
- чередование различных видов деятельности.

Срок реализации программы для детей 5- 7-го года жизни: 8 месяцев.

Режим занятий: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 25 мин.

В месяц – 8 занятий;

в год - 64.

Расписание занятий

Дни недели	Вторник	Четверг
I группа	15.30 – 15.55	15.30 – 15.55
II группа	16.00 – 16.25	16.00 – 16.25

Формы организации деятельности воспитанников на занятии: фронтальная, индивидуальная.

Содержание **программы** определено с учетом общих дидактических принципов, которые для детей с ОВЗ приобретают особую значимость: от простого к сложному, систематичность, доступность и повторяемость материала.

Все занятия строятся в игровой форме.

## 2.2. Календарно – тематический план

Перспективный план.

### Октябрь

1. неделя Знакомство с игрой «Повтори за мной» (разучивание движений рук), нейроигры, работа на межполушарных досках, выполнение упражнений на нейролистах (выкладка бусинок левой и правой рукой).

2. «Кулак – ребро – ладонь».

Ведущий показывает ребенку три положения ладони на столе, последовательно сменяющих друг друга: раскрытая ладонь на столе, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе. Сначала упражнение выполняется вместе с ведущим:

- ладонью правой руки;
- ладонью левой руки;
- обеими ладонями одновременно.

Выполнение заданий на межполушарных досках, нейроигры, задания на развитие внимания, памяти, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

3. неделя «Лезгинка». Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений, работа в тетради-тренажере, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

4. неделя закрепление (усложнение-ускорение), выполнение заданий на межполушарных досках, нейроигры, задания на развитие внимания, памяти, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение позы).

## **Ноябрь**

1.«Кольцо». По очереди и как можно более быстро перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (последовательно: указательный, средний, безымянный и мизинец). Упражнение повторять в прямом порядке (от указательного пальца до мизинца) и в обратном (от мизинца до указательного). задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках.

2. неделя закрепление (усложнение-ускорение), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках.

3. «Цепочка». По очереди и как можно быстрее перебирать пальцами рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем (поочередно: указательный, средний, безымянный и мизинец). В «кольцо» попеременно пропускаем «кольца» из пальцев другой руки. Упражнение повторять в прямом порядке и в обратном, задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках.

4. неделя закрепление (усложнение-ускорение), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

## **Декабрь**

1.«Нос-ухо» Левой рукой держимся за правое ухо, правой рукой – за нос, затем хлопок и меняем положение: правой рукой – за левое ухо, левой рукой – за нос. работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения позы).

2. неделя закрепление (усложнение-ускорение), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

3.«Путаница». Нужно положить правую ладонь на голову, левую — на живот. Затем поглаживайте по голове от макушки к лицу, а живот поглаживайте круговыми движениями. Выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках.

4. неделя закрепление (усложнение-ускорение), выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук), работа в тетради-тренажере, выполнение заданий на межполушарных досках..

## **Январь**

1.«Молоток-пила» (упражнение выполняется либо на столе, либо на коленях)левой рукой как бы пилим пилой, правой в это же время «забиваем молотком гвозди», задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках.

2. неделя закрепление (усложнение-ускорение), работа в тетради-тренажере.

3. Упражнение «Двойной рисунок» - направлен для осознания движения и ориентации тела в пространстве, активизирует мозг для координации "руки - глаза", в разных зрительных полях.

Это одновременное рисование обеими руками сразу, развивает межполушарное взаимодействие. задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

4. неделя закрепление (усложнение-ускорение), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

## **Февраль**

1. «Двойной рисунок» - направлен для осознания движения и ориентации тела в пространстве, активизирует мозг для координации "глаз-рука", в разных зрительных полях. Это одновременное рисование обеими руками сразу, развивает межполушарное взаимодействие. задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

2. неделя закрепление (усложнение-ускорение), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения позы).

3. Игра с передачей мяча.

Играют двое участников. Игроки передают друг другу мяч, выполняя словесную инструкцию. Одной рукой игрок передаёт мяч, другой —принимает. Играя, обогащаем словарь по лексической теме, развиваем грамматический строй речи и т.д. развивает реакцию, координацию движений и межполушарное взаимодействие (например: первый игрок называет слово, второй-слово противоположное по значению). задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

4. неделя закрепление (усложнение-ускорение), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения поз).

## **Март**

### **1. Упражнение «Класс – заяц»**

Левой рукой показывать «класс», правой – «зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость. (усложнение-ускорение), задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

2. усложнение-ускорение, задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение позы).

### **3. «Здравствуй пальчик»**

Цель: развитие мелкой моторики, формирование межполушарных связей, концентрация внимания. Выполнение заданий на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

### **4. Игры с мячом на ассоциации.**

Цель: развивать общую и мелкую моторику, ориентировку в пространстве, произвольное внимание, обогащаем словарь.

Взрослый произносит слово и кидает мяч, а ребенок ловит мяч и называет слово, связанное со словом взрослого, например: взрослый говорит: «*Небо*», а ребенок отвечает: «*Облако*» – и кидает мяч следующему ребенку.

Дети и взрослый кидают друг другу большой мяч с разных расстояний и ловят двумя руками. Сначала лучше кидать в руки, потом немного правее, левее, выше, ниже. Дети должны уметь кидать мяч, подавая его двумя руками снизу, сверху, по воздуху. Надо стараться не прижимать мяч к себе, а ловить его только руками. задания на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение позы).

## **Апрель**

### **1. «Заяц-колечко»**

Ребенок левой рукой показывает-«зайчика», правой-«кольцо» (большой палец соединяет с указательным). После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений. Выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение позы), задания на развитие внимания, памяти, , нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, работа в тетради-тренажере.

2. неделя закрепление (усложнение-ускорение), работа в тетради-тренажере.

3. Игра с передачей мяча.

Играют двое участников. Игроки передают друг другу мяч, выполняя словесную инструкцию. Одной рукой игрок передаёт мяч, другой –принимает. Играя, развиваем реакцию, координацию движений и межполушарное взаимодействие. (усложнение-меняем положение рук при передаче мяча).

4. неделя закрепление (усложнение-ускорение), работа в тетради-тренажере.

## Май

1. «Дом-ёжик-замок»

Ведущий показывает ребенку три положения рук, последовательно сменяющих друг друга: соединяет все пальцы изображает «крышу домика», соединяет руки в замок при этом поднимает пальцы вверх-«иголки у ёжика», опускает пальцы-«замок». После показа упражнение дети выполняют вместе с ведущим. Выполнение заданий на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

2. неделя закрепление (усложнение-ускорение). Выполнение заданий на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

3. «Кулак - ладонь».

Задание: одновременно сжимать в кулак распрямленную ладонь одной руки и разжимать кулак другой руки. (усложнение-ускорение, рассказывание скороговорки). Развитие речи детей с помощью нейропсихологических игр. Выполнение заданий на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение позы).

4. неделя закрепление (усложнение-ускорение), выполнение заданий на развитие внимания, памяти, работа в тетради-тренажере, нейроигры, выполнение заданий на межполушарных досках, выполнение заданий игры «Повтори за мной» (воспроизведение положения рук).

## Нейропсихологические занятия

### Занятие 1-2

№ Сфера развития	Упражнение
1. Развитие внимания	<b>«Остановись».</b> Дети свободно двигаются по кабинету под музыку. Как только музыка прекратилась, дети застывают на месте (не шевелятся). <b>«Фокус».</b> По команде «Начали!» каждый мысленно «уходит» внутрь в себя, в свое тело. Затем с периодичностью в 5-30 секунд педагог подает команды: «Правая кисть», «Мочка левого уха» и т.д. Задача ребенка сосредоточится на этой части тела, почувствовать ее.
2. Общий двигательный репертуар	<b>«Зоопарк-1».</b> Дети ходят, изображая косолапую мишку (на внешней стороны стопы), птенчика (на носочках), уточку (на пяточках), двигаясь вперед и пятясь назад, а также неуклюжего пингвина (на внутренней стороны стопы), двигаясь только вперед. При этом глаза смотрят в точку на стене перед ребенком.
3. Игры с мячом	Ребенок и взрослый должны кидать друг другу с разных расстояний и

ловить двумя руками большой мяч. Мяч кидают сначала непосредственно в руки, затем немного правее, немного левее, немного выше, ниже. Дети должны уметь кидать мяч, подавая его двумя руками снизу, сверху, по воздуху и ударяя об пол. Надо стараться не прижимать мяч к себе, а ловить его только руками. Дети ловят мяч по очереди и бросают взрослому.

4. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность
5. Мелкая моторика
- В первое занятие упражнения этого раздела не включаются.
- «Домик».** Пальцы сжаты в кулаки последовательно разгибаются, а потом сгибаются в кулак.  
*В этом домике пять этажей:  
 На первом живет семейство ежей,  
 На втором семейство зайчат,  
 На третьем – семейство рыжих бельчат,  
 На четвертом живет с птенцами синица,  
 На пятом сова – очень умная птица.  
 Ну что же, пора нам обратно спуститься:  
 На пятом сова,  
 На четвертом синица,  
 Бельчата на третьем,  
 Зайчата – втором,  
 На первом ежи, мы еще к ним зайдем.*

### Занятие 3-4

- | №Сфера развития                                                              | Упражнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Развитие внимания                                                         | <b>«Фокус»</b><br><b>«Стоп-игра-1».</b> Дети находятся на своих местах в кабинете. Им дается команда (например, один хлопок). Услышав команду, дети начинают свободно бегать. Затем звучит вторая команда (один хлопок). Услышав ее, дети занимают свои места в кабинете.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 3. Общий двигательный репертуар                                              | <b>«Зоопрак-2».</b> Дети изображают мишку, птенчика, уточку, двигаясь при этом вперед и назад, а также неуклюжего пингвина (навнутренней стороны стопы), двигаясь только вперед. При этом глаза смотрят в точку на стене перед ребенком.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 4. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность | <b>«Рисуем улыбки».</b> На доске мелом (на листе, прикрепленном к стене) ребенок рисует дуги. Для выполнения этого задания на доске или на листе нужно провести вертикальную линию, которая разделит доску (лист) пополам. Ребенок все время стоит у середины листа и держит в руках мел (маркеры). Ребенок начинает рисовать дуги сначала каждой рукой по отдельности, а затем одновременно обеими руками. Каждую дугу обводит несколько раз, не отрывая руки. Дуги должны быть средних размеров, на каждой половине листа должно получиться в итоге по 5-6 дуг, нарисованных одной рукой, и 4 пары, дуг, нарисованных двумя руками. Взрослый внимательно следит за выполнением упражнения и тем, чтобы ребенок не отвлекался, не напрягал руку, следует сказать ему, чтобы он ее расслабил: пусть положит маркер или мел, потрясет рукой, взрослый может помассировать руку от лучезапястного сустава до плечевого, плечи и шею, после чего можно продолжить упражнение. |
| 5. Мелкая моторика                                                           | <b>«Печатная машинка».</b> Психолог имитирует работу на печатной                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

машинке, а дети повторяют. Сначала он стучит поочередно каждым пальцем, затем в обратном порядке, затем любыми пальцами одной, а потом обеих рук.

### Занятие 5-7

№Сфера развития	Упражнение
1. Развитие внимания	<b>«Фокус»</b>
2. Игры с мячом	<b>«Стоп-игра-2».</b> Вторая команда отличается от первой (например, первая — один хлопок, вторая два хлопка). <b>«Катание мяча».</b> Взрослый и ребенок садятся на пол, на расстоянии 2-3 метров друг от друга и берут большой мяч. Они раздвигают ноги и перекатывают мяч по полу. Сначала мяч отталкивают от себя двумя руками, через минуту или две ребенок убирает левую руку за спину и катает мяч только правой рукой, а через 3 минуты — только левой рукой. Мяч должен катиться ровно и прямо в руки партнеру.
3. Растяжки	<b>«Полетели-2».</b> Команды даются отдельно для разных частей тела. Например: «клювик взлетел» — высунуть язык, «крылышки полетели» -руки поднять, пальчики растопырить, «ножки взлетели»- ноги поднять, мысочки вытянуть, «крылышки опустились» — руки опустить на пол, «ножки опустились» — ноги опустить на пол и «клювик опустился»- язык убрать в рот. Чередовать команды в разных вариациях.
4. Глазодвигательный репертуар	И.п.- то же. Рот открыт, язык высунут, и движется в противоположную от глаз сторону.
5. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность	<b>«Радуга».</b> Ребенок рисует разноцветную радугу. Нужно приготовить несколько маркеров (мелков) разных цветов. Делим лист или доску пополам. Упражнение выполняется сначала одной рукой (отдельно правой и левой), а потом двумя руками одновременно. Каждую дугу в радуге обводим несколько раз, не отрывая руки. В итоге должно получиться 4 радуги. Для первого раза нарисуйте ребенку две точки, которые будут являться внешними границами радуги.
6. Мелкая моторика	<b>«Постучалки-1».</b> Дети каждым пальцем стучат по столу два раза, затем одновременно двумя руками.

### Занятие 8-10

№Сфера развития	Упражнение
1. Развитие внимания	<b>«Фокус»</b>
2. Общий двигательный репертуар	<b>«Запретное движение».</b> Педагог показывает детям различные движения. Дети их повторяют. Одно из движений повторять нельзя, дети его пропускают. <b>«Аист и лягушка».</b> Дети разбиваются на пары, один изображает лягушку, другой аиста. Лягушка убегает от аиста, тот ее ловит.
3. Растяжки	<b>«Полетели-2».</b> Команды даются отдельно для разных частей тела. Например: «клювик взлетел» — высунуть язык, «крылышки полетели» -руки поднять, пальчики растопы-

рять, «ножки взлетели»- ноги поднять, мысочки вытянуть, «крылышки опустились» — руки опустить на пол, «ножки опустились» — ноги опустить на пол и «клювик опустился»- язык убрать в рот. Чередовать команды в разных вариациях.

4. Глазодвигательный репертуар

И.п.- то же. Рот открыт, язык высунут, и движется в противоположную от глаз сторону.

5. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность

**«Картины».** Делим лист пополам. Ребенок рисует картинку сначала отдельно каждой рукой, а потом одновременно двумя руками. Порядок рисования следующий:

-рисуются рамочка в виде большого квадрата;

-в рамочке солнце с лучами;

-облака;

-чайка или несколько чаек;

-волны;

В результате должна получиться картинка. Всего таких картинок должно быть четыре: нарисованная левой рукой, нарисованная правой, две картинки, нарисованные двумя руками сразу. Время выполнения 5-8 минут. В случае трудностей взрослый делает задание вместе с ребенком, придерживая его руку и способствуя самостоятельной работе.

6. Мелкая моторика

**«Постучалки-1».** Дети каждым пальцем поочередно стучат то два раза, то один раз.

### Занятие 11-13

№Сфера развития

Упражнение

1. Развитие внимания

**«Фокус».** По команде «Начали!» каждый мысленно «уходит» внутрь в себя, в свое тело. Затем с периодичностью в 5-30 секунд педагог подает команды: «Правая кисть», «Мочка левого уха» и т.д. Задача ребенка сосредоточится на этой части тела, почувствовать ее.

**«Запретное движение».** Педагог показывает детям различные движения. Дети их повторяют. Одно из движений повторять нельзя, дети его пропускают.

2. Общий двигательный репертуар

**«Кузнецы и сенокосцы».** Дети складывают руки так, как будто у них в руках молот, и куют железо. Затем дети представляют, что у них в руках коса, и косят траву.

3. Растяжки

**«Дотянись».** Ребенок лежит на животе. Взрослый, сидя перед ним, держит предмет перед ребенком, а ребенок тянется к нему к нему сначала правой рукой, а потом левой. Затем взрослый, сидя у его ног, просит дотянуться до предмета ногами — сначала правой, а потом левой.

4. Глазодвигательный репертуар

И.п.- то же. Рот открыт, язык высунут, и движется в противоположную от глаз сторону. Взрослый ярким предметом рисует в воздухе «крест» на 3- уровнях.

5. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность

**«Геометрические фигуры-1».** Делим лист пополам. Ребенок рисует сразу двумя руками одновременно разные геометрические фигуры: круги, квадраты, треугольники. Нарисовав их, ребенок обводит их в течение одной минуты, не отрывая при этом рук от бумаги, в разных направлениях. Взрослый засекает время по команде «Начали!» ребенок начинает рисовать определенную фигуру, а по команде «Стоп!» перестает

ет выполнять задание. И так с каждой фигурой. Важно, чтобы при выполнении задания у ребенка вместо круга не получился «клубок ниток». Обводить нужно как можно точнее, чтобы квадрат не раздваивался, а треугольник не увеличился в несколько раз.

## 9. Мелкая моторика

### «Братцы».

Засиделись в избушке братцы. Захотел меньшей прогуляться.	Поднять руку, ладонь выпрямлена, пальцы согнуты. Отвести вбок мизинец- строго в плоскости ладони- и задержать его в этой позиции на 2-3 секунды.
Да скучно ему гулять одному. Зовет он братца вдвоем прогуляться.	Мизинец чуть покачивается, затем возвращается на исходную позицию. Вбок отвести два прижатых друг к другу пальца – мизинец и безымянный, задержать на 2-3 секунды.
Да скучно им гулять двоим.  Зовут братца втроем прогуляться.	Мизинец и безымянный чуть покачиваются, затем возвращаются на исходную позицию. Отвести вбок мизинец, безымянный и средний пальцы, задержать на 2-3 секунды.
Грустно старшим сидеть в избе. Зовут они братцев домой к себе.	Большой и указательный пальцы 4 раза соединяются кончиками. Все пальцы соединяются в щепоть, рука расслабляется.

## Занятие 14-16

### №Сфера развития

#### 1. Развитие внимания

### Упражнение

«**Запретное слово**». Дети стоят в кругу и по очереди повторяют за ведущим названия овощей (цветов, городов, цифр, букв и т.п.). Название одного овоща (например, «огурец») является запретным словом. Его нельзя произносить, вместо этого надо хлопнуть в ладоши.

#### 2. Общий двигательный репертуар

«**Гусеница**». Дети изображают гусеницу. Прямые руки и ноги стоят на полу близко друг к другу. Затем руки убегают, а ноги стоят, потом ноги догоняют, а руки ждут.

#### 3. Игры с мячом

«**Игры в кругу**». В этом упражнении должно участвовать как минимум 3 человека. Мячик кидают по кругу. Правила игры: один хлопок – мяч движется в том же направлении, два хлопка- мяч меняет направление. После того, как ребенок усвоил программу, меняется инструкция: один хлопок – мяч меняет направление, два хлопка – мяч движется в том же направлении.

#### 4. Растяжки

«**Кошка**». Ребенок встает на четвереньки. Выгибает и прогибает спину в поясничном отделе. Голова при этом движется синхронно с изменением поз: прогибание – голова вверх, выгибание – голова вниз. Если ему это не удастся, помогите ребенку, фиксируя статику и динамику данной позы собственными руками (буквально – надавливая ему на поясницу или, напротив, приподнимая ее), прося его только о том,

чтобы он опускал голову, когда его спина выгибается, и поднимал, когда она выгибается.

Потом это упражнение выполняется с неподвижной головой, которая при необходимости фиксируется руками взрослого.

5. Глазодвигательный репертуар

«**Конвергенция -2**». Ребенок лежит. Взрослый поднимает какой-то предмет на уровень вытянутой руки ребенка, прямо над его переносицей. Язык максимально высунут. Медленно двигать предмет к переносице, добиваясь того, чтобы оба глаза смотрели на него. При приближении предмета язык медленно прячется во рту. Сделать 2 раза.

6. Базовые сенсомоторные взаимодействия

«**Ползание на шестереньках**». Ребенок встает на колени, локти и кисти рук. Поднимая правую руку и правую ногу, делает шаг. Затем – меняет руку и ногу. Задача — не сбиваясь и не падая дойти до цели. В этом и всех последующих упражнениях важно, чтобы рука и нога ребенка касались пола одновременно.

7. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность

«**Улитки**». Рисуем улиток двумя руками одновременно. Делим лист(доску) на две части. Взрослый предлагает ребенку последовательность действий. Если ребенок не понимает, как рисовать по речевой инструкции, то можно нарисовать образец и по нему читать задание:

-начиная с панциря: правая и левая руки (каждая на своей половине) ставят исходные точки;

— далее от каждой точки рисуем спиральку, которая переходит в голову улитки;

-потом рисуем усики;

-рисуем ножки;

— глаза и рот.

В итоге одновременно должно получиться две улитки: справа и слева на листе. Улитки должны быть средних размеров.

9. Мелкая моторика

«**Братцы**».

## Занятие 17-20

№Сфера развития

Упражнение

1. Развитие внимания

«**Запретное слово**». Дети стоят в кругу и по очереди повторяют за ведущим названия овощей (цветов, городов, цифр, букв и т.п.). Название одного овоща (например, «огурец») является запретным словом. Его нельзя произносить, вместо этого надо хлопнуть в ладоши.

2. Глазодвигательный репертуар

И.п.- то же. Рот открыт, язык высунут и движется в противоположную от глаз сторону. Взрослый рисует в воздухе сначала знак бесконечности (горизонтальная восьмерка), а потом обычную восьмерку (вертикальная восьмерка) последовательно на трех уровнях.

3. Базовые сенсомоторные взаимодействия

«**Ползание на четвереньках**». Ребенок встает на колени, локти и кисти рук. Поднимая правую руку и правую ногу, делает шаг. Затем – меняет руку и ногу. Задача — не сбиваясь и не падая дойти до цели. В этом и всех последующих упражнениях важно, чтобы рука и нога ребенка касались пола одновременно.

Сначала лучше каждый шаг этого упражнения делать по команде, например «Ква» или «Бу», это даст вам возможность

контролировать темп выполнения упражнения. Можно также ввести ложные команды, которые ребенок должен игнорировать. Заодно потренируете внимание и слух (например, вместо команды «Ква» сказать «Кво» или «Кма»)

*Примечание.* Упражнение будет очень важно в дальнейшем, поэтому уделите ему максимум внимания. После усвоения упражнения можно ввести счет, например, 1 – отрываем ногу и руку, 2, 3, 4 – переносим их вперед, 5- ставим руку и ногу. Этим вы замедлите выполнение упражнения, сделаете движения более точными и рассчитанными. Хотя после трех — четырех повторов рекомендуется вернуться к обычному выполнению упражнения и сосредоточиться больше на скорости.

4. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность

**«Коврик».** Ребенок рисует коврик в виде спиралек. Понадобятся несколько разноцветных карандашей. Делим лист пополам и начинаем рисовать от разделительной линии в разные стороны и в одну линию двумя руками одновременно. Должна получиться одна линия из спиралек. Далее рисуем вторую линию другим цветом или цветами (если в руках разные по цвету маркеры). В итоге получается разноцветный ковер. Во время выполнения задания ребенок не должен отвлекаться.

5. Мелкая моторика

**Постучалки-1».** Дети каждым пальцем поочередно стучат то два раза, то один раз.

## Занятие 21-22

№Сфера развития

Упражнение

1. Развитие внимания

**«Запутанные руки».** Дети сидят в кругу, руки перекрещены с руками рядом сидящих. По кругу передается мячик из руки в руку. Задача — как можно быстрее передавать мяч. Количество мячей можно постепенно увеличивать.

2. Общий двигательный репертуар

**«Гусиный шаг»** Дети передвигаются на корточках и мысочках.

3. Глазодвигательный репертуар

И.п.- то же. Рот открыт. Задача ребенка самостоятельно рисовать в воздухе крест каким-нибудь предметом и следить за ним взглядом. Делать это надо сначала левой рукой, потом правой. Упражнение выполняется на трех уровнях: 1) на расстоянии вытянутой руки; 2) на расстоянии согнутой в локте руки; 3) около переносицы.

**«Конвергенция -2».** Ребенок лежит. Взрослый поднимает какой-то предмет на уровень вытянутой руки ребенка, прямо над его переносицей. Язык максимально высунут. Медленно двигать предмет к переносице, добиваясь того, чтобы оба глаза смотрели на него. При приближении предмета язык медленно прячется во рту. Сделать 2 раза.

4. Базовые сенсомоторные взаимодействия

**«Ползание на четвереньках-1».** Ребенок встает на четвереньки. Поднимает правую ногу и правую руку, делает шаг. Язык медленно «переезжает» за «шагающей» рукой. Затем рука и нога меняются, а язык во время шага переползает в другую сторону. Задача — не сбиваясь и не падая, дойти до цели.

*Примечание:* Упражнение несложное. Главное, чтобы ребенок при «приземлении» не прикусил язык от усердия. Важно, чтобы он не задумывался о том, куда должен переме-

5. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность  
 9. Мелкая моторика
- щаться язык, а делал это автоматически  
**«Цветок из восьмерок».** Рисование одновременно двумя руками восьмерок горизонтальных и вертикальных. Ребенок, не отрывая рук, рисует и обводит на левой и правой части листа восьмерки. Сначала в течение минуты вертикальные, потом горизонтальные. Каждую восьмерку ребенок обводит ровно минуту, не отрывая руки. Далее эти два вида восьмерок соединяются в узор, похожий на цветок. Точно также двумя руками ребенок рисует и обводит эти узоры, не отрывая рук, в течение минуты. В итоге должны получиться две восьмерки вертикальные, две восьмерки горизонтальные и два «цветка» из восьмерок.  
 Дети играют пальцами (начиная с указательных и заканчивая мизинцами).

### Занятие 23-26

- |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>№Сфера развития</p> <p>1. Развитие внимания</p> <p>2. Общий двигательный репертуар</p> <p>3. Игры с мячом</p> <p>4. Растяжки</p> <p>5. Глазодвигательный репертуар</p> <p>6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность</p> <p>7. Мелкая моторика</p> | <p>Упражнение</p> <p><b>«Запретное слово».</b></p> <p><b>«Ходьба с предметом на голове».</b> Дети ходят, положив на голову какой-нибудь предмет, стараясь ходить так, чтобы он не упал.</p> <p><b>«Меткость».</b> Ребенок кидает в вертикальную цель разные мячи. В качестве цели может выступать прикрепленный к стене круг из бумаги или обруч в руке взрослого.</p> <p><b>«Активные растяжки-5».</b> Ребенок лежит на спине, руки вверху над головой, левая рука на правой руке, а левая нога на правой ноге. По команде тянутся правая рука и правая нога, при этом левая рука и нога расслаблены. По другой команде — все конечности расслабляются. Затем таким же образом растягиваются левая рука и нога.</p> <p>И.п. то же. Рот открыт, язык высунут. Задача ребенка самостоятельно рисовать в воздухе крест каким-нибудь предметом, следить за ним взглядом и двигать при этом языком в том же направлении. Делать это надо сначала левой рукой, потом правой. Упражнение выполняется на трех уровнях: 1) на расстоянии вытянутой руки; 2) на расстоянии согнутой в локте руки; 3) около переносицы.</p> <p><b>Конвергенция-2.</b></p> <p><b>«Цветок из восьмерок».</b> Рисование одновременно двумя руками восьмерок горизонтальных и вертикальных. Ребенок, не отрывая рук, рисует и обводит на левой и правой части листа восьмерки. Сначала в течение минуты вертикальные, потом горизонтальные. Каждую восьмерку ребенок обводит ровно минуту, не отрывая руки. Далее эти два вида восьмерок соединяются в узор, похожий на цветок. Точно также двумя руками ребенок рисует и обводит эти узоры, не отрывая рук, в течение минуты. В итоге должны получиться две восьмерки вертикальные, две восьмерки горизонтальные и два «цветка» из восьмерок.</p> <p><b>«Ходилки».</b> Дети «ходят» пальчиками (указательным и средним, указательным и безымянным, указательным и мизинцем) сначала правой рукой, затем левой, затем одновременно двумя руками.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Занятие 28-30

### №Сфера развития

#### 1. Развитие внимания

2. Общий двигательный репертуар

3. Игры с мячом

4. Растяжки

5. Глазодвигательный репертуар

6. Базовые сенсомоторные взаимодействия

7. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность

8. Мелкая моторика

### Упражнение

#### «Запретное слово»

«**Перекрестный шаг**». Дети идут вдоль линии, перешагивая ее то одной ногой, то другой.

«**Месяцы и дни недели**». Ребенок и взрослый кидают большой мяч друг другу. Если звучит название месяца, мяч надо поймать. Если называются дни недели, то мяч не ловится.

«**Велосипед**». Ребенок лежит на спине. Правая ладонь - под затылком. Локоть лежит на полу. Ноги сгибаются в коленях. Левой рукой нужно обхватить колено левой ноги. Наклониться вперед, локтем правой руки коснуться правого колена (глаза смотрят на колено). Поменять руки. Упражнение выполняется 15-20 раз.

Ребенок следит за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз.

#### **Конвергенция-2.**

«**Ползание на четвереньках-3**». Ребенок встает на четвереньки. Поднимая правую ногу и левую руку, делает шаг. Язык медленно «перезжает» в противоположную от «шагающей» руки сторону, а глаза смотрят в сторону «шагающей» руки. Затем ребенок делает шаг другой рукой и ногой и т.д. Задача - не сбиваясь и не падая, дойти до цели.

«**Елка**». Ребенку нужно нарисовать и наряжить елку. Лист делится пополам. С левой стороны разделительной линии ребенок рисует часть елки левой рукой. Ребенок рисует одновременно двумя руками. После этого он начинает елку наряжать: сам рисует на ней елочные игрушки (шарики, бантики и т.д.), используя свою фантазию. Важно, чтобы ребенок продолжал рисовать одновременно двумя руками (слева-левой, справа-правой). Следующий этап - нарисовать таким же образом звездочку на макушке елки.

«**Угадай**». Педагог показывает свою правую руку (пальцы в кулаке), затем он выбрасывает какое-либо количество пальцев, а ребенок должен показать те же пальцы на своей правой руке.

## Занятие 31-33

### №Сфера развития

#### 1. Развитие внимания

2. Общий двигательный репертуар

3. Растяжки

### Упражнение

«**Запутанные руки-1**». Дети сидят в кругу, руки перекрещены с руками рядом сидящих. По кругу передается мячик из руки в руку. Задача — как можно быстрее передавать мяч. Количество мячей может постепенно увеличиваться (2,3 и т.д.)

«**Канатоходец**». Дети идут по одной линии, приставляя пятку к носочку.

«**К солнцу**». Ребенок садится на пол, ноги вытянуты вперед, руки опущены на колени. По команде взрослого ребенок поднимает голову и руки вверх, как бы пытаясь дотянуться пальцами до потолка. Взгляд направлен в одну точку (3 секунды). По команде взрослого руки разводятся в стороны максимально широко, ребенок как бы «потягивается» (3 секунды). По команде взрослого ребенок опускает руки вниз и

4. Глазодвигательный репертуар	<p>расслабляет их (3 секунды). Выполняется 3-5 раз.</p> <p>И.п. – то же. Рот открыт, язык высунут. Задача ребенка самостоятельно рисовать каким-либо предметом в воздухе восьмерку, следя за предметом глазами и двигая языком в том же направлении. Делать это надо сначала левой рукой (надо нарисовать горизонтальную восьмерку), потом правой рукой (вертикальную). Затем наоборот: левой рукой рисуется вертикальная восьмерка, правой рукой — горизонтальная.</p> <p>Упражнение выполняется на трех уровнях:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) на расстоянии вытянутой руки;</li> <li>2) на расстоянии согнутой в локте руки;</li> <li>3) около переносицы. Время выполнения 4-6 минут.</li> </ol>
5. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность	<p><b>«Зеркало».</b> Лист или доска делится пополам. Ребенок должен представить, то правая часть листа- это зеркало. И когда он будет рисовать то-то слева, то этот рисунок будет отражаться на правой стороне листа. В этом упражнении ребенок составляет из геометрических фигур человечка. Он должен рисовать двумя руками сразу максимально похожих человечков (одного слева и одного справа), которые могут состоять из кругов, квадратов, треугольников, прямоугольников и ромбов. Этого человечка надо назвать и написать его имя под рисунком печатными буквами. Но правая часть листа- это зеркало, поэтому имя справа должно быть написано, но только как отражение надписи слева. Имя можно писать каждой рукой отдельно.</p>
9. Мелкая моторика	<p><b>«Угадай».</b> Педагог показывает свою правую руку (пальцы в кулаке), затем он выбрасывает какое-либо количество пальцев, а ребенок должен показать те же пальцы на своей правой руке.</p>
<b>Занятие 34-36</b>	
№Сфера развития	
1. Развитие внимания	<p>Упражнение</p> <p><b>«Запутанные руки-2».</b> Вместо передачи мяча дети по очереди хлопают руками по коленкам сидящих рядом. Первая рука стучит один раз, вторая — два раза, следующая за ней — снова один раз и т.д.</p>
2. Общий двигательный репертуар	<p><b>«Перекрестный шаг»</b> Дети идут вдоль линии, перешагивая ее то одной ногой, то другой.</p>
3. Игры с мячом	<p><b>«Игры в кругу»</b> Взрослый произносит слово и кидает мяч, а ребенок ловит мяч и называет слово, связанное со словом взрослого. Например, взрослый говорит: «Небо», а ребенок отвечает «Облако» кидает мяч.</p>
4. Растяжки	<p><b>«Флюгер-1».</b> Сидя, скрестить ноги, спина прямая; руки за голову. Ребенок выполняет свободные повороты налево-направо, по возможности максимально скручивая позвоночник.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>а) Голова поворачивается в ту же сторону, то и тело.</li> <li>б) Голова поворачивается в противоположную сторону от тела, а язык поворачивается в ту же сторону, что и голова.</li> </ol> <p>Ребенок следит взглядом за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз.</p>
5. Глазодвигательный репертуар	<p><b>«Геометрические фигуры-2»</b> С этого занятия разделительная линия не рисуется. Ребенок при рисовании двумя руками одновременно должен сам ориентироваться, где</p>
6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность	<p>руками одновременно должен сам ориентироваться, где</p>

- правая часть листа, а где левая. Двумя руками одновременно (правой рукой справа, левой рукой слева) ребенок рисует и раскрашивает геометрические фигуры: два квадрата, два круга, два треугольника. Каждую фигуру нужно обвести несколько раз.
7. Мелкая моторика **«Пальчики здороваются»** Подушечки пальцев соприкасаются и нажимают друг на друга («здороваются»). Сначала работает ведущая рука, потом неведущая, затем обе руки сразу. После этого здороваются большой и указательный пальцы правой руки и большой палец и мизинец – левой и т.д. (от мизинца к большому пальцу на одной руке и от большого к мизинцу- на второй).

## Занятие 37-42

- |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| №Сфера развития                                  | Упражнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 1. Развитие внимания                             | <b>«Правильно-неправильно-1».</b> Педагог говорит: «Сейчас я буду называть части правильно, а показывать неправильно, вы должны делать правильно, то есть так, как говорю». Затем психолог, например, кладет руки на плечи, а говорит «колени». Дети должны положить руки на колени.                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 2. Общий двигательный репертуар                  | <b>«Перекрестные и односторонние движения»</b> Дети идут по кругу, высоко поднимая ноги, согнутые в колене, и дотрагиваются рукой до правой ноги, а левой рукой до левой ноги. Затем они дотрагиваются левой рукой до правой ноги, а правой рукой до левой ноги. Взрослый прохлопывает каждый шаг. Ритм можно ускорять.                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 3. Игры с мячом                                  | <b>«Игры в кругу»</b> Ребенок кидает мяч назад, не поворачиваясь, а взрослый или другой ребенок ловит мяч сзади. Игроки меняются местами поочередно.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4. Растяжки                                      | <b>«Флюгер-2».</b> Встать на колени, спина прямая; руки за голову. Ребенок выполняет свободные повороты налево-направо, по возможности максимально скручивая позвоночник.<br>А) Голова поворачивается в ту-же сторону, что и тело.<br>Б) Голова поворачивается в противоположную сторону от тела, а язык поворачивается в ту же сторону, что и тело.                                                                                                                                                                                                                           |
| 5. Глазодвигательный репертуар                   | И.п.- то же. Задача ребенка самостоятельно рисовать в воздухе крест каким-нибудь предметом, следить за ним взглядом и двигать при этом языком в том же направлении. Упражнение выполняется на трех уровнях: 1) на расстоянии вытянутой руки;<br>2) на расстоянии согнутой в локте руки;<br>3) около переносицы.<br>При этом при движении от центра вправо предмет должен находиться в правой руке. Над переносицей, при движении предмета влево, он перехватывается левой рукой. Движение вверх и вниз осуществляется попеременно двумя руками.<br>Время выполнения 4-6 минут. |
| 6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой | <b>«Геометрические фигуры-2».</b> С этого занятия разделительная линия не рисуется. Ребенок при рисовании двумя руками одновременно должен сам ориентироваться, где правая часть листа, а где левая. Двумя руками одновременно (правой рукой справа, левой рукой слева) ребенок рису-                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

ет и раскрашивает геометрические фигуры: два квадрата, два круга, два треугольника. Каждую фигуру нужно обвести несколько раз.

#### 7. Мелкая моторика

##### «Здравствуй»

Здравствуй, солнце золотое!

Здравствуй, небо голубое!

Здравствуй, вольный ветерок!

Здравствуй, маленький дубок!

Мы живем в одном краю-

Всех я вас приветствую!

(Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками. )

### Занятие 43-46

#### №Сфера развития

#### Упражнение

##### 1. Развитие внимания

«**Правильно-неправильно-2**». Упражнение проводится так же, как предыдущее, однако теперь дети должны делать так, как педагог показывает, а не говорит (педагог делает правильно, а говорит неправильно)

##### 2. Дыхательные упражнения

Ребенок садится, прислонившись спиной к стене. На вдохе он поднимает правую руку, удерживает позу, задерживает дыхание на выдохе — опускает правую руку вниз, а левую поднимает вверх, удерживает позу, задерживая дыхание, затем на вдохе — меняет руки местами и т.д. Упражнение выполняется 5-8 раз. Отсчет: вдох, выдох-10 хлопков, задержка дыхания- 5 хлопков.

##### 3. Общий двигательный репертуар

«**Голова-шея-руки**». Дети вращают головой, качают ею в разные стороны, поднимают- опускают плечи (вместе и по отдельности), а также совершают вращательные движения: руки поднимаются вверх и падают, затем вращаются в плечевом суставе вместе и по отдельности.

##### 4. Игры с мячом

«**Игры в кругу**». Взрослый кидает мяч и называет месяц, а ребенок ловит мяч и говорит, к какому времени года относится этот месяц.

##### 5. Глазодвигательный репертуар

Упражнение выполняется так же, как в занятии 13, но исходное положение другое. Ребенок сидит у стены, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются. Рот открыт.

##### 6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность

«**Восьмерки-1**». Разделительная линия не проводится. Ребенок рисует две восьмерки (сначала вертикальные, затем горизонтальные)- слева и справа. Правая и левая восьмерки не должны пересекаться в центре, а также должны быть равными.

##### 7. Мелкая моторика

##### «Слон»

В зоопарке стоит слон.

Уши, хобот, серый он.

Головой своей кивает,

Будто в гости приглашает.

(Ладонь на себя. Средний палец опущен. С одной стороны он зажат мизинцем и безымянным, а с другой – указательным и большим. Шевелить средним пальцем. Качаем всей кистью.)

## Занятие 47-49

### №Сфера развития

1. Развитие внимания

2. Дыхательные упражнения

3. Общий двигательный репертуар

4. Растяжки

5. Глазодвигательный репертуар

6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность

7. Мелкая моторика

### Упражнение

**«Найди и обведи фигуру»** Ребенку предлагается бланк с набором различных фигур. Задача - найти среди них все треугольники и обвести их в круг как можно быстрее.

Ребенок садится на пятки, спина прямая, руки расставлены в стороны — правая рука согнута в локте, а левая рука прямая, — при этом обе руки смотрят влево. На вдохе руки описывают полукруг через верх и на задержке дыхания останавливаются в позе - обе руки смотрят вправо: правая рука прямая, а левая согнута в локте. На выдохе: руки описывают полукруг через и останавливаются в первоначальной позе и т.д. Упражнение выполняется 5-8 раз. Отсчет: вдох, выдох- 10 хлопков, задержка- 5 хлопков.

**«Подвижная поясница»** В положении стоя дети выпячивают живот, прячут его назад, затем делают вращательные движения тазом.

**«Флюгер-3».** Необходимо встать, спина прямая; руки за голову. Ребенок выполняет свободные повороты налево-направо, по возможности максимально скручивая позвоночник.

А) Голова поворачивается в ту-же сторону, что и тело.

Б) Голова поворачивается в противоположную сторону от тела, а язык поворачивается в ту-же сторону, что и тело.

Ребенок сидит у стены, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются. Рот открыт. Ребенок следит за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз.

**«Восьмерки-1»** Разделительная линия не проводится. Ребенок рисует две восьмерки (сначала вертикальные, затем горизонтальные)- слева и справа. Правая и левая восьмерки не должны пересекаться в центре, а также должны быть равными.

**«Крокодил»**

Крокодил плывет по речке,

Выпучив свои глаза.

Он зеленый весь, как тина,

От макушки до хвоста.

(Ладонь выставлена вперед горизонтально столу. Большой палец под ладонью. Указательный и мизинец согнуты – это глаза-и прижаты соответственно к среднему и безымянному пальцу.)

## Занятие 49

### №Сфера развития

1. Развитие внимания

2. Дыхательные упражнения

### Упражнение

**«Охота на фигуры».** Ребенку предлагается бланк с набором различных фигур. Задача ребенка — как можно быстрее все квадраты зачеркнуть, а все круги подчеркнуть.

Ребенок садится на пятки, спина прямая, прямые руки расставлены в стороны. Кисти сжаты в кулаки, кроме больших пальцев. Один палец смотрит вниз, а другой вверх. С вдохом пальцы меняются местами, с выдохом – опять меняются местами и т.д. На задержке – удержание позы. Упражнение выполняется 5-8 раз. Отсчет: вдох, выдох- 10 хлопков,

- задержка дыхания- 5 хлопков.
3. Общий двигательный репертуар  
**«Равновесие»** Дети встают на одну ногу и стоят 10 секунд, затем меняют ногу. Педагог берет яркий предмет и водит его перед глазами участников (вверх, вниз, вправо, влево, по наклонной плоскости). Задача детей – следить за предметом глазами, но при этом не упасть.
4. Растяжки  
**«Маятник»** Ребенок, сидя на коленях и пятках, наклоняется вперед, пока лоб не будет лежать на полу. Руки ладонями вверх положить вдоль туловища, кисти рядом со стопами. Вернуться медленно в исходное положение. Затем постепенно опускаться назад (стараясь дотронуться до пола), сначала опираясь на локти, а затем на голову. Руки свободно лежат вдоль туловища. Не спеша, в обратном порядке вернуться в исходное положение.
6. Глазодвигательный репертуар  
 Ребенок сидит без опоры на стену, спина прямая, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются. Рот открыт, язык высунут. Задача ребенка самостоятельно рисовать каким-либо предметом в воздухе восьмерку, следя за предметом глазами и двигая языком в направлении, противоположном направлению глаз. Делать это надо сначала левой рукой (надо нарисовать горизонтальную восьмерку), потом правой рукой (вертикальную восьмерку). Затем наоборот: левой рукой рисуется вертикальная восьмерка, правой рукой горизонтальная. Упражнение выполняется на трех уровнях:  
 1) на расстоянии вытянутой руки;  
 2) на расстоянии согнутой в локте руки;  
 3) около переносицы. Время выполнения 4-6 минут.
7. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность  
**«Дом»** Разделительной линии уже нет. Надо приготовить несколько разноцветных карандашей. Ребенок рисует два дома: слева и справа. Обязательно с окнами, дверью. Можно внутри со шторами. Важно, чтобы дом выглядел так, как будто в нем кто-то живет. Домики надо раскрасить.
8. Мелкая моторика  
**«Кошка»**  
 А у кошки ушки на макушке,  
 Чтобы лучше слышать мышь в ее норушке.  
 (Средний и безымянный пальцы упираются в большой. Указательный и мизинец подняты вверх)

## Занятие 50

- №Сфера развития  
 1. Развитие внимания  
 Упражнение  
**«Найди и обведи букву»** Ребенку предлагается бланк с набором различных букв. Задача ребенка — найти все буквы «А» в бланке и обвести их как можно быстрее.
2. Дыхательные упражнения  
 Ребенок стоит, спина прямая, прямые руки вытянуты вперед, одна ладонь смотрит вниз, а другая вверх. На вдохе ладони переворачиваются одна вверх, а другая вниз; на выдохе – опять переворачиваются и т.д. На задержке дыхания — удержание позы. Упражнение выполняется 5-8 раз. Отсчет: вдох, выдох- 10 хлопков, задержка-5 хлопков.
3. Общий двигательный репертуар  
**«Рисуем и пишем в воздухе»** Дети рисуют или пишут в воздухе сначала всей рукой, потом только предплечьем, затем только кистью фигуры, цифры, слова, предложения.

4. Глазодвигательный репертуар
- Ребенок стоит посередине комнаты, ни на что, не опираясь, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, вытянуты. Задача ребенка самостоятельно рисовать в воздухе крест каким-нибудь предметом, следить за ним взглядом и двигать при этом языком в том же направлении. Упражнение выполняется на трех уровнях:
- 1) на расстоянии вытянутой руки;
  - 2) на расстоянии согнутой в локте руки;
  - 3) около переносицы.
- При этом при движении от центра вправо предмет должен находиться в правой руке. Над переносицей, при движении предмета влево, он перехватывается левой рукой. Движение вверх и вниз осуществляется попеременно двумя руками. Время выполнения 4-6 минут.
5. Базовые сенсомоторные взаимодействия
- «**Хождение у стены-2**». Глаза смотрят в стену, а язык двигается в сторону шагающей руки. Затем, наоборот, язык неподвижен, а глаза смотрят в сторону шагающей руки.
6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность
- «**Восьмерки-2**». Ребенок рисует двумя руками одновременно две восьмерки: правой рукой вертикальную, а левой рукой – горизонтальную. Разделительная линия не ставится.
7. Мелкая моторика
- «**Пусть отдохнут пальчики**» Дети поглаживают подушечками пальцев поверхность стола и говорят:
- Меж еловых мягких лап (стучат пальцами по столу),  
 Дождик кап-кап-кап (поочередно всеми пальцами раскрытых кистей),
- Где сучок давно засох,  
 Серый мох-мох-мох (поднимают руки над столом, сжимают-разжимают кулаки),  
 Где листок к листку прилип,
- Вырос гриб, гриб, гриб (указательным пальцем правой руки касаются поочередно всех пальцев левой руки),  
 Кто нашел его, друзья? (сжав все пальцы левой руки, кроме мизинца, показывают его),  
 Я, я, я, я!!!

## Занятие 51-52

- №Сфера развития
1. Развитие внимания
- Упражнение
- «**Найди и зачеркни букву**» Ребенку предлагается бланк с набором различных букв. Задача ребенка – найти все буквы «С» в бланке и зачеркнуть их как можно быстрее.
2. Дыхательные упражнения
- Ребенок стоит с опущенными руками и головой, на вдохе медленно поднимает расслабленные руки и голову вверх, постепенно «растягивая» все тело (не отрывая пятки от пола); задерживает дыхание. На выдохе - постепенно расслабляя тело, опускает руки и голову, сгибается в пояснице; задерживает дыхание.
3. Общий двигательный репертуар
- «**Полоса препятствий**» Дети идут по линии, затем перешагивают через формы, затем прыгают с одной формы на другую, потом прыгают на одной ноге, затем приседают и под-

- прыгивают и т.д.
4. Игры с мячом  
**«Катаем мяч»** Ребенок должен наклониться вперед и, подталкивая мяч поочередно пальцами правой и левой руки, катить его вокруг стоп (описывая восьмерку- вправо, влево)
5. Растяжки  
**«Потягивание»** Ребенок стоит. Ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулак, большие пальцы внутри ладоней; кулаки прижаты к низу живота. Поднять кулаки к плечам и прогнуться в спине, разводя плечи и запрокидывая голову. Потянуться вверх, распрямляя руки и поднимаясь на носки, постепенно напрягая все тело, как «струнку» (представьте, что вы только что проснулись и сладко потягиваетесь). Вернуться в и. п., выполняя движения в обратном порядке.
6. Глазодвигательный репертуар  
 Упражнение выполняется так же, как в занятии 17, однако ребенок следит взглядом за предметом, при этом двигая языком в направлении, противоположном движению глаз.
7. Базовые сенсомоторные взаимодействия  
**«Хождение у стены-3».** Глаза смотрят в сторону шагающей руки, а язык двигается в противоположную от глаз сторону. Затем, наоборот, язык двигается в сторону шагающей руки, а глаза смотрят в противоположную сторону от языка.
8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность  
**«Восьмерки-3».** Ребенок рисует двумя руками две восьмерки, как на прошлом занятии, но теперь, наоборот, правой рукой – горизонтальную, а левой рукой — вертикальную.
9. Мелкая моторика  
**«Отдыхают руки»** Для этого предлагается такое упражнение:  
 На двери висит замок. (Руки сцеплены в замок),  
 Кто его открыть бы мог? (Пытаются разъединить руки),  
 Повертели, покрутили (Вертят и крутят руками),  
 Постучали и открыли. (Выполняют действия).

#### Занятие 53-54

##### №Сфера развития

1. Развитие внимания  
 Упражнение  
**«Охота на буквы-1 ».** Ребенку предлагается бланк с набором различных букв. Задача ребенка – как можно быстрее обвести в бланке все буквы «П», зачеркнуть все буквы «Д», подчеркнуть все буквы «О».
2. Дыхательные упражнения  
 Ребенок стоит, спина прямая, руки прямые смотрят влево. На вдохе руки описывают полукруг через верх и останавливаются в позе — обе руки прямые смотрят вправо. Дыхание при этом задерживается. На выдохе руки описывают полукруг через низ и останавливаются в первоначальной позе и т.д. Упражнение выполняется 5-8 раз. Отсчет: вдох, выдох- 10 хлопков, задержка дыхания- 5 хлопков.
3. Общий двигательный репертуар  
**«Гусеница»** Дети изображают гусеницу. Прямые руки и ноги стоят близко друг к другу. Затем руки убегают, а ноги стоят, потом ноги догоняют, а руки ждут.
4. Игры с мячом  
**«Чеканка»** Ребенок ударяет большим мячом об пол одной и двумя руками. При этом он сначала стоит на месте, затем продвигается вперед.  
**«Упражнение с теннисным мячом».** Ребенок кидает теннисный мяч об стенку одной рукой, стоя на одной ноге, и ловит его одной рукой.

5. Растяжки
- «Скручивание корпуса» И.п. ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, стопы параллельны друг другу. Тело полностью расслаблено. Скручивать тело вправо и влево, захлестывая расслабленные руки за спину. Подошвы ступней полностью, не отрываясь при поворотах, касаются пола; позвоночник — вертикальная неподвижная ось вращения. Голова сначала неподвижна, затем поворачивается вместе с руками, потом — в противоположную от рук сторону.
6. Глазодвигательный репертуар
- Ребенок стоит посередине комнаты, ни на что не опираясь, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, вытянуты. Задача ребенка самостоятельно рисовать каким-либо предметом в воздухе восьмерку, следя за предметом глазами и двигая языком в направлении, противоположном движению глаз. Делать это надо сначала левой рукой (надо нарисовать горизонтальную восьмерку), потом правой рукой (вертикальную). Затем, наоборот: левой рукой рисуется вертикальная восьмерка, правой — горизонтальная. Упражнение выполняется на трех уровнях:
- 1) на расстоянии вытянутой руки;
  - 2) на расстоянии согнутой в локте руки;
  - 3) около переносицы. Время выполнения 4-6 минут.
8. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность
- «Дуги-1». Ребенок рисует одновременно правой рукой дугу, выгнутую вверх, а левой рукой дугу, выгнутую вниз.
9. Мелкая моторика
- «Змейки». Дети совершают волнообразные движения поочередно каждым пальцем сначала на одной руке, затем на другой, затем обеими руками вместе.

### Занятие 55-56

- |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| №Сфера развития                | Упражнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 1. Развитие внимания           | «Охота на буквы-2 » Ребенку предлагается бланк с набором различных букв. Задача ребенка – как можно быстрее обвести в бланке все буквы «Б», зачеркнуть все буквы «Т», подчеркнуть все буквы «И».                                                                                                                                                        |
| 2. Дыхательные упражнения      | Ребенок стоит, спина прямая, прямые руки расставлены в стороны. Кисти сжаты в кулаки, кроме больших пальцев. Один палец смотрит вниз, а другой вверх. На вдохе пальцы меняются местами и т.д. На задержке дыхания — удержание позы. Упражнение выполняется 5-8 раз. Отсчет: вдох, выдох-10 хлопков, задержка дыхания- 5 хлопков.                        |
| 3. Растяжки                    | «Бабочка» Сидя на полу. Захватить сложенные подошвами стопы руками, сплетенными в замок, колени в стороны. Пятки должны быть как можно ближе к ягодицам, мышцы бедер расслаблены. Движение бедрами ног подобно взмахам крыльев бабочки.                                                                                                                 |
| 4. Глазодвигательный репертуар | Ребенок стоит посередине комнаты, ни на что не опираясь, голова неподвижна. Ноги и руки прямые, вытянуты. Задача ребенка самостоятельно рисовать каким-либо предметом в воздухе восьмерку, следя за предметом глазами и двигая языком в направлении, противоположном движению глаз. Делать это надо сначала левой рукой (надо нарисовать горизонтальную |

восьмерку), потом правой рукой (вертикальную). Затем, наоборот: левой рукой рисуется вертикальная восьмерка, правой — горизонтальная. Упражнение выполняется на трех уровнях:

1) на расстоянии вытянутой руки;

2) на расстоянии согнутой в локте руки;

3) около переносицы. Время выполнения 4-6 минут.

5. Базовые сенсомоторные взаимодействия **«Цыганочка»** И. п.— поставить ноги на ширине плеч, руки опущены. Дотронуться правой рукой до поднятого левого колена, вернуться в и. п., затем сзади дотронуться левой рукой до правой **пятки** (согнутая в колене правая нога отводится назад). Вернуться в и.п. Повторить соответственно для левой руки и правого колена и правой руки и левой пятки. Повторить весь **цикл** 3 раза.

9. Мелкая моторика **«Крестики»**. Перекрещиваются указательный и средний пальцы, затем средний и безымянный, безымянный и мизинец поочередно сначала на одной руке, потом на другой и, наконец, на обеих руках.

### Занятие 57-58

- | №Сфера развития                                                              | Упражнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Развитие внимания                                                         | <b>«Таблицы Шульте»</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 2. Дыхательные упражнения                                                    | Ребенок кладет одну руку на грудь или живот и акцентирует внимание на том, как на вдохе рука поднимается, а на выдохе — опускается. Затем в такт с дыханием другой рукой он показывает, как дышит (на вдохе рука поднимается до уровня груди, а на выдохе — опускается). Далее ребенок должен плавно и медленно поднимать и опускать руку или обе руки одновременно в такт дыханию, но уже на определенный счет (на 8, на 12). |
| 3. Общий двигательный репертуар                                              | <b>«Канатоходец»</b> .                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 4. Игры с мячом                                                              | <b>«Мяч по кругу»</b> Ребенок ведет вокруг себя большой мяч, поворачиваясь вокруг своей оси, чеканя мяч поочередно то правой рукой, то левой.                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 5. Глазодвигательный репертуар                                               | Ребенок смотрит прямо перед собой. Начинается отработка движений глаз по четырем основным направлениям: вверх, вниз, направо, налево — и четырем вспомогательным: по диагоналям, к себе (сведение глаз к центру) и от себя.                                                                                                                                                                                                    |
| 6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность | <b>«Квадрат и круг-1»</b> Ребенок рисует одновременно правой рукой квадрат, а левой рукой круг.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 7. Мелкая моторика                                                           | <b>«Щелчки»</b> Щелканье пальцами, сначала одной рукой, потом другой, затем обеими вместе. На втором этапе попеременно то одной рукой, то другой.                                                                                                                                                                                                                                                                              |

### Занятие 59-60

- | №Сфера развития           | Упражнение                                                                                                                                                      |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Развитие внимания      | <b>«Таблицы Шульте»</b>                                                                                                                                         |
| 2. Дыхательные упражнения | И. п.— встать, ноги на ширине плеч, руки опущены, ладони обращены вперед. На быстром вдохе руки притягиваются к подмышкам ладонями вверх. На медленном выдохе — |

опускаются вдоль тела ладонями вниз. Такой тип дыхания оказывает мощное мобилизующее действие, быстро снимает психоэмоциональное напряжение.

3. Растяжки  
«**Линейные растяжки**» Лежа на спине. Ребенок (сначала с вашей помощью) растягивает все тело, потягиваясь одновременно двумя руками и ногами; затем — только правой стороной тела (рука, бок, нога), потом — только левой. Спина при этом не должна напрягаться и выгибаться. На выдохе — расслабление. Спросите его о том, вытянулись ли его спина, руки и ноги.
4. Глазодвигательный репертуар  
Руки (опущенные, поднятые в стороны или вверх) сжаты в кулаки, большой палец вытянут. Движения глаз сочетаются с одновременным поворотом рук в ту же сторону, что и глаза, затем — в противоположную. То же со ступнями ног в положении лежа и сидя.
5. Базовые сенсомоторные взаимодействия  
Встать у стены, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Ребенок передвигается вдоль стены на 3 — 5 м вправо, а затем — влево. Сначала двигаются одноименные, а потом противоположные рука и нога: а) руки и ноги параллельны; б) руки перекрещены, ноги параллельны; в) ноги перекрещены, руки параллельны; г) руки перекрещены, ноги перекрещены.  
В более сложном варианте это упражнение выполняется с вытянутыми вверх руками; ребенок при этом смотрит прямо перед собой или закрывает глаза.
6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность  
«**Квадрат и круг-2**». Ребенок рисует одновременно правой рукой круг, а левой рукой квадрат.
7. Мелкая моторика  
«**Собери бусы**» Нанизывание деревянных бусинок на нитку.

### Занятие 61-62

- №Сфера развития  
1. Развитие внимания  
Упражнение  
«**Птица, рыба, зверь...**». Дети стоят в кругу. Первый ребенок называет птицу, а изображает в это время рыбу, следующий называет рыбу, а изображает зверя, следующий за ним называет зверя, а изображает птицу и т.д. Сделавший ошибку выбывает из игры.
2. Дыхательные упражнения  
На медленном вдохе руки плавно разводятся в стороны и поднимаются вверх (или в стороны и к груди) — «протягивающее движение». На выдохе — «отталкивающее движение» — опускаются вдоль тела ладонями вниз.
3. Общий двигательный репертуар  
«**Перекрестный шаг**».
4. Игры с мячом  
«**Передай мяч**» Дети строятся в линию друг за другом. Тот, кто стоит первым, бросает мяч назад, не оборачиваясь. Следующий за ним должен поймать мяч и, бросив его себе под ноги, перепрыгнуть через мяч. Следующий ловит мяч и опять кидает его, не оборачиваясь и т.д. Затем дети разворачиваются в другую сторону и продолжают игру.

- |                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5. Глазодвигательный репертуар                                               | Слежение за предметом, перемещаемым по воображаемому контуру круга, овала, треугольника, квадрата, восьмерки, знака бесконечности, синусоиды и т.д.: на расстоянии вытянутой руки, на расстоянии локтя и около переносицы.                                                                                                                                                                                                                                        |
| 6. Базовые сенсомоторные взаимодействия                                      | Прыжки на месте на двух ногах:<br>а) чередование прыжков: ноги врозь (предмет, например мяч, лежит на полу, между стопами ног) и ноги вместе (предмет — то у носков, то у пяток ног);<br>б) чередование прыжков ноги врозь и ноги перекрестно, поочередно правая и левая нога впереди (предмет, например гимнастическая палка, лежит между стопами ног).<br>Это же упражнение выполняется с движением рук в ту же сторону, что и ноги, затем — в противоположную. |
| 7. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность | «Заяц». Рисование обеими руками.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 8. Мелкая моторика                                                           | «Выкладывание узора» Дети выкладывают узор из мелких деталей.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

#### Занятие 63-64

- |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| №Сфера развития                 | Упражнение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 1. Развитие внимания            | «Четыре стихии» Дети сидят (стоят) в кругу. Педагог договаривается с ними, что, если он скажет слово <i>земля</i> , все должны опустить руки вниз (присесть; произнести слово, относящееся к земле, например <i>трава</i> ; изобразить <i>змею</i> ). Если сказано слово <i>вода</i> , надо вытянуть руки вперед (изобразить <i>волны</i> , <i>водоросли</i> ; сказать <i>водопад</i> и т. п.); при слове <i>воздух</i> — поднять руки вверх (встать на носочки; изобразить <i>полет птицы</i> ; сказать <i>солнце</i> ); при слове <i>огонь</i> — произвести вращение рук в лучезапястных и локтевых суставах (повернуться кругом; изобразить <i>костер</i> ; сказать <i>саламандра</i> и т.п.). |
| 2. Дыхательные упражнения       | Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. Со вдохом поднять левую кисть вверх, одновременно опуская правую вниз (движение только в лучезапястном суставе). С выдохом левая кисть идет вниз, правая — вверх.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 3. Общий двигательный репертуар | «Равновесие» Дети встают на одну ногу и стоят 10 секунд, затем меняют ногу. Психолог берет яркий предмет и водит его перед глазами участников (вверх, вниз, вправо, влево, по наклонной плоскости). Задача детей – следить за предметом глазами, но при этом не упасть.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4. Растяжки                     | «Звезда» Лежа на животе. Ребенок ложится в позу «звезды» — слегка разведя руки и ноги, а затем выполняет растяжки аналогично предыдущим, но не линейные, а диагональные. Оттягивается пятка правой ноги и левая рука по диагонали, при этом левая нога и правая рука расслаблены. Расслабиться на выдохе. Затем то же выполняется по другой диагонали.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 5. Глазодвигательный репертуар  | Рисование в воздухе перед собой знака бесконечности ∞ (центр знака — напротив переносицы). Сначала психолог                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

плавно передвигает одну руку ребенка, начиная из центра вверх, обводя три раза воображаемый знак бесконечности. Ребенок должен внимательно следить за кончиками пальцев своей руки, не мигая, не отводя взгляда и не задерживая дыхания. Затем то же — другой рукой и двумя руками, сцепленными в замок. Далее можно варьировать размеры знака и то расстояние, на котором он рисуется.

6. Базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность  
«Кот» Рисование обеими руками.
7. Мелкая моторика  
«Плетение кос» Дети плетут косы из веревки.

### Список литературы

- 1.Трясорукова Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика»
2. Гимнастика Мозга. Книга для педагогов и родителей. Деннисон П.И. и Деннисон Г.И. Москва. 2017 г.
3. Шанина Г. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., ВНИИФК, 2018.
4. Ханнафорд. К. Мудрое движение, или мы учимся не только головой. М., «Восхождение», 2018.
- 5.Брейн Джим «Гимнастика мозга»
6. Назаревская Т.Н. «Звуковые нейроупражнения. 24 таблички»
7. Назаревская Т.Н. «Смотри и повторяй», 45 карточек для развития мозга.
8. Источник: <http://logoportal.ru/statya-18172.html>

