

**Коррекционно-развивающая программа**  
**«Зарядка для ума»**  
**(адресована детям 5-6 лет,**  
**срок реализации 1 год)**

**Автор-составитель:**

Иванова Наталья Владимировна,  
педагог-психолог  
МБДОУ «Центр развития ребёнка –  
детский сад № 57 «Алёнушка»  
города Рубцовска

**Контактная информация:**

658222, Алтайский край,  
г. Рубцовск, ул. Северная, 27  
**Телефон/факс:** 8(38557) 2-63-20  
8(38557) 2-63-21

**Эл. почта:** [vvknatalia@mail.ru](mailto:vvknatalia@mail.ru)

**Срок реализации:** 2013- 2017уч.г.

**Год разработки:** 2020

г. Рубцовск, 2023г.

## СОДЕРЖАНИЕ

Аннотация	3
1. Пояснительная записка	4
1.1. Актуальность	4
1.2. Вид и тип программы	5
1.3. Цели и задачи программы	5
1.4. Описание участников программы	5
1.5. Сроки, этапы, формы реализации программы	7
1.6. Научные, методологические и методические основания программы	7
1.7. Требования к специалистам, реализующим программу	9
1.8. Перечень необходимых методических, материально-технических и информационных ресурсов	9
1.9. Ожидаемые результаты	10
1.10. Критерии оценки достижения планируемых результатов	13
1.11. Система организации внутреннего контроля	14
1.12. Ответственность, права и обязанности участников программы	15
1.13. Структура коррекционно-развивающего занятия	15
1.14. Сведения о практической апробации	18
2. Учебно-тематический план	24
3. Содержание программы	26
4. Литература	90
5. Приложение 1. Образцы раздаточного и наглядного материала	
6. Приложение 2. Пакет диагностических материалов	
7. Приложение 3. Видео и фотоматериалы представлены в видеоролике «Коррекционно-развивающая программа «Зарядка для ума»	

## АННОТАЦИЯ

Коррекционно-развивающая программа «Зарядка для ума» направлена на коррекцию интеллектуального развития детей 5-6 лет, имеющих тяжёлые нарушения речи.

Одним из актуальных направлений внедрения инновационных технологий в коррекционный процесс является использование нейропсихологических методов.

Гимнастика по утрам – это необходимый атрибут хорошего самочувствия на весь день и здоровья человека. Регулярные занятия физкультурой благоприятно сказываются на общем состоянии организма. Но в этом нуждается не только наше тело, но и мозг, которому также нужна тренировка. Именно с этой целью проводится нейродинамическая гимнастика – комплекс упражнений, направленный на активацию работы левого и правого полушарий. При этом наибольшая эффективность работы мозга достигается только в том случае, когда активны оба полушария. В связи с этим основной задачей для настройки мозга к работе является восстановление связи и баланса активности между полушариями. С помощью специально подобранных упражнений можно скоординировать работу правого и левого полушарий, тем самым способствовать развитию взаимодействия тела и интеллекта.

**Цель Программы:** развитие психических процессов и активизация речевой деятельности у дошкольников посредством использования нейропсихологических методов работы.

Предлагаемый материал стимулирует развитие внимания, памяти и мыслительной деятельности; улучшает моторику, как мелкую, так и крупную; увеличивает интенсивность развития речи; благоприятно сказывается на процессе письма и чтения; снижает утомляемость и повышает продуктивную работоспособность. Во время регулярных занятий происходит стабилизация эмоционального фона, раскрытие внутреннего потенциала ребёнка, повышение уровня самооценки. Варианты и раздаточный материал к занятиям даны в приложении. Цикл занятий рассчитан на 7 месяцев, общее количество занятий с детьми - 55.

Программа может быть использована в работе педагогами-психологами, учителями-дефектологами, учителями-логопедами, а также воспитателями, участвующим в обучении и воспитании детей с ТНР в образовательных учреждениях, в семье, различных социальных центрах.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В условиях реализации федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования каждой образовательной организации необходимо обеспечить систему мер направленных на решение задач сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей. Одной из главных задач дошкольных учреждений является коррекция отклонений в развитии ребенка с особыми возможностями здоровья.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что с каждым годом в дошкольных организациях увеличивается количество детей с тяжелыми нарушениями речи, которые нуждаются в специализированной помощи. Таким детям необходим этап специальной стимуляции психического развития для созревания зон мозга, ответственных за основные двигательные, речевые навыки, элементарные мыслительные операции, память и эмоции. Нейропсихологическая коррекция представляет собой наиболее эффективный на сегодняшний день метод.

Приступать к выполнению гимнастики для мозга необходимо в дошкольном возрасте, так как этот возраст считается временем интенсивного становления структур головного мозга. Поэтому особенно важно обеспечить полноценные условия для его развития — соответствующую стимуляцию со стороны окружающей среды, освоение и закрепление ребенком новых навыков. Мозг человека состоит из двух полушарий — левого и правого. Они соединены между собой мозолистым телом, через которое и проходит обмен информацией между двумя полушариями. В протекании психических функций принимают участие оба полушария мозга, где каждое выполняет свою роль. Правое полушарие отвечает за воображение, оно позволяет человеку мечтать, воображать, фантазировать и, как следствие, — сочинять и учить наизусть. Левое полушарие отвечает за языковые способности ребёнка, письмо и чтение. Работа обоих полушарий очень важна для человека.

Специфика современной реальности такова, что дети часто предпочитают проводить время за компьютером, с телефоном или перед телевизором, родителям бывает страшно отпустить ребенка одного на улицу. В результате многие дети живут и развиваются в пространственно ограниченном мире, мало двигаются, некоторые из них недостаточно общаются со сверстниками. В связи с этим отдельные зоны мозга лишаются адекватной стимуляции и развиваются хуже.

Нейропсихологические занятия будут эффективны для работы со всеми категориями детей. При высоком уровне развития они будут исполнять роль

развивающих, или абилитационных. Такие занятия не противоречат другим формам врачебного и психолого-педагогического сопровождения и не заменяют их полностью. Они оптимизируют их, создавая фундамент.

**Вид программы:** коррекционно-развивающая.

**Тип программы:** авторско-составительская.

**Цель:** развитие психических процессов и активизация речевой деятельности у дошкольников посредством использования нейропсихологических методов работы.

**Задачи:**

Повысить умственную работоспособность, концентрацию внимания.

Активизировать развитие восприятия ритмических структур, предъявляемых изображений.

Способствовать преодолению недостатков речевого развития.

Повысить способность к выполнению симметричных и асимметричных движений.

Развить координацию двуручных движений, мелкую и крупную моторику.

Активизировать развитие слухоречевой, двигательной, зрительной памяти.

Активизировать развитие мыслительных процессов, повысить способность к быстрому воспроизведению информации.

**Формой осуществления образовательного процесса** является группа в количестве не более 6 человек. Основанием для набора детей в группу является наличие тяжёлых нарушений речи, подтвержденных специалистом.

Противопоказания к применению: эпилепсия, бронхиальная астма, сердечная недостаточность.

**Целевая аудитория** – дети 5-6 лет с тяжёлыми нарушениями речи. Наблюдается достаточно большой запрос со стороны родителей по развитию детей этого возраста. Это станет важнейшей частью подготовки детей к школе. В данный период дети осваивают навыки письма, знакомятся с чтением.

#### **Описание участников программы**

В.И. Лубовский отметил следующие психологические особенности детей с тяжёлыми нарушениями речи:

Недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения.

При относительной сохранности смысловой памяти у детей снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Дети часто забывают сложные инструкции (трех-четырёх ступенчатые), опускают некоторые их элементы, меняют

последовательность предложенных заданий. Нередки ошибки дублирования при описании предметов, картинок.

Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития проявляется в специфических особенностях мышления. Обладая полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными по возрасту, дети отстают в развитии словесно-логического мышления, с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением.

Наряду с общей соматической ослабленностью и замедленным развитием локомоторных функций присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы. У значительной части детей двигательная недостаточность выражается в виде плохой координации сложных движений, неуверенности в воспроизведении точно дозированных движений, снижении скорости и ловкости их выполнения. Наибольшие трудности представляет выполнение движений по словесной и особенно многоступенчатой инструкциям. Типичным является и недостаточный самоконтроль при выполнении задания.

Особенности в формировании мелкой моторики рук. Часто встречается недостаточная координация пальцев кисти руки, недоразвитие мелкой моторики.

Отклонения в эмоционально-волевой сфере. Детям присущи нестойкость интересов, пониженная наблюдательность, сниженная мотивация, негативизм, неуверенность в себе, повышенная раздражительность, агрессивность, обидчивость, трудности в общении с окружающими, в налаживании контактов со своими сверстниками. Отмечаются трудности формирования саморегуляции и самоконтроля.

Указанные особенности в развитии детей с тяжелыми нарушениями речи спонтанно не преодолеваются. Они требуют от педагогов специально организованной коррекционной работы.

#### **Сроки реализации программы:**

- цикл занятий рассчитан на 7 месяцев;
- общее количество занятий с детьми 55;
- занятия проводятся 2 раза в неделю по подгруппам;
- каждое занятие занимает не более 25 минут.

#### **Этапы реализации программы:**

- диагностический (входящая, промежуточная, контрольная диагностика);
- установочный (создание у ребенка и его родителей активной установки на коррекционную работу, формирование мотивов самопознания и

самосовершенствования, снятие тревожности, повышение уверенности в возможности достижения позитивных изменений.

- коррекционно-развивающий – октябрь – апрель;
- этап оценки эффективности коррекционного воздействия.

### **Научные, методологические и методические основания программы**

Методологическую основу Программы составляют наиболее значимые методические рекомендации Семенович А. В., Сиротюк А. Л., Ахутиной Т.В., Пылаевой Н.М., Визель Т.Г.

Теоретической базой нейропсихологического подхода являются: теория развития высших психических функций Л. С. Выготского, учение А. Р. Лурии о 3-х функциональных блоках мозга, теория нейропсихологической реабилитации Цветковой Л. С.

Еще в 30-е гг. прошлого века Л. С. Выготский приводит высказывание известного исследователя в области дефектологии В. Штерна: «Всякий дефект создает стимулы для выработки компенсации». И разворачивает эту идею: «Слабая память, например, выравнивается через выработку внимания, которое становится на службу наблюдательности и воспоминаниям, слабость воли и недостаточность инициативы компенсируется внушаемостью и тенденцией к подражанию» [Выготский, т. 5, 9–10]. И, что важно, Л. С. Выготский указывает, что закон компенсации одинаково приложим и к нормальному, и к осложненному развитию.

По мнению ряда исследователей, в том числе А. В. Семенович, развитие речи на всех этапах невозможно без активизации трехуровневой системы, разработанной в учении А. Р. Лурии о трех функциональных блоках мозга и закономерностях их функционального включения. Первый блок – энергетический – включает подкорковые образования (образования верхнего ствола и лимбической области). Он обеспечивает нормальный тонус коры и ее бодрственное состояние. Второй блок – информационный – включает кору задних отделов больших полушарий, осуществляет: прием, переработку и хранение чувственной информации, получаемой из внешнего мира; является основным аппаратом мозга, осуществляющим познавательные (гностические) процессы. Третий блок – блок регуляции и контроля – включает кору передних отделов больших полушарий (моторную, премоторную и префронтальную области), обеспечивает программирование, регуляцию и контроль человеческого поведения, осуществляет регуляцию деятельности подкорковых образований, регуляцию тонуса и

бодрственного состояния всей системы в соответствии с поставленными задачами деятельности.

Таким образом, применяя в коррекционной практике нейроигровые технологии, мы опираемся на сохранные функции мозга и включаем в работу компенсаторные функции. Нейроигровые технологии представляют собой совокупность специальных методов, направленных на компенсацию повреждённых функций головного мозга. Это технологии, которые активизируя природные механизмы работы мозга действуют на структуру дефекта, тем самым помогают стимулировать развитие ребенка в соответствии с его возможностями, осуществляют максимальным образом коррекцию нарушенных функций, способствуют улучшению эмоционально-волевой сферы. Они содействуют созданию благоприятных условий, для включения ребенка с ограниченными возможностями здоровья в активный познавательный процесс, позволяющие привлечь и удержать внимание детей, создать положительный эмоциональный настрой, вызвать живой интерес к себе и происходящему.

При разработке программы построен алгоритм занятий обязательными компонентами, которого являются:

- упражнения-растяжки или двигательные упражнения;
- дыхательные упражнения;
- метод использования «Нейродорожек»;
- рисование двумя руками.

Новизна данной программы: в продуманном подборе нейродорожек и нейроигр, соответствующих определённой теме.

При разработке программы учитывались следующие методические принципы:

- 1) принцип «нормативности» развития на основе учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей ребенка;
- 2) принцип «коррекции сверху вниз» посредством создания зоны ближайшего развития ребенка;
- 3) принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач;
- 4) принцип единства диагностики и коррекции;
- 5) принцип приоритетности коррекции каузального типа;
- 6) деятельностный принцип коррекции;
- 7) принцип комплексности методов психологического воздействия;

8) принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка к участию в коррекционной программе.

Теоретико-методологической основой данных принципов является культурно-историческая концепция психического развития ребенка в онтогенезе, развиваемая в отечественной психологии в трудах Л.С.Выготского, А.Н.Леонтьева, Д. Б. Эльконина, А. В. Запорожца.

#### **Требования к специалистам, реализующим программу.**

Специалист, реализующий программу, должен иметь специализированное образование, пройти курсовую профессиональную подготовку в рамках обозначенной темы, владеть теоретическими и практическими знаниями в области психологии, коррекционной педагогики, иметь чёткое представление об особенностях психического и (или) физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, о методиках и технологиях организации образовательного и реабилитационного процесса, владеть общей информированностью об особенностях развития и функционирования мозга, первичных нейропсихологических факторах и синдромах.

#### **Перечень необходимых методических, материально-технических и информационных ресурсов, которые необходимы для эффективной реализации программы**

При разработке занятий использовались **методические пособия**:

1. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учебное пособие для высших учебных заведений. — М., 2002.
2. Глоzman Ж.Д. Нейропсихология детского возраста. М.: Изд-во Академия, 2009.

**Выбор места проведения** зависит от задач, это может быть кабинет психолога, интерактивный кабинет или спортивный зал. Помещение для нейропсихологических занятий должно быть достаточно просторным, хорошо освещенным и проветриваемым.

**Материально-техническое обеспечение** заключается в создании надлежащей материально-технической базы, позволяющей обеспечить развивающую среду (стол и стулья, соответствующие росту детей и расположенные у стены, так как основная часть комнаты должна быть свободна для перемещения, мольберт, демонстрационный материал и оборудование).

#### **Материалы и оборудование:**

- коврики по числу участников;
- нейротаблицы, нейролабиринты;
- простые и цветные карандаши;

- листы и заготовки диагностических и развивающих заданий на печатной основе для самостоятельной работы – формат А5, А4;
- наборы предметных, разрезных картинок;
- демонстрационные листы и карточки с заданиями;
- кинезиологические мячи и мешочки;
- массажные мячики;
- нейроскалки;
- балансировочные мостики, дорожки;
- Доска Бильгоу, мишень обратной связи;
- сенсорные тропы, массажные коврики.

Информационная обеспеченность учреждения для реализации программы:

- игротека;
- интернет;
- интернет-сайт ДООУ.

#### **Ожидаемые результаты:**

У воспитанников:

- повысится умственная работоспособность, концентрация внимания;
- улучшится ряд физических навыков (выполнение симметричных и асимметричных движений, соблюдение равновесия и т.д.);
- улучшится координация двуручных движений, мелкая моторика пальцев рук;
- улучшится восприятие ритмических структур, предъявляемых изображений;
- активизируется речевая деятельность;
- улучшится слухоречевая, двигательная, зрительная память;
- активизируются мыслительные процессы, повысится способность к быстрому воспроизведению информации.

#### **Критерии оценки достижения планируемых результатов**

<b>Качественные критерии оценки</b>	<b>Количественные критерии оценки</b>
Регресс дефектов в сфере общей характеристики ребёнка, повышение умственной работоспособности, концентрации внимания	Уменьшение симптомов недоразвития (дефицитарности) психического функционирования ребенка. Соотношение +/- симптомов можно представить количественно в процентах от общего количества возможных симптомов, и тогда

	динамика общей характеристики ребенка выражается следующими показателями: 1) 41%; 2) 20,2%, т. е. 20,8% позитивных изменений.
Регресс двигательных дефектов, улучшение физических навыков, развитие плавных и скоординированных двуручных движений	Положительная динамика качественной характеристики нейропсихологического паттерна от 55,83% до 26,3% представленности симптомов двигательных дефектов.
Регресс гностических дефектов, улучшение восприятия ритмических структур, предъявляемых изображений	Нормализация гностической сферы. Представленность гностических дефектов снизилась после коррекционно-развивающих занятий с 31,5% до 11,87%.
Регресс речевых дефектов, активизация речевой деятельности	Значительная положительная динамика в существенном регрессе обнаруженных при первом обследовании симптомов. Представленность речевых дефектов снизилась с 50,2% до 19,8%.
Регресс мнестических дефектов, улучшение слухоречевой, двигательной, зрительной памяти	Позитивные изменения в характеристике мнестических дефектов. Количество выявляемых симптомов уменьшилось с 50,87% до 21,77% .
Регресс дефектов интеллектуальных функций, активизация мыслительных процессов, повышение способности к быстрому воспроизведению информации	Хорошо сформированные интеллектуальные функции. Представленность дефектов снизилась с 47,67% до 17%.

#### **Система организации внутреннего контроля за реализацией программы**

Контроль за реализацией программы осуществляется администрацией образовательного учреждения путём анализа результатов деятельности. По итогам проведения занятий Программы педагогом-психологом предполагается создание отчета, отражающего качественные и количественные результаты реализации данной Программы, анализ выявленных проблем и перспектив дальнейшей работы.

Вид контроля	Форма	Сроки
Вводный	Диагностика, наблюдение	Сентябрь
Текущий	Наблюдение, открытое занятие для родителей.	Январь
Промежуточный	Диагностика, наблюдение	Декабрь
Итоговый	Диагностика, наблюдение, открытое занятие для родителей, анкетирование родителей.	Май

Оценка эффективности работы по программе «Зарядка для ума»:

- диагностические срезы;
- анализ изменений в поведении и отношении к учебному процессу;
- наличие отзывов родителей и педагогов.

Для оценки достижения результатов рекомендуется использовать пособие Глоzman Ж.М., Соболева А.Е., Титова Ю.О. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — М. : АЙРИС-пресс, 2020.

Балловая оценка позволит определить суммарный балл *дефицитарности* по каждой психической сфере и в целом для ребенка с тем, чтобы объективно оценить степень недоразвития (атипии развития, дефицитарности психического функционирования), объективировать динамику состояния ребенка при лонгитюдном прослеживании в ходе коррекционного воздействия.

Исследуемые параметры	Тесты
<b>1. Общая характеристика ребёнка</b>	<p>Беседа с ответами на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- фамилия, имя, имена родителей?</li> <li>- сколько тебе лет?</li> <li>- где ты живешь?</li> <li>- какое сейчас время года?</li> <li>- в какую группу детского сада ты ходишь?</li> </ul> <p>2. Пробы на латерализацию функций.</p> <p>3. Исследование умственной работоспособности и внимания (корректирующая проба — лист 1 Альбома).</p>

<p><b>2. Исследование движений и действий</b></p>	<p>4. Проба на реципрокную координацию.</p> <p>5. Пробы на динамический праксис (2 серии по 3 движения и графическая проба).</p> <p>6. Пробы на праксис позы пальцев.</p> <p>7. Простые пробы на оральный праксис.</p> <p>8. Копирование 4 простых фигур: круг, квадрат, ромб и треугольник и 3 фигур из теста Денманна.</p>
<p><b>3. Исследование гнозиса</b></p>	<p>9. Узнавание перечеркнутых и наложенных реальных изображений (лист 4 Альбома).</p> <p>10. Узнавание (соединение линиями) пространственно ориентированных простых фигур (модифицированный тест Бентона).</p> <p>11. Оценка и воспроизведение по инструкции простых ритмических структур.</p> <p>12. Идентификация эмоционального состояния (выбор картинки с аналогичной эмоцией) (лист 26 Альбома).</p>
<p><b>4. Исследование речевых функций</b></p>	<p>13. Воспроизведение речевых рядов (порядковый счет до десяти) в прямом и в обратном порядке.</p> <p>14. Называние реальных изображений, в том числе низкочастотных слов (листы 2–3 Альбома).</p> <p>15. Показ пар реальных изображений по слову-наименованию (листы 2–3 Альбома).</p> <p>16. Понимание логико-грамматических отношений (листы 15–17 Альбома).</p>

<b>5. Исследование памяти</b>	17. Запоминание 2 серий из 3 реальных изображений и выбор их из дистракторов (листы 18–20 Альбома). 18. Запоминание серии из 7 слов.
<b>6. Исследование интеллекта</b>	19. Составление рассказа по картинке и серии сюжетных картинок (листы 21–23 Альбома). 20. Пересказ текста с опорой на вопросы (лист 25 Альбома). 21. Проба на исключение понятий (четвертый лишний) (листы 8–13 Альбома). 22. Проба на понимание аналогий (листы 27–28 Альбома).

### **Ответственность, основные права и обязанности участников программы**

«Права участников программы гарантируются Конституцией РФ, Федеральным законом РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Уставом и другими локальными актами образовательного учреждения.

При реализации программы:

*Специалист (ведущий программы)* обязан: организовать и обеспечить надлежащее исполнение услуг; обеспечить охрану жизни и здоровья ребёнка во время оказания услуг; проявлять уважение к личности ребёнка, оберегать его от всех форм физического и психологического насилия, обеспечить условия укрепления нравственного, физического и психологического здоровья ребёнка с учётом его индивидуальных особенностей. Имеет право: по согласованию с администрацией ДОУ изменять график предоставления услуг в случае производственной необходимости.

*Родитель (законный представитель)* имеет право требовать от специалиста предоставления информации по вопросам, касающимся организации и обеспечения надлежащего исполнения услуг. Обязан: извещать специалиста о причинах отсутствия ребёнка на занятиях; проявлять уважение к педагогам, администрации и техническому персоналу; в случае выявления заболевания освободить ребёнка от занятий и принять меры по его выздоровлению.

*Обучающийся* имеет право на защиту своего достоинства; защиту от всех форм физического и психического насилия, оскорбления личности; удовлетворение потребности в эмоционально-личностном общении; получение квалифицированной помощи и коррекцию имеющихся недостатков развития; уважение человеческого достоинства, свободу совести и информации, свободное выражение собственных взглядов и убеждений; добровольное участие в программе педагогов, родителей, а также детей, которые имеют право отказаться от выполнения того или иного упражнения программы. Обязан: соблюдать правила поведения, бережно относиться к имуществу.

### **Структура коррекционно-развивающего занятия**

Коррекционно-развивающие занятия построены таким образом, чтобы обеспечить наиболее полную и разнообразную стимуляцию зон головного мозга. Выполнение упражнений на развитие мелкой моторики, координации, межполушарного взаимодействия, навыков ориентации в пространстве, внимания и самоконтроля, на нормализацию мышечного тонуса является тем запросом со стороны среды, который стимулирует развитие различных мозговых структур. В результате развитие мозга способствует все более сложным процессам научения.

Выделяют два компонента нейропсихологической коррекции:

- 1) двигательная коррекция — служит для стимуляции тех зон коры головного мозга, которые отвечают за регуляцию движений, улучшение межполушарного взаимодействия, развитие ассоциативных связей мозга и пространственных представлений ребенка;
- 2) когнитивная или познавательная коррекция — направлена на развитие познавательных навыков ребенка и преодоление его учебных трудностей.

Двигательная нейропсихологическая коррекция должна проводиться комплексно с когнитивной коррекцией, но по очередности именно двигательная нейрокоррекция первична, поскольку нормальное функционирование мозга и обеспечивает нормальное развитие когнитивных функций. Именно двигательная активность стимулирует вестибулярный аппарат, который в свою очередь стимулирует кору полушарий, ответственную за интеллектуальные функции, как бы сообщая ей, что организм бодрствует и готов к обучению. Благодаря таким упражнениям улучшается кровообращение, в том числе и кровоснабжение мозга, хорошо вентилируются лёгкие, с мозг насыщается кислородом. Вторая часть — задания «за столом», направленные на активизацию и развитие высших психических функций (внимания, мышления, памяти,

воображения и т.д.). В этой части занятия используются различные дидактические игры и упражнения.

В данной Программе используется комплекс специально подобранных упражнений:

- Двигательные упражнения и растяжки.
- Дыхательная гимнастика.
- Глазодвигательные упражнения.
- Упражнения на развитие межполушарных связей.
- Упражнения на развитие познавательных навыков.
- Упражнения на развитие мелкой моторики и зрительно-моторной координации.
- Упражнения на развитие пространственной ориентации.
- Упражнения для релаксации.

#### **Структура занятия:**

1. Растяжка.
2. Дыхательное упражнение.
3. Глазодвигательное упражнение.
4. Упражнения на развитие межполушарных связей.
5. Функциональные упражнения (развитие внимания, памяти, мышления, восприятия, воображения).
6. Мозжечковая стимуляция.
7. Упражнения для развития мелкой моторики рук.
8. Релаксация.

***Двигательные упражнения и растяжки.*** Стабилизируют тонус, способствуют нормализации двигательной координации, помогают регулировать вегетативные нарушения, осваивать пространство своего тела и окружающего пространства.

***Дыхательная гимнастика.*** Способствует правильному снабжению кислородом органов и тканей, выравниванию мышечного тонуса, снижению уровня возбудимости.

***Глазодвигательные упражнения.*** Позволяют расширить зрительное восприятие, способствуют снижению синкинезий (рефлекторных движений, сопутствующих движению другой части тела или конечности).

***Упражнения на развитие межполушарных связей*** используются для согласованной работы полушарий, для развития аналитико-синтетической деятельности мозга, для развития произносительной и понимающей части речи, для улучшения скорости переработки информации.

Межполушарное рисование - одновременные движения обеих рук активируют сразу оба полушария. Создаются новые нейронные связи, а значит, процессы анализа и синтеза информации проходят быстрее. Как следствие, повышается умственная активность и работоспособность.

Кинезиологические упражнения бодрят, тонизируют, буквально заставляют «напрячь мозги».

**Упражнения на развитие познавательных навыков.** Совершенствуют познавательную активность ребенка (внимание, память, мышление, воображение, восприятие).

**Упражнения для мозжечковой стимуляции.** Повышается пластичность головного мозга, появляется возможность улучшить функциональность его базовых структур, как следствие повышается успеваемость ребенка, совершенствуются навыки социальной адаптации, стабилизируется психоэмоциональное состояние (балансировочные доски и платформы, кольцебросами, упражнения на равновесие и т.д.)

**Упражнения на развитие мелкой моторики и зрительно-моторной координации** необходимы, потому что моторные центры (двигательные) и речевые находятся рядом в головном мозге. Вот почему развитие крупной и мелкой моторики стимулирует развитие речи у детей. Упражнения на зрительно-моторную координацию развивают глазодвигательные функции у детей, совершенствуют точность движений, моторную ловкость, расширяют зрительное поле, делают взгляд живым, позволяют тренировать быстрый приём информации через зрительный анализатор, подготавливают руку к письму.

**Упражнения на развитие пространственной ориентации и формирование схемы тела** улучшают функции сенсорной интеграции, ребенок лучше чувствует свое тело, точнее пользуется им, тем самым развивается плавность движений, ловкость, большая часть энергии мозга направляется на интеллектуальную деятельность.

**Упражнения для релаксации.** Проводятся в конце занятия с целью интеграции приобретенного опыта, способствуют расслаблению, самонаблюдению, воспоминаниям событий и ощущений.

**ВАЖНО!** Занятия всегда начинаем с того, что выпиваем стакан воды. Вода – это то, что необходимо мозгу для проведения нервных импульсов. И если жидкости в организме недостаточно, то и реакции мозга замедляются.

Основным условием эффективной реализации нейропсихологического подхода к коррекции нарушений у дошкольников «группы риска» является согласованное взаимодействие всех участников воспитательно-образовательного процесса: педагогов, специалистов, самих детей и членов их семей.

Взаимодействие взрослых в детском саду может быть достигнуто при соблюдении определенных требований. Каждый участник образовательного процесса, вовлеченный в нейропсихологическую коррекцию, должен быть мотивирован на проведение коррекционных действий и на совместную работу с другими специалистами. Этого можно достичь, если в детском саду создан и работает коллектив единомышленников, людей творческих, увлеченных своей профессией, заинтересованных в благополучном развитии детей и, что не маловажно, готовых учиться, узнавать и осваивать новые приемы работы с детьми в изменившихся условиях современности.

#### **Сведения о практической апробации**

Практическая апробация данной программы проходит в течение 3-х лет на базе МБДОУ «Детский сад №57 «Аленушка» города Рубцовска. В апробации приняли участие дети старшей группы компенсирующей направленности с тяжёлыми нарушениями речи:

- в 2020-2021 – 6 человек (1 подгруппа),
- в 2021-2022гг. – 12 человек (2 подгруппы).
- в 2022-2023гг. – 12 человек (2 подгруппы).

По завершению деятельности по Программе путем использования диагностического инструментария (Глозман Ж.М., Соболева А.Е., Титова Ю.О. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — М. : АЙРИС-пресс, 2020) было проведено обследование.

Рис. 1. Регресс дефектов в сфере общей характеристики ребенка после цикла коррекционных занятий

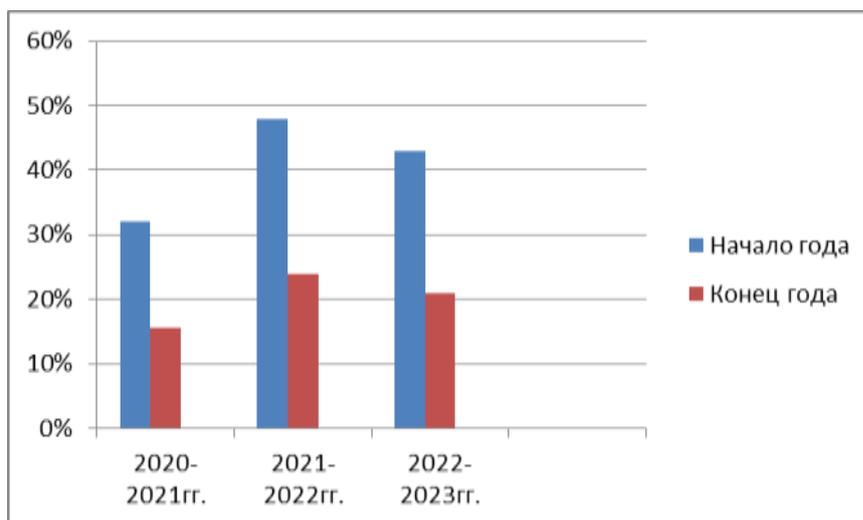


Рис. 2. Регресс двигательных дефектов после коррекционных занятий

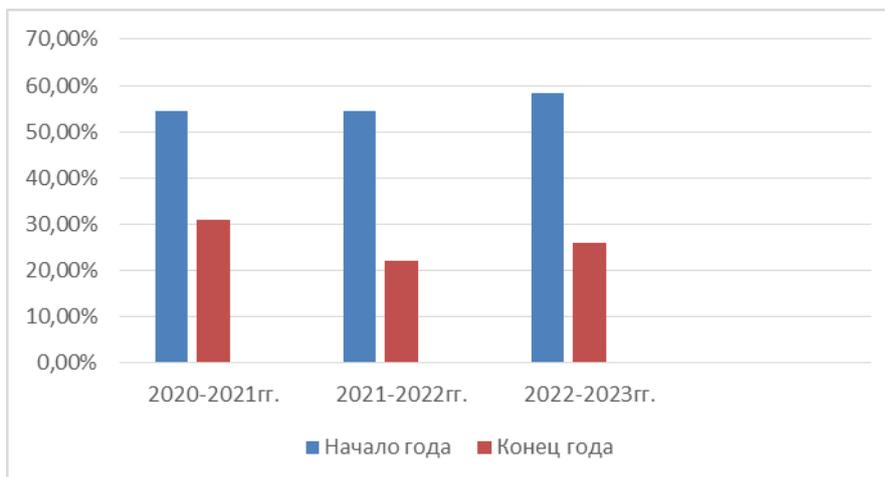


Рис. 3. Регресс гностических дефектов после коррекционных занятий



Рис. 4. Регресс речевых дефектов после коррекционных занятий

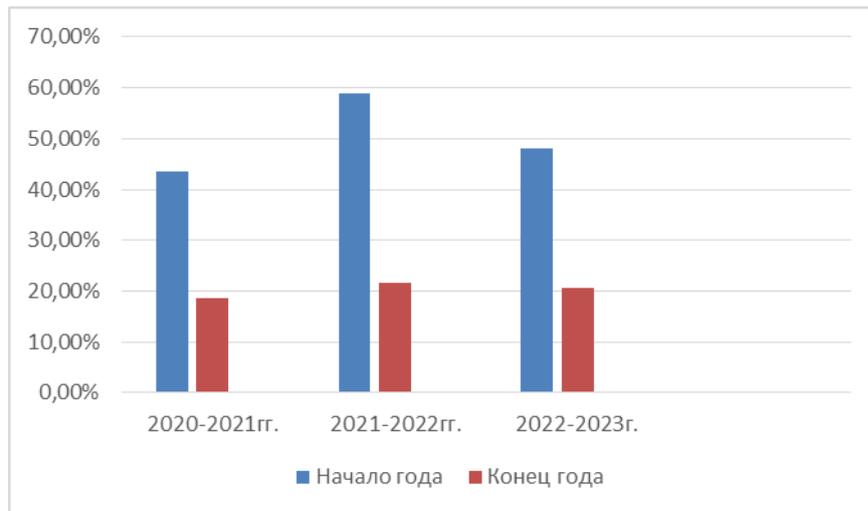


Рис. 5. Регресс мнестических дефектов после коррекционных занятий



Рис. 6. Регресс интеллектуальных функций

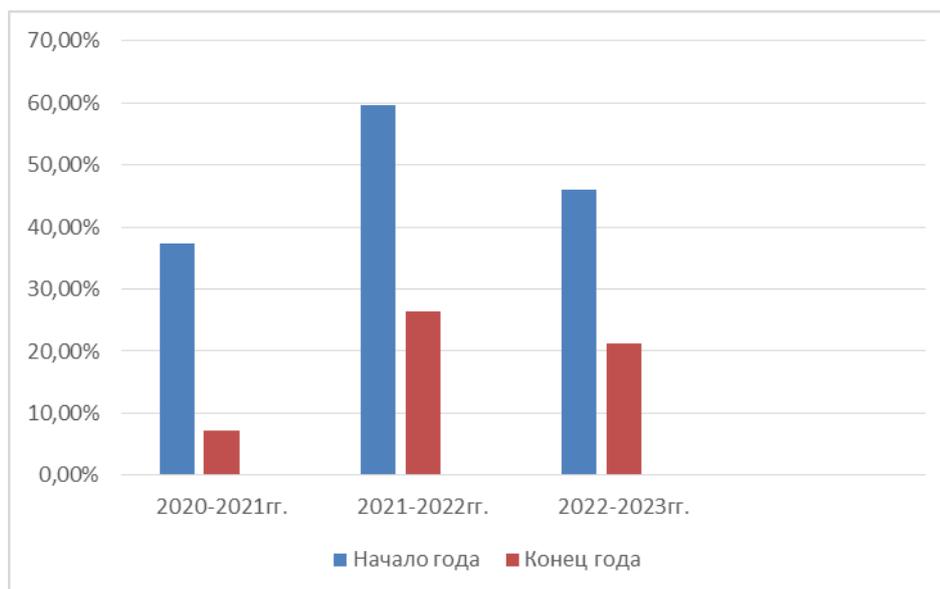
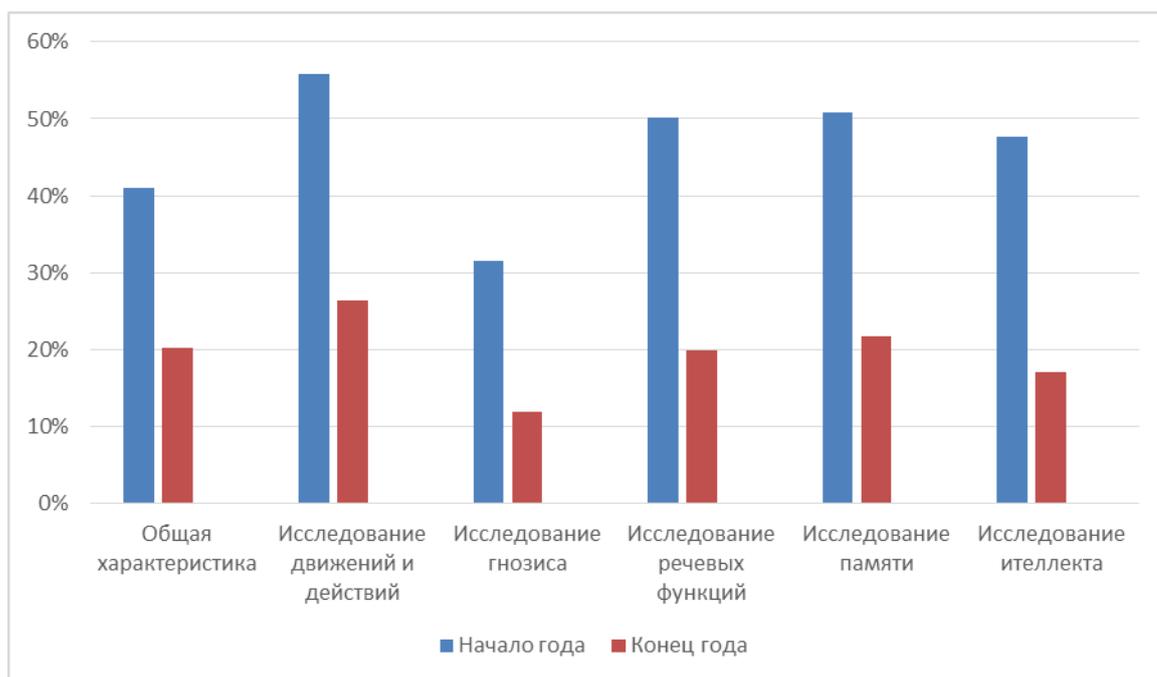


Рис 6. Результаты нейропсихологического исследования за 3 года.



Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что в процессе реализации программы, ожидаемые результаты достигнуты. Комплексность подхода при коррекции обеспечила равномерную положительную качественную и количественную динамику состояния психических функций детей. Положительную динамику отмечали и родители: дети стали более внимательными и собранными, исчезли замедленность реакций и включения в деятельность, появился интерес к занятиям в детском саду. Воспитатели отмечают успешность в занятиях, исчезли тревожность и напряженность, улучшилась активная речь, повысился общий уровень развития детей, сформировалась произвольная регуляция движений, заметно улучшилась мелкая моторика, контакты со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, разработанная коррекционно-развивающая программа «Зарядка для ума» в результате апробации показала свою эффективность и может быть использована педагогами в дошкольных учреждениях.

#### Учебно-тематический план

№	Название раздела/темы занятия	Дата (сроки)	Количество часов			Формы контроля
			всего	теорет.	практ.	
1.	Давайте познакомимся.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
2.	Осень.	октябрь	3	0	3	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.

2.1.	Осень.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
2.2.	Урожай.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
2.3.	Яблоко.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>3.</b>	<b>Животные, птицы.</b>	октябрь	9	0	9	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.1.	Ёжик.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.2.	Мышки.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.3.	Мишка.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.4.	Зайчик.	октябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.5.	Белка.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.6.	Сова.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.7.	Лиса.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.8.	Кошка.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
3.9.	Щенок.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>4.</b>	<b>Морские обитатели.</b>	ноябрь	3	0	3	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
4.1.	Морские обитатели.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
4.2.	Рыбки.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
4.3.	Черепашки.	ноябрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов

						выполнения заданий.
<b>5.</b>	<b>Зима.</b>	декабрь	8	0	8	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.1.	Зима.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.2.	Зимующие птицы.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.3.	Зимние забавы.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.4.	Снеговик.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.5.	Дом.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.6.	Подарок.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.7.	Шарики-фонарики.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
5.8.	Ёлочка.	декабрь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>6.</b>	<b>Игры.</b>	январь, февраль	13	0	13	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.1.	Игры с мешочками – 1.	январь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.2.	Игры с мешочками – 2.	январь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.3.	Игры с мешочками – 3.	январь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.4.	Игры с мячиками – 1.	январь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.5.	Игры с мячиками – 2.	январь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.6.	Игры с кубиками.	январь	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.

6.7.	Ладшки - 1.	февраль	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.8.	Ладшки - 2.	февраль	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.9.	Умные пальчики.	февраль	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.10.	Наши ножки.	февраль	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.11.	Фигуры.	февраль	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.12.	Звёздочки.	февраль	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
6.13.	Игрушки.	февраль	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>7.</b>	<b>Весна.</b>	март, апрель	9	0	9	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.1.	Весна.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.2.	Цветок.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.3.	Солнышко.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.4.	Облака.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.5.	Птицы.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.6.	Дерево.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.7.	Краски.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.8.	Шарики.	март	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
7.9.	Весёлые обезьянки.	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов

						выполнения заданий.
<b>8.</b>	<b>Транспорт.</b>	апрель	5	0	5	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
8.1.	Транспорт.	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
8.2.	Ракета.	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
8.3.	Самолёт.	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
8.4.	Кораблик.	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
8.5.	Паровозик.	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>9.</b>	<b>Бабочка, пчёлка.</b>	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>10.</b>	<b>Паутинка.</b>	апрель	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>11.</b>	<b>Салют.</b>	май	1	0	1	Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.
<b>12.</b>	<b>Радуга.</b>	май	1	0		Наблюдение. Оценка результатов выполнения заданий.

### Содержание программы

Содержание программы состоит из тематических занятий, обязательными компонентами, которых является комплекс нейропсихологических игр и упражнений.

Программа построена на основе коррекционной программы, разработанной А.В. Семенович. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учебное пособие для высших учебных заведений. — Москва: Издательский центр «Академия», 2002. — 232с

Каждое занятие начинается с загадок Ю.Г. Илларионовой. Учите детей отгадывать загадки. — Просвещение, 1985г.

В структуру занятий входят:

- упражнения-растяжки или двигательные упражнения. Данный метод разработан Назаровой А. Г. (Назарова А. Г. Игровой стретчинг. - Типография ОФТ, СПб.: 2005.
- дыхательные упражнения заимствованы у Нищевой Н.В. (Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика – СПб.: Детство-Пресс, 2017).
- метод использования «Нейродорожек» разработан Зеgebарт Г.М., Ильичёвой В.С. (Зеgebарт Г.М., Ильичёва В.С. Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков. М.: Генезис, 2010).
- рисование двумя руками (Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей.- Ростов-н/Д.: Феникс, 2018).

Разработаны собственные нейроигры: «Волшебные ручки», «Цветные ладошки», «Цветы», «Зимние предметы».

Модифицированы упражнения: «Разноцветные ладошки», «Кулак-ребро-ладонь», дыхательная гимнастика «Салют».

### **Занятие 1. Давайте познакомимся.**

**Цели:** знакомство детей друг с другом; тренировка силы, ритма вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия.

**Материалы и пособия:** клубок ниток; коврики; карандаши с насадкой-игрушкой; планшеты, задание «Карандаши», простые и цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Приветствие.** Педагог встречает детей со словами:

- Здравствуйте, ребята!

Собрались все дети в круг.

Я - твой друг и ты - мой друг.

Крепко за руки возьмёмся

И друг другу улыбнёмся.

**2. Игра «Клубочек имён».** Педагог предлагает обмотать нитку вокруг пальца, назвать своё имя и передать клубок своему соседу справа. В конце игры обратить внимание детей, что нити, связывают участников игры в одно целое. Можно определить, на что похожа фигура.

**3. Игра «Встаньте те, кто...».** Дети сидят на стульях. Ведущий говорит: «Встаньте те: кто любит яблоки; у кого есть брат; кому нравится синий цвет; кто пишет левой рукой; кто любит танцевать; у кого есть собака; кто любит рисовать».

**4. Дыхательное упражнение «Вдох-выдох».** - Ребята, на занятиях мы будем часто выполнять дыхательные упражнения. Очень важно научиться дышать правильно. Сегодня я предлагаю выполнить упражнение «Вдох-выдох».

Дети лежат на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы рук плотно прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены, дети не должны шевелить ногами. Упражнение выполняется только по команде взрослого «вдох-выдох». Во время команды взрослого «ВДОХ» дети делают глубокий вдох через нос (рот закрыт), затем во время команды взрослого «ВЫДОХ» дети делают выдох через широко открытый рот (шумно).

**5. Глазодвигательное упражнение «Наши глазки».** И.п. – лёжа на спине. Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Начинается отработка движений глаз по четырём основным направлениям (вверх, вниз, направо, налево) и четырём вспомогательным направлениям (по диагоналям); сведение глаз к центру. Глаза сначала смотрят на расстояние вытянутой руки, затем на расстояние локтя и, наконец, ближе к переносице. Упражнение совершается в медленном темпе (от 3 до 7 секунд) с фиксацией в крайних положениях на время, равное предшествующему движению глаз. При выполнении глазодвигательных упражнений для привлечения внимания ребёнка рекомендуется использовать какие-либо яркие игрушки, предметы, лазерные указки. В начале освоения этих упражнений каждый ребёнок следит за предметом, перемещаемым взрослым, а затем передвигает его самостоятельно, держа сначала в правой, затем в левой руке, а затем обеими руками вместе.

**6. Нейродорожки «Зиг-заг».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**7. Рисование двумя руками «Соедини линии».** Предложить детям обвести рисунок по линиям и раскрасить карандаши двумя руками одновременно.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня я узнал(а)...».

## **Занятие 2. Осень.**

**Цели:** тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** обручи; листочки красного, жёлтого, зелёного, оранжевого цвета; картинки с изображением листика, жёлудя, шишки; планшеты, маркеры, нейродорожки; корректурная проба, карандаши.

### Содержание занятия:

**1. Приветствие.** Педагог встает вместе с детьми в круг и предлагает им поприветствовать друг друга большим пальчиком.

**2. Дыхательная гимнастика «Ветерок».** Педагог предлагает вспомнить признаки осени (Осенью часто идут дожди, дует холодный ветер, птицы улетают в тёплые края, листья на деревьях желтеют и опадают и т.д.).

Дети делают глубокий вдох и затем медленный выдох. При этом пальцем прерывают струю воздуха, чтобы получить шум ветра.

**3. Игра «Ветер дует на...».** Со словами «Ветер дует на...» педагог начинает игру. Вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» все светловолосые собираются в одну подгруппу. «Ветер дует на того, у кого... есть сестра», «кто любит животных», «кто много плачет», «у кого нет друзей» и т.д.

**4. Упражнение-растяжка «Сухой листик».** И.п. — стоя; ноги на ширине плеч; руки опущены вдоль тела; глаза смотрят прямо перед собой. По команде педагога дети начинают медленно опускать вниз вначале взгляд, затем голову, плечи и округлять спину. В завершающей фазе упражнения происходит полное расслабление мышц спины, плеч и рук — «листик засох и оторвался от ветки».

**5. Подвижная игра «Листочки».** Внутри обруча лежат листочки разного цвета - желтый, красный, оранжевый, зеленый. Дети прыгают по лужам (обручи) и выполняют упражнения. Жёлтый цвет – вытягивают вправо правую руку; красный цвет – руки тянут вверх; оранжевый цвет – руки опускают вниз; зелёный цвет – вытягивают левую руку влево. В каждой луже один листок, одно движение.

**6. Нейроупражнение «Волшебные ручки».** Педагог показывает картинки, а дети выполняют соответствующие движения. Лист – это ладонь, желудь – кулак, а шишка – пальчик. Сначала правой рукой, потом левой, затем двумя.

**7. Нейродорожки «Осенние листочки».** Дети проводят маркерами по предложенному узору двумя руками.

**8. Корректурная проба.** Листочек обвести в кружок, грибочек – зачеркнуть.

**9. Рефлексия «Листочки».** Педагог предлагает детям взять один листочек. Зелёный, если справились со всеми заданиями, жёлтый – если возникли трудности при выполнении.

### **Занятие 3. Урожай.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия, навыка определения предметов на ощупь, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); мешочек с игрушками-фруктами и игрушками-овощами; задание «Найди все овощи», цветные карандаши, мешочек.

#### **Содержание занятия:**

**1. Приветствие.** Педагог встает вместе с детьми в круг и предлагает им поприветствовать друг друга объятиями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Что весной мы сажали,  
Потом летом поливали.  
Все, что осенью на грядках  
Поспевает: вкусно, сладко!  
Не зевай и собирай  
Наш осенний... (Урожай).

**3. Растяжка «Урожай».**

Урожай уже поспел  
И собрать плоды велел  
Если в огород зайдёте  
Овощи вы там найдёте:  
Помидор созрел на грядке  
Стал он красным! Всё в порядке!  
Поднимайтесь-ка, друзья,  
Ждёт работа всех с утра. (И. п.: сидя, ноги скрестно, руки на коленях, плавно встать, плавно сесть)  
Погляди на огурец  
Огурец такой хитрец!  
Разгребу рукой листву  
С грядки огурец сорву. (И. п.: сидя на пятках, руки на коленях. Руки выпрямить, ладони параллельно пола, повороты вправо, влево за руками).  
Перец – овощ разноцветный  
Он зелёный, жёлтый, красный,

И оранжевого цвета

И размеров, формы разной. (И. п.: сидя, ноги врозь, руки на поясе. Наклон к левой ноге, и. п., наклон к правой ноге, и. п., наклон вперёд, и. п.).

У морковки красный носик

Сочный вкусный, сладкий плод.

А зелёный пышный хвостик

Украшает огород. (И. п.: лёжа на животе, руки вверху, поднять ноги и туловище, прогнуться, хлопок руками, и. п.).

#### **4. Кинезиологическая игра «Урожай».**

Овощи растут на грядке (*скрестить пальцы на двух руках, по очереди поднимать пальцы*)

Посчитай их по порядку: (*соединить по очереди пальцы на двух руках*)

Капуста, перец, огурец. (*кулак, ребро, ладонь*)

Я сегодня молодец (*гладим себя по груди*)

На грядке овощи растут (*скрестить пальцы на двух руках, по очереди поднимать пальцы*)

Что же мы увидим тут? (*соединить по очереди пальцы на двух руках*)

Картофель, помидор, морковь, (*кулак, ребро, ладонь*)

Мы себя похвалим вновь. (*гладим себя по груди*)

#### **5. Игра «Чудесный мешочек».** Ведущий подходит по очереди с мешочком к игрокам.

Игрок опускает руку в мешочек и определяет на ощупь, что это за фрукт или овощ.

**6. Игра «Я положил в мешок».** Взрослый начинает игру и говорит: «Я положил в мешок капусту». Следующий играющий повторяет сказанное и добавляет ещё что-нибудь: «Я положил в мешок капусту и огурец». Третий игрок повторяет всю фразу и добавляет что-то от себя. И так далее.

**7. Упражнение на внимательность «Найди все овощи».** Дети находят все овощи и раскрашивают их.

**8. Рефлексия «Волшебный мешочек».** Педагог показывает детям мешочек и предлагает: «Давайте соберем в этот волшебный мешочек все самое интересное, что было на сегодняшнем занятии».

#### **Занятие 4. Яблоко.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; развитие внимательности, восприятия, межполушарного взаимодействия, навыка определения предметов на ощупь, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** мешочек, фрукты и овощи (игрушки); нейродорожки; задание «Путаница», цветные карандаши.

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие носочками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Загляни в осенний сад

Чудо-мячики висят.

Красноватый, спелый бок

Ребятишкам на зубок. (Яблоко)

**3. Растяжка «Сорви яблоки».** И. п. – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните.

Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем поднимите как можно выше левую руку и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вам нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

**4. Кинезиологическое упражнение «Яблоко и червячок».** Левая рука показывает знак «класс», правая сжата в кулак. В правой «червячок» спрятался в яблоко, в левой – вылез. Взрослый хлопает, и ребенок должен поменять положение рук. Повторяем 5-10 раз.

**5. Игра «Определи на ощупь».** Дети находят на ощупь яблоки среди других фруктов и овощей.

**6. Нейродорожки «Яблоки».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**7. Пальчиковая гимнастика «Яблоко».**

Нашу яблоню трясусь, *(имитация тряски дерева)*

Яблочко достать хочу. *(тянемся вверх, делаем хватательные движения пальцами)*

Круглое, гладкое *(имитируем движения)*

И, конечно, сладкое... *(подносим ладошку ко рту, как будто откусываем яблоко)*

**8. Упражнение «Путаница».** Дети находят яблоко и раскрашивают его.

**9. Рефлексия «Яблоня».** На изображении яблони необходимо прикрепить яблоки зеленого и красного цветов. Зелёное - если справились с заданиями, красное - если были трудности.

### **Занятие 5. Ёжик.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы, ритма вдоха-выдоха; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству детей), резиновые мячики-ёжики (по количеству участников), мячики Су-Джок (по количеству участников); задание «Рисование двумя руками», простые карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие локтями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Вместо шубки лишь иголки.

Не страшны ему и волки.

Колкий шар, не видно ножек,

Звать его конечно... (Ёжик)

**3. Растяжка «Ёжик потягивается».** И. п.- стоя, ноги вместе, руки опущены, мяч в правой руке. Хорошо потянуться, руки через стороны поднять вверх, переложить мяч в другую руку. Вернуться в и. п. Повторить 6 раз. Темп медленный.

**4. Дыхательная гимнастика «Сердитый ёжик».** Стоя, ноги на ширине плеч. Представьте, как ежик во время опасности сворачивается в клубок. Наклонитесь как можно ниже, не отрывая пятки от пола, обхватите руками грудь, голову опустите, произнесите на выдохе "п-ф-ф" - звук, издаваемый сердитым ежиком, затем "ф-р-р" - а это уже довольный ежик (3-5 раз).

**5. Глазодвигательное упражнение «Ёжик»**

Ходил ежик по полянке *(ходьба на месте)*

Он искал грибы – опятки *(посмотреть вправо и влево, не поворачивая головы)*

Глазки щурил и моргал, *(сильно прищуриться)*

Но грибов не увидал. *(широко открыть глаза, развести руки в стороны)*

Вверх смотрел он, *(посмотреть вверх голова неподвижна)*

Вниз глядел, *(посмотреть вниз)*

Сам тихонечко пыхтел. *(произнести «пых», «пых», «пых».)*

Смотрел он влево, (*посмотреть влево, не поворачивая головы*)

Смотрел он вправо, (*посмотреть вправо, не поворачивая головы*)

Вдруг увидел гриб на славу! (*плотно закрыть и широко открыть глаза.*)

Оглянулся он еще (*движения по тексту*)

Через левое плечо,

Через правое еще.

Еж затопал по тропинке

И грибок унес на спинке. (*ходьба на месте, топающим шагом.*)

**6. Кинезиологическое упражнение «Дом-ёжик-замок».** «Дом» – пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить. «Ёжик» – поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой. «Замок» – ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.

**7. «Ежик хочет поиграть».** И.п. ноги на ширине плеч, мяч держим двумя руками, мяч прижат к груди. Выпрямляем руки вперед (показываем ежика), возвращаемся в и.п. (прячем ежика). Повторить 6 раз.

**8. Игра с мячиком Су-Джок.**

Ежика возьмем в ладошки (*берем массажный мячик*)

И потрем его слегка, (*в одной ручке держим мячик, другой проводим по нему*)

Разглядим его иголки, (*меняем ручку, делаем тоже самой*)

Помассируем бока. (*катаем между ладошек*)

Ежика в руках кручу, (*пальчиками крутим мячик*)

Поиграть я с ним хочу.

Домик сделаю в ладошках – (*прячем мячик в ладошках*)

Не достанет его кошка. (*прижимаем ладошки к себе*)

**9. Рисование двумя руками.** Дети обводят ёжика простым карандашом двумя руками.

**10. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне было интересно...».

### **Занятие 6. Мышки.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие межполушарных связей; снятие психомышечного напряжения.

**Материалы и пособия:** музыка Жилинского «Мышки», межполушарные доски, задание «Найди мышонка», карандаши.

**Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кончиками пальцев.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Смешные бусинками глазки,

Как будто к нам пришла из сказки.

Панически боится кошек,

Большой любитель хлебных крошек. (Мышки)

**3. Двигательное упражнение «Мышки»** (фонограмма, “Мышки” Жилинского музыка)

Тише, тише, тише, тише *(ходят образно, палец к губам)*

Поселились в доме мыши,

И теперь звучит в тиши:

«Ши, ши, ши».

Мышки ночью выбегают, *(легко бегают)*

Мышки пляски затевают.

Чок, чок – каблучок *(топают)*

Вот так танец «Чопачок».

Мышки носиком потянут, *(втягивают носом воздух).*

Мышки носиком потянут,

Как на кухне что найдут, *(руками двигают вперед – назад, шевеля пальчиками)*

Быстро в норку отнесут.

Если мышку мы поймаем, *(разводят руки в стороны, лоя друг друга в объятия)*

Очень мышку напугаем.

Ей от нас уж не уйти

Пи – пи – пи.

**4. Дыхательная гимнастика «Мышка принохивается».** Дети делают несколько коротких вдохов через нос, как бы вдыхая воздух маленькими порциями, затем, небольшая задержка дыхания, после которой следует продолжительный равномерный выдох.

**5. Межполушарные доски.** Дети помогают мышке добраться до сыра. При выполнении упражнения, необходимо одновременно двумя руками провести бегунком по изогнутым линиям. При этом движения рук могут быть направлены как в одну сторону, так в противоположные.

**6. Задание «Найди мышонка».** Дети находят мышонка как в рамочке.

**7. Тренировочное упражнение «Мышонок».**

- Ребята, протяните вперёд руку. Давайте посадим на ладошку мышонка (*опускаем на ладонь кулачок другой руки*). Посмотрите, какой он хорошенький: маленький, серый, пушистый с длинным хвостиком...своим розовым мокрым носиком он обнюхивает каждый ваш пальчик. Почувствуйте, какой он пушистый, мягкий, тёплый. Мышонку очень нравится ваша ладонь, он успокоился, закрыл глазки и решил немного отдохнуть. Тишина. Мышонок сладко сопит носиком и мы с вами закрываем глазки (*дети держат вытянутую руку и закрывают глазки на 2-3 минуты*). Мышонок проснулся и забеспокоился, заволновался, его нужно непременно отпустить. Опускаем руку к полу, осторожно, спокойно. Мышонок спустился с вашей ручки и побежал по полу. Улыбнитесь ему.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Больше всего мне понравилось...».

### **Занятие 7. Мишка.**

**Цели:** развитие концентрации внимания, координации, умения чувствовать своё тело; развитие межполушарных связей; развитие внимательности, восприятия; развитие мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству детей); нейродорожки «Мишка»; задание «Дорисуй-ка»; задание «Путаница».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кончиками пяточками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Этот зверь зимой не бродит,

Из берлоги не выходит.

Крепко спит топтыжка.

Лежебока ... (Мишка).

**3. Растяжка «Медведь».** И.п.: сесть в позу прямого угла, ноги согнуть в коленях, слегка разведя их. Пятки приблизить к ягодицам. Руки провести под внешнюю сторону согнутых ног, захватить ладонью стопу с внешней стороны. 1) Поднять правой рукой правую ногу, стараясь выпрямить колено, задержаться. 2) Вернуться в и.п. Прodelать то же движение левой ногой.

**4. Подвижная игра «Мишка».**

Гуляли дети допоздна

Но им домой идти пора.

Вдруг бурый мишка зарычал

Пройти он детям не давал  
А коли хочешь ты пройти  
И делать нечего, БЕГИ!!!

По команде беги, включается музыка, и участники игры должны спрятаться в своем домике, а мишка их поймать. Когда музыка выключается, подводятся итоги, из игры выбывают те, кто не успел добежать до своего домика (обруча), и те, кто спрятался не в своем домике. Игра повторяется до последнего участника.

**5. Нейродорожки «Мишка».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору сначала правой рукой, а затем левой (вверх-вниз 3 раза).

**6. Упражнение «Дорисуй-ка».** Дети дорисовывают вторую половинку медвежонка.

**7. Упражнение «Путаница».** Дети находят медведя и раскрашивают его.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня у меня получилось...».

### **Занятие 8. Зайчик.**

**Цели:** развитие концентрации внимания, координации, умения чувствовать своё тело; развитие межполушарных связей; развитие внимательности; развитие мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** нейродорожки «Зайчик»; задание «Рисование двумя руками», карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие коленками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

От лисички тот зверек

Убегает наутек.

Ну—ка, угадай—ка!

Это белый ... (Зайка)

**3. Двигательное упражнение «Марширование за спиной».** Чтобы у зайчика ноги были быстрые он делает упражнения. Дети поочередно соединяют за спиной правую ладонь с левой стопой, затем левую ладонь с правой стопой.

**4. Кинезиологическое упражнение «Зайчик – коза – вилка».** Положение «заяц»: ладонь поднята вверх, указательный и средний пальцы – тоже, остальные прижаты к ладони, большой придерживает их. «Коза»: ладонь остается в вертикальном положении, указательный и мизинец смотрят вверх, остальные пальцы прижаты к

ладони, большой снова их придерживает. «Вилка»: большой и указательный пальцы соединены, остальные подняты вверх. Быстро меняем позиции пальцев.

**5. Нейродорожки «Зайчик».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**6. Рисование двумя руками.** Дети обводят зайчика простым карандашом двумя руками одновременно.

**7. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Теперь я умею...».

### **Занятие 9. Белка.**

**Цели:** развитие концентрации внимания, координации, умения чувствовать своё тело; развитие межполушарных связей; развитие внимательности, быстроты реакции, восприятия; развитие пространственной ориентации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** верёвка; скамейка; задание «Найди тень»; лабиринт «Лакомство для белочек», задание «Повтори узор».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие открытыми ладонями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Кто на ветке шишки грыз

И бросал объедки вниз?

Кто по елкам ловко скачет

И взлетает на дубы?

Кто в дупле орехи прячет,

Сушит на зиму грибы? (Белка)

**3. Двигательное упражнение «Белочкина зарядка».**

Ходьба по верёвке боком.

Ходьба по узкой дорожке, приставляя пяточку к носочку.

Ходьба скамейке, прыгивая на две ноги.

Ходьба «змейкой».

Бег в колонне с замедлением темпа и остановкой по сигналу.

**4. Ди «Найди тень».** Дети находят тень белочки.

**5. Лабиринт «Лакомство для белочек».** Задача заключается в том, чтобы как можно быстрее добраться до шишки, жёлудя, орешка.

**6. Упражнение «Повтори узор».** Дети соединяют точки в квадратах справа.

**7. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне хотелось бы повторить упражнение...».

### **Занятие 10. Сова.**

**Цели:** тренировка силы, ритма вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения, развитие навыков саморегуляции; развитие межполушарных связей; развитие внимательности, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников), тренажёр В.Ф. Базарного, задание «Рисование двумя руками», карандаши, планшеты (по количеству участников).

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие плечиками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Птица: ушки на макушке,

И большая голова.

Взгляд сердитый,

клюв могучий,

Как зовут её... (Сова)

**3. Дыхательная гимнастика «Совушка-сова».** Упражнение состоит из двух циклов. Первый цикл: И.п.— сидя или стоя; голова повернута в сторону правого плеча (до упора); глаза смотрят вперед; левая рука обхватывает мышцу правого плеча; вдох. По команде педагога и на выдохе ребенок начинает вытягивать шейку вперед — назад (имитация движений головы совы), постепенно переводя голову от правого плеча к левому и вновь возвращаясь к правому (в исходное положение). При этом каждому вытягиванию шеи вперед соответствует синхронное сжатие левой рукой мышцы правого плеча, а также «уханье» (крик совы). В данном упражнении выдох является дробным, порционным (при «уханье»), и запаса воздуха ребенку должно хватить на все время, необходимое для перевода головы от правого плеча к левому и обратно в исходное положение. Упражнение повторить 3-4 раза. Второй цикл: Захватить левое плечо правой рукой; повернуть голову к левому плечу и выполнить все последующие манипуляции, как указано для первого цикла. Упражнение повторить еще 3-4 раза.

**4. Подвижная игра «Сова».** Водящий – сова. Она сидит в гнезде и спит. Дети начинают бегать и прыгать по всему залу. Ведущий говорит: «Ночь!» Сова открывает глаза и начинает летать. Дети замирают. Кто пошевелится – становится совой. Игра продолжается.

**5. Глазодвигательное упражнение «Зоркие глазки» (Тренажёр В.Ф. Базарного).**

Работа с офтальмотренажёром проходит в режиме смены динамических поз, когда дети поочерёдно сидят или стоят возле тренажёра.

**6. Кинезиологическое упражнение «Ухо – нос».** Левой рукой взяться за кончик носа, а правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.

**7. Рисование двумя руками.** Дети обводят сову простым карандашом двумя руками одновременно.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня меня удивило...».

### **Занятие 11. Лиса.**

**Цели:** развитие концентрации внимания, координации, умения чувствовать своё тело; развитие быстроты реакции; развитие межполушарных взаимодействия, развитие зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** различные предметы (игрушки) небольшого размера; нейродорожки «Лисята»; нейроигра «Найди цифры»; нейроигра «Фишки», цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие объятиями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Эту хитрую плутовку

Знают здешние леса.

Кто наводит страх на зайцев?

Это рыжая ... (Лиса)

**3. Растяжка «Лисичка».** И. п.: сидя на пятках, руки за спиной «полочкой». 1 – сесть на пол справа от пяток с прямой спиной. Задержаться. 2 – и. п. сесть на пол слева от пяток с прямой спиной (3-4 раза).

**4. Игра «Схвати предмет».** Педагог расставляет на столе различные предметы и просит детей быстро взять тот предмет, который он назовёт.

**5. Нейродорожки «Лисята».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**5. Нейроигра «Найди цифры».** Дети двумя руками одновременно находят цифры по порядку.

**6. Нейроигра «Фишки».** Дети находят две одинаковые фишки. В каждой паре одинаковых фишек необходимо закрасить ту, которая на светлом фоне и обвести по контуру ту, что на темном фоне одинаковыми цветами.

**7. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразы: «Мне было трудно...», «Мне было легко...».

### **Занятие 12. Кошка.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие межполушарных связей, логического мышления, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству детей); нейродорожки «Кошка»; задание «Клубочек для кошки», простые карандаши; задание «Логический квадрат», цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кончиками пальцев.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Мордочка усатая, шубка полосатая,

Часто умывается, но с водой не знается. (Кошка)

**3. Растяжка «Кошка».** Встать на ковриках на четвереньки, опираясь на колени и ладони. На каждый шаг правой руки и левой ноги делать вдох, отводить голову назад, прогибать позвоночник вниз. На каждый шаг левой руки и правой ноги делать вдох, шипеть, опускать подбородок к груди, выгибать спину вверх.

**4. Глазодвигательное упражнение «Кошка».**

Вправо-влево смотрит кошка: *(дети смотрят глазами вправо-влево, вверх-вниз)*

- Мяу-мяу, где ты, крошка? *(смотрят вверх-вниз)*

А мышонок ей в ответ:

- Там, где был, меня уж нет! *(смотрят вверх-вниз).*

Покатился он с пригорка,

Видит: маленькая норка. *(совершают круговые движения глазами).*

В этой норке жил зверек

Длинный, узенький хорек.

Острозубый, остроглазый, *(быстро моргают глазами, на последнюю строчку закрывают глаза)*

Был он вором и пролазой.

И бывало, каждый день

Крал цыплят из деревень.

**5. Нейродорожки «Кошка».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору сначала правой рукой, а затем левой (вверх-вниз 3 раза).

**6. Упражнение «Клубочек для кошки».** Дети соединяют точки простым карандашом.

**7. Упражнение «Логический квадрат».** Дети определяют и дорисовывают недостающую фигуру кошки.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня я могу похвалить себя за...».

### **Занятие 13. Щенок.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; развитие внимательности и быстроты реакции; развитие межполушарных связей, пространственной ориентации.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству детей); нейродорожки «Щенки»; задание «Лабиринт», карандаши; задание «Рисование двумя руками».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие ладонями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Не боится он лозинки,

Ест хозяйские ботинки:

Лает громко, как звонок –

Это маленький (щенок).

**3. Растяжка «Собака мордочкой вниз».** Дети показывают щенка. Опираются на ноги и руки, приподняв ягодицы и образуя букву V.

**4. Подвижная игра «Лохматый пес».** Один из детей изображает пса. Он ложится на пол, положив голову на вытянутые вперед руки. Остальные дети гурьбой тихонько подходят к нему под чтение стишка:

Вот лежит лохматый пес,

В лапы свой уткнувши нос.

Тихо, смирно он лежит:

Не то дремлет, не то спит.

Подойдем к нему, разбудим

И посмотрим, что-то будет.

Дети начинают будить пса, наклоняются к нему, произносят его кличку, хлопают в ладоши, машут. Пес вскакивает и громко лает. Дети разбегаются. Пес гонится за ними,

старается схватить кого-нибудь. Когда все дети разбегутся, пес опять ложится на землю, и игра возобновляется.

**5. Нейродорожки «Щенки».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**6. Лабиринт.** Дети помогают Шарику добежать до конуры.

**7. Рисование двумя руками.** Дети обводят щенка простым карандашом двумя руками одновременно.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Я хочу ещё раз...».

#### **Занятие 14. Морские обитатели.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; развитие внимательности и быстроты реакции; развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторной координации.

**Материалы и пособия:** компьютер, аудиозапись «Шум моря»; проектор, интерактивная доска, видеозапись «На берегу моря»; коврики (по количеству участников); нейродорожки «Волны»; задание «Рисование двумя руками», маркеры, планшеты.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие улыбкой.

**2. Игра «Угадай звук».**

- Ребята, сегодня я хочу пригласить вас в путешествие, а куда, я думаю, вы догадаетесь, когда услышите этот звук (*включить запись шума моря*).

- Давайте закроем глаза, а когда мы их откроем, окажемся на берегу моря.

**3. Дыхательное упражнение «Морской воздух».** Вдох - плечи поднять, руки в стороны. Выдох- опустить. (*включить видеозапись «На берегу моря»*).

**4. Растяжка «Волна».** И. п.: сидя на пятках. 1 – встать на колени, поднять руки вперёд и вверх, потянуться за руками. 2 – плавно опуская руки вперёд и вниз, наклониться вперёд, касаясь лбом коврика, ягодицы на пятках.

**5. Упражнение «Море».** Педагог рассказывает историю, вместе с детьми сопровождает ее соответствующими движениями: «На море плещутся волны маленькие и большие (*сначала одной рукой, затем другой в воздухе рисуются маленькие волны; руки сцепить в замок и рисовать в воздухе большую волну*). По волнам плывут дельфины (*совершаются синхронные волнообразные движения всей рукой вперед*). Они вместе, а потом по очереди ныряют в воду: один нырнул, другой нырнул (*совершаются*

*поочередные волнообразные движения рук). За ними плывут их дельфинята (руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед). Ныряют вместе и по очереди (одновременные и поочередные волнообразные движения кистями рук). Вот так двигаются их хвостики (каждый палец поочередно совершает волнообразные движения). Вместе с дельфинами плавают медузы (руки, сжатые в кулаки, резко разжимаются и сжимаются). Все они танцуют и смеются (вращение рук в лучезапястных суставах)».*

**6. Растяжки.** В море есть ещё другие обитатели: **«Морской конек»**. И. п.: 1) сидя на пятках, руки за голову, 2) удерживать положение в течении некоторого времени. **«Медуза»** И. п.: сидя, ноги врозь, наклон вперед до касания руками стопы, 2) вернуться в и. п.

**«Морская звезда»** И. п.: лежа на животе, прогнуться, руки в стороны, ноги врозь, 2) вернуться в и. п.

**7. Подвижная игра «Море волнуется раз».** С помощью считалочки выбирается водящий. Он отворачивается и говорит: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура на месте замри!».

Игроки в это время раскачиваются и кружатся, расставив в руки стороны. При слове «замри», замирают в позе, изображая любой предмет или животное, имеющее отношение к морской тематике. Это могут быть: морская звезда, краб, дельфин, морской конёк, чайка и т.д. Далее ведущий подходит к кому-то из игроков и дотрагивается до него «оживляя» фигуру. Игрок начинает двигаться, показывает свое «представление», так, чтобы ведущий узнал, что за фигуру изображает игрок. Тот, кто изобразит наименее похоже, становится «водящим», и игра начинается сначала.

**8. Нейродорожки «Волны».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**9. Рисование двумя руками.** Дети обводят волны маркерами двумя руками одновременно.

**10. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Больше всего мне запомнилось...».

### **Занятие 15. Рыбки.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие внимательности и быстроты реакции; развитие межполушарных связей, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству детей); карандаш с насадкой; задание «Рисование двумя руками».

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие носочками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

В море плавает, в реке,

С плавниками в чешуе. (Рыба)

**3. Упражнение «Рыбка».** И. п. Лежа на животе, руки вдоль туловища, ладонями вниз.

1) Вытянуть ноги и напрячь мышцы ягодиц - на вдохе. 2) На выдохе – оторвать от пола ноги и плечи, не сгибая колен. Голова и ноги должны находиться на одном уровне.

3) И. п.

**4. Глазодвигательное упражнение «Рыбка».**

Рыбка плавала, ныряла, *(рука с карандашом и глаза двигаются вправо)*

Рыбка хвостиком виляла, *(рука с карандашом и глаза возвращаются обратно)*

По волнам, по морям, *(рука с карандашом и глаза двигаются влево)*

Тут и там, Тут и там! *(рука с карандашом и глаза возвращаются обратно)*

**5. Подвижная игра «Рыбки».**

Рыбки, рыбки, где вы, где?

Рыбки плавают в воде.

Вы плывёте, рыбки, сами?

Машете вы плавниками.

Рыбки, рыбки, вы не спите.

Вы плывите! Вы плывите!

Дети договаривают последние слова двестишья. Потом изображают плавающих рыб.

По сигналу взрослого, дети замирают, приняв определенную позу, которая заранее оговаривается. Рыбка — присесть. Ночь — закрывают глаза - две сложенные руки вперед. Червячок — руки - сложенные вместе, вверх.

**6. Рисование двумя руками.** Дети обводят рыбок простым карандашом двумя руками одновременно.

**7. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня у меня получилось...».

## Занятие 16. Черепашки.

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; снятие зрительного напряжения; развитие внимательности и быстроты реакции; развитие межполушарных связей, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); задание «Найди отличия»; мягкие игрушки; задание «Найди черепашек».

### Содержание занятия:

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кивком головы.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

И на суше, и в воде —

Носит дом с собой везде.

Путешествует без страха

В этом доме... (Черепашка)

**3. Растяжка «Черепашка».** И. п.: сидя на пятках. 1 – наклон вперед, коснуться лбом пола, ягодички на пятках, спина круглая, плечи опущены, руки вдоль тела, ладони обращены вверх. Задержаться. 2 – и. п.

**4. Упражнение «Найди отличия».** Нахождение отличительных деталей в предложенных картинках.

**5. Глазодвигательное упражнение «Глазки».** Педагог, вместе с детьми, выполняет глазодвигательные упражнения согласно тексту.

Открываем глазки-раз,

А, зажмуриваем-два,

Раз, два, три, четыре,

Раскрываем глазки шире.

А теперь опять сомкнули,

Наши глазки отдохнули!

**6. Подвижная игра «Черепашки».** Дети с панцирем (мягкой игрушкой на спине) движутся к берегу, до финишной линии, и возвращаются обратно в море. При слове «чайка» все должны отправиться в укрытие, к заранее оговоренному месту. Те, кто в процессе потерял панцирь, доползают до него, кладут на спину и спешат в укрытие, пока чайка (ведущий) не вылетела на охоту. Черепашки, угодившие в лапы к хищной птице, один тур отсиживаются или становятся ведущими, чайками.

**7. Кинезиологическое упражнение «Черепашка».** Одна черепашка прячет голову в панцирь – дети сжимают правую руку в кулак. Другая черепашка выглядывает из

своего домика – левая ладонь раскрыта. Потом меняем руки. Повторяем упражнение несколько раз.

**8. Упражнение «Найди черепашек».** Дети находят черепашек и раскрашивают их.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня я доволен собой, потому что...».

### **Занятие 17. Зима.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы, ритма вдоха-выдоха; развитие внимательности и быстроты реакции; развитие восприятия, межполушарных связей, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** бумажные снежинки на ленточке; степы; нейродорожки «Вьюга»; задание «Варежки», цветные карандаши; весёлые и грустные снежинки.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие открытыми ладонями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Во дворе замерзли лужи,  
Целый день поземка кружит,  
Стали белыми дома.  
Это к нам пришла... (Зима)

**3. Растяжка «Поймаем снежинку».** И.п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки опущены. 1) руки развести в стороны, вверх, подняться на носки, 2) хлопнуть в ладоши над головой.

**4. Дыхательная гимнастика «Снежинки».** Дети берут снежинки на ленточках и дуют на них.

**5. Двигательное упражнение «Шагаем по сугробам».** В руках детей мяч, их задача - перекладывать мяч из руки в руку и вокруг себя, при этом наступая на какое-либо возвышение (степы). В усложненном варианте следим глазами за мячом.

**6. Кинезиологическое упражнение «Ухо-нос».**

Мерзнет ухо, мерзнет нос (*взяться левой рукой за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо*).

Ах, какой ты злой мороз! (*одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши*)

Варежкой закрою нос! (*поменять положение рук «с точностью до наоборот»*)

И не страшен мне мороз! (*одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши*)

**7. Нейродорожки «Вьюга».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**8. Упражнение «Варежки».** Дети дорисовывают вторую половинку варежек.

**9. Рефлексия «Снежинки».** Педагог предлагает детям взять снежинку, которая улыбается, если у них всё получилось, и грустную – если были трудности при выполнении заданий.

### **Занятие 18. Зимующие птицы.**

**Цели:** тренировка силы, ритма вдоха-выдоха; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие логического мышления, межполушарного взаимодействия; мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** бумажные птички; тренажёр для глаз; нейродорожки «Зимующие птицы»; задание «Логический квадрат»; задание «Скопируй точки», простые карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие локтем.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Небогаты их корма,

Горсть одна нужна,

Горсть зерна –

и не страшна

Будет им зима. (Зимующие птицы)

**3. Дыхательная гимнастика «Птички».** На столе ставят птичек (у самого края стола) на расстоянии не менее 30 см друг от друга. Вызывают двоих детей, каждый садится напротив птички. По сигналу «птички полетели» дети дуют на фигурки, остальные следят, чья птичка дальше улетит.

**4. Глазодвигательное упражнение.** Работа с тренажёром проходит в режиме смены динамических поз, когда дети поочерёдно сидят или стоят возле тренажёра.

**5. Нейродорожки «Зимующие птицы».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**6. Упражнение «Логический квадрат».** Дети рисуют в пустых квадратах недостающую птичку.

**7. Упражнение «Скопируй точки».** Дети копируют точки (зёрнышки для птичек) в правых квадратах.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне было интересно...».

### **Занятие 19. Зимние забавы.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы, ритма вдоха-выдоха; развитие слуховой памяти; развитие логического мышления, межполушарного взаимодействия.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); упражнение «Запомни картинки», задание «Весёлые картинки», белый мяч.

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие носочками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают загадки по теме занятия:

Нежный шарик сделать можно, это ведь совсем не сложно!

Лепим мы не пирожки: для игры нужны... *(Снежки)*

Ой, насыпало снежка! Вывожу коня-дружка.

За веревочку-узду через двор коня веду,

С горки вниз на нем лечу, а назад его тащу. *(Санки)*

Меня хлопали лопатой, меня сделали горбатой.

Меня били, колотили, ледяной водой облили,

А потом с меня, крутой, все скатилися гурьбой. *(Снежная горка)*

Во дворе катали ком, шляпа старая на нем.

Нос приделали, и вмиг получился ... *(Снеговик)*

Мы в морозный день с друзьями

Снег из шланга поливали.

Как появится ледок,

Значит, все — готов... *(Каток)*

Во дворе с утра игра,

Разыгралась детвора.

Крики: “Шайбу!”, “Мимо!”, “Бей!” —

Значит там игра — ...*(Хоккей)*

**3. Растяжки «Санки».** И.п.- лежа на живот, руки вытянуты вперед- вверх, ноги слегка приподняты. Выполнение: на счет 1-4 – качаться вперед - назад; на счет 5-8 – в и. п.

**«Снежная горка».** И.п. - стоя на коленях, руки вперед - вниз. Выполнение: на счет 1-2 – руки вверх, потянуться за руками, прогнуть спинку, на счет 3-4 – в и. п.

**4. «Дышим правильно».** И. п. – сидя на полу, скрестив ноги, с прямой спиной. Поднять руки вверх над головой с вдохом и опустить вниз на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь в туловище. Это упражнение хорошо тем, что оно автоматически заставляет ребёнка дышать правильно, у него просто нет возможности

дышать по-другому. И. п. – сидя на полу. Прямые руки вытянуты вперёд или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. С вдохом поднять левую кисть вверх, одновременно опуская правую вниз (движение только в лучезапястном суставе). С выдохом – левая кисть вниз, правая – вверх.

**5. Подвижная игра «Два Мороза».** На противоположных сторонах помещения линиями обозначаются два дома. Играющие располагаются в одном из домов. Двое водящих (Мороз – красный нос и Мороз – синий нос) выходят на середину.

Становятся лицом к детям и произносят:

«Мы два брата молодые.

Два мороза удалые,

Я Мороз – красный нос,

Я Мороз – синий нос,

Кто из вас решится

В путь – дороженьку пуститься?»

Все играющие хором отвечают:

«Не боимся мы угроз,

И не страшен нам мороз».

После этого дети перебегают в другой дом, а морозы стараются их заморозить (коснуться рукой). Замороженные остаются на том месте, где их настиг мороз, и стоят там до окончания перебежки. Морозы подсчитывают, скольких ребят им удалось заморозить. После двух перебежек выбирают других Морозов.

**6. Кинезиологическое упражнение «Чайничек».** А чтобы согреться после игр на свежем зимнем воздухе, можно попить горячего чая из чайника. Вместе со взрослым дети изображают чайничек. Одна рука в кулаке в вертикальном положении (чайничек), ладонь другой руки накрывает кулак (крышечка). Упражнение выполняется сначала в медленном темпе, потом с ускорением.

**7. Упражнение «Запомни картинки».** Взрослый называет 8 предметов, которые дети должны запомнить: санки, клюшка, снеговик, коньки, снежинка, сноуборд, снеговик, лопата. Затем дети обводят эти предметы в кружок.

**8. Упражнение «Весёлые картинки».** Дети расставляют картинки по порядку, составляют устный рассказ.

**9. Рефлексия «Снежный ком».** Дети по кругу передают «снежный ком», и говорят о том, что получилось.

## **Занятие 20. Снеговик.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы вдоха-выдоха; развитие восприятия, межполушарного взаимодействия, снятие психомышечного напряжения.

**Материалы и пособия:** вата; белая бумага (по 2 шт. на каждого участника); задание «Собери картинку и найди отличия»; коврики (по количеству участников).

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие рукопожатием.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Во дворе катали ком,

Ведёрко старое на нем.

Нос приделали, и вмиг

Получился ... (Снеговик)

**3. Растяжка «Лепим снеговика».** Дети изображают, как все вместе слепили высокого снеговика. Держат руки на уровне пояса – это первый ком, на уровне своей головы – это второй ком, и руки вверх – это голова снеговика. Нужно, не отрывая ног от пола, вытянуть вверх прямые руки.

**«Весёлый снеговик»** И. п.: стоя, ноги слегка расставлены, руки на поясе. Выполнение: на счёт 1 – наклон туловища вправо; 2 – и.п.; 3 – наклон туловища влево; 4 – и.п.

**4. Дыхательная гимнастика «Снегопад».** Сделать снежинки из ваты (рыхлые комочки). Предложить детям сдувать "снежинки" с ладони.

**5. Кинезиологическое упражнение «Сминание бумаги».** Дети берут бумагу в каждую руку и сжимают, а затем расправляют её.

**6. Кинезиологическое упражнение «Ухо-нос».**

Мерзнет ухо, мерзнет нос (*взяться левой рукой за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо*).

Ах, какой ты злой мороз! (*одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши*)

Варежкой закрою нос! (*поменять положение рук «с точностью до наоборот»*)

И не страшен мне мороз! (*одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши*)

**7. Упражнение «Собери картинку и найди отличия».** Каждый ребёнок собирает две картинки снеговика, а потом все вместе находят отличия между картинками.

**8. Упражнение на релаксацию «Снеговик».** И.п. - стоя. Детям предлагается представить, что они только что слепленные снеговики. Тело должно быть напряжено, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала

"тает" и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т.д. В конце упражнения дети мягко падают на пол и лежат как лужица воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Больше всего мне понравилось...».

### **Занятие 21. Дом.**

**Цели:** развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции, логического мышления, воображения, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** нейродорожки «Домик»; задание «Рисование двумя руками», маркеры; обручи; задание «Логический квадрат», карандаши; задание «Придумай предмет»; плакат с изображением дома, грустные и радостные человечки.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие рукопожатием.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Очень много окон в нем.

Мы живем в нем. Это...(Дом)

**3. Кинезиологическое упражнение «Дом-ёжик-замок».** «Дом» - пальцы рук соединены под углом, большие чуть отведены в сторону. «Ёжик» - ладони ставим под углом друг к другу, пальцы одной руки расположены между пальцами другой. «Замок» - выполняется по принципу «ежика», но пальцы согнуты, а ладони плотнее прижаты друг к другу.

**4. Нейродорожки «Домик».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**5. Рисование двумя руками «Домик».** Дети проводят линии маркером в том направлении, котором указывают стрелки.

**6. Подвижная игра «Найди домик».** На полу лежат обручи. Все дети стоят у одного края площадки. По команде «Раз! Два! Три! Домик найди!» дети стараются занять «домик». Игрок, не успевший это сделать, выбывает. Ведущий убирает один обруч. Игра повторяется до тех пор, пока не останется один победитель.

**7. Упражнение «Логический квадрат».** Дети рисуют в пустых квадратах недостающий домик.

**8. Упражнение «Придумай предмет».** Дети придумывают и рисуют то, что смастерили мальчики (какой предмет для дома).

**9. Рефлексия «Домик».** На плакате изображён дом. Педагог предлагает детям поселить в него человечка с радостным или грустным настроением.

### **Занятие 22. Подарок.**

**Цели:** развитие воображения, ловкости; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции; развитие зрительно-моторной координации, концентрации и распределяемости внимания.

**Материалы и пособия:** два мешка, игрушки; кинезиологические мешочки; задание «Мешочки со звуком»; задание «Найди одинаковые игрушки», карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие улыбкой.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Ты заглядываешь робко:

Что же это за коробка?

Неспроста тут бантик ярк,

Потому что в ней .... (Подарок).

**3. Упр-е «Волшебная палочка».** Детям предлагается представить, что у них в руках волшебная палочка и у них есть возможность сделать подарок другу.

**4. Подвижная игра «Мешок с подарками».** Дети делятся на две команды. Их задача упаковать подарки. Один человек бежит эстафету с мешком и выкладывает из него игрушки, конфеты, прибегает обратно. Второй участник бежит по тому же маршруту и собирает все обратно в мешок.

**5. Упражнения с кинезиологическими мешочками.** Дети стоят в кругу, у каждого в руках мешочек. По сигналу начинают передавать мешочки друг другу по кругу вправо (влево).

Подбрасывание (или перебрасывание) мешочка (малого мяча) правой рукой и ловля левой; то же, меняя руки.

Перебрасывание мешочка друг другу одной и двумя руками.

**6. Игра «Мешочки со звуком».** Дети по очереди называют подарки в мешках и определяют, какой звук встречается во всех словах. (Звук «ш»).

**7. Подвижная игра «Прыгучий мешок».** Одновременно в забеге участвуют два ребёнка. Они становятся в пустой мешок и на перегонки начинают прыгать. Сверху мешок поддерживают руками. Побеждает тот, кто прибежал первым.

**8. Упражнение «Найди одинаковые игрушки».** Дети находят одинаковые игрушки и обводят их одним цветом.

**9. Рефлексия «Волшебная палочка».** Детям предлагается представить, что у них в руках волшебная палочка, и они могут сделать любой подарок тому, кто сидит справа.

### **Занятие 23. Шарики-фонарики.**

**Цели:** тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); мячики Су-Джок (по количеству участников); задание «Обведи узор», планшеты, простые карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие коленками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

На ёлке всё, что хочешь, есть:

Игрушек там — не перечеть.

Конфеты, дождик и хлопушки,

Гирлянды, звезды и верхушка.

Среди блестящей мишуры

Сверкают круглые ... (Шары).

**3. Дыхательная гимнастика «Шарик».** Исходное положение - лежа на спине. Детям расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза - задержка дыхания. Выдох - втянуть живот как можно сильнее. Пауза - вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

**4. Кинезиологическое упражнение «Фонарики».** «Фонарики зажглись» – пальцы выпрямить. Фонарики погасли – пальцы сжать в кулак. «Фонарик погас – фонарик зажёгся» - пальцы одной руки сжаты, а другой выпрямлены. Поменять положение рук.

**5. Подвижная игра «Шарики-фонарики».** Взрослый называет разные предметы. Как только он назовёт слово «шарики» - дети должны попрыгать», а «фонарики» - поднять руки вверх и помахать ими.

**6. Упражнение с мячиком Су-Джок.** (*Движения выполняются по тексту*)

Этот шарик не простой

Весь колючий, вот такой.

Меж ладошками кладем

Им ладошки разотрем.

Вверх и вниз его катаем

Свои ручки развиваем!

Можно шар катать по кругу

Перекидывать друг другу.

1, 2, 3, 4, 5 –

Всем пора нам отдыхать!

**7. Упражнение «Обведи узор».** Дети обводят простыми карандашами узоры внутри ёлочных украшений. Всё делают двумя руками одновременно.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Теперь я умею...».

### **Занятие 24. Ёлочка.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции, восприятия, воображения, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** 20 прищепок зелёного цвета; нейродорожка «Ёлка»; задание «Повесь игрушку на ёлку»; задание «Дорисуй ёлку», цветные карандаши, мольберт, картинка с ёлочкой, вырезанные из бумаги шары (ёлочные игрушки).

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие большим пальчиком.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Я прихожу с подарками,

Блещу огнями яркими,

Нарядная, забавная,

На Новый год я главная!.. (Ёлка)

**3. Растяжка «Ёлка».** И. п.: стоя, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1 – развести носки врозь; 2 – руки развести в стороны; 3 – вдох; 4 – полу присед, пятки от пола не отрывать.

**4. Дыхательная гимнастика «Фонарики».** И. п. – сидя. Представьте, что перед вами стоит наряженная ёлка. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть фонарики на ёлке. А теперь представьте перед собой 5 маленьких фонариков. Сделайте глубокий вдох и задуйте их маленькими порциями выдоха.

**5. Игра «Освободи ёлку от иголок».** Играют два участника. На их одежду крепятся по десять прищепок, каждому. Когда начинается музыка, они должны помочь друг другу снять их.

**6. Подвижная игра «Игрушки – хлопушки»** Дети стоят в круг, положив руки на плечи друг другу. Все мальчики - "хлопушки", все девочки - игрушки. Педагог

называет по очереди то "хлопушки", то "игрушки", а «хлопушки» поджимают одну ножку, «игрушки» две ноги - подпрыгивают, держась на плечах соседей. Затем и «игрушки» и «хлопушки» одновременно.

**7. Нейродорожки «Ёлка».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**8. Упражнение «Повесь игрушку на ёлку».** Дети проводят линию от игрушки к тому месту, где она должна висеть.

**9. Упражнение «Дорисуй ёлку».** Дети соединяют точки простым карандашом и раскрашивают ёлку.

**10. Рефлексия «Ёлочка настроения».** Детям раздаются вырезанные из бумаги шары (ёлочные игрушки), на которых они рисуют своё настроение и прикрепляют на ёлочку.

### **Занятие 25. Игры с мешочками – 1.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); кинезиологические мешочки (по 2 шт. на каждого участника); мешочек.

#### **Содержание занятия:**

##### **1. Упражнение-приветствие «Я рад тебя видеть».**

- Давайте поздороваемся друг с другом. Сейчас я повернусь к тому, кто сидит справа от меня, назову его по имени и скажу, что я рада его видеть. Он повернётся к своему соседу справа и сделает то же самое, и так до тех пор, пока каждый из вас не поприветствует своего соседа.

**2. Дыхательная гимнастика «На выдохе подъем руки».** Дети лежат на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены. Первый раз во время команды взрослого «вдох» дети делают вдох через нос, рот закрыт. Далее во время команды взрослого «выдох» дети делают выдох через широко открытый рот (шумно) и одновременно с выдохом поднимают прямую правую руку так, чтобы пальцы смотрели в потолок. Далее во время команды взрослого «вдох» дети делают вдох через нос (рот закрыт) и одновременно с вдохом опускают руку. Выполнить 5 раз. То же самое выполнить левой рукой.

**3. Глазодвигательное упражнение «Вращение глаз».** Принять устойчивую позу, спину и голову держать прямо. Посмотреть вверх и очень медленно переводить взор

по часовой стрелке, описывая взглядом окружность максимального радиуса. Движения глаз должны быть плавными, без рывков. Голова все время остается неподвижной. Сначала надо научиться совершать по одному полному круговому вращению глазами в каждую сторону, не допуская рывков и потери концентрации. Со временем - выполнять 2-3 поворота по часовой стрелке и столько же - против часовой стрелки.

**4. Кинезиологическое упражнение «Колено – локоть».** И.п.: Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

**5. Игры с кинезиологическими мешочками «Перекаладывание»:**

- Перекаладывание мешочка (малого мяча) из одной руки в другую с поворотом в сторону;
- Перекаладывание мешочка из одной руки в другую во время выполнения наклона (за коленями и ниже) - ноги вместе и ноги врозь (за каждой ногой);
- Перекаладывание мешочка из одной руки в другую под коленом (нога согнута в колене, вверх);

**6. Игра с кинезиологическими мешочками «Котлетка».** Мешочек лежит на левой ладони. Ребром правой руки «рубим» мясо. Посолили щепоткой соли. Переложили в правую руку. Ребром левой руки порубили.левой щепоткой поперчили. Слепили котлетку. Перебрасывание из руки в руку. Пожарили на одной стороне - на левой ладони. Покачиваем рукой. Пожарили на другой стороне – на правой ладони.

**7. Рефлексия «Волшебный мешочек».** Педагог показывает детям мешочек и предлагает: «Давайте соберем в этот волшебный мешочек все самое интересное, что было на сегодняшнем занятии».

## **Занятие 26. Игры с мешочками – 2.**

**Цели:** развитие ловкости движений; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); кинезиологические мешочки (по 2 шт. на каждого участника).

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кончиками пальцев.

**2. Двигательное упражнение «Прыжки на месте».** Выполняются с одновременными движениями руками и ногами:

- Ноги вместе – руки врозь, ноги врозь – руки вместе.
- Ноги вместе – руки вместе, ноги врозь – руки врозь.
- Ноги врозь и ноги вместе.
- Ноги врозь и ноги перекрещены – поочередно правая и левая нога впереди.
- То же, но с аналогичным движением рук, вытянутых прямо перед собой. (цикл прыжков повторить несколько раз).

**3. Дыхательная гимнастика Упражнение «На выдохе подъем ноги».** Дети лежат на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены. Первый раз во время команды взрослого «вдох» дети делают вдох через нос, рот закрыт. Далее во время команды взрослого «выдох» дети делают выдох через широко открытый рот (шумно) и одновременно с выдохом поднимают прямую правую ногу. Далее во время команды взрослого «вдох» дети делают вдох через нос (рот закрыт) и одновременно с вдохом опускают ногу. Выполнить 5 раз. То же самое выполнить левой ногой.

**4. Кинезиологическая игра «Пол – нос - потолок».** Педагог показывает детям пальцем на пол, свой нос и потолок и просит повторять за ним. Затем намеренно путает ребенка в движениях или словах.

**5. Игры с кинезиологическими мешочками «Подбрасывание мешочка».**

- Подбрасывание мешочка (малого мяча) правой (левой) рукой и ловля двумя руками; то же с хлопком;
- Подбрасывание (или перебрасывание) мешочка (малого мяча) правой рукой и ловля левой; то же, меняя руки;
- Перебрасывание мешочка друг другу одной и двумя руками.

**6. Игра с кинезиологическими мешочками «Карусель».** Передаем мешочек за спиной из левой руки в правую. Постепенно увеличивая темп, «раскручиваем карусель». Постепенно замедляем темп. Останавливаемся и меняем направление в другую сторону, передавая теперь мешочек за спиной из правой руки в левую. Раскручиваем «карусель» в другую сторону.

**7. Игра с кинезиологическими мешочками «Вышиваем крестиком».** Дети передают мешочек, стоя друг напротив друга, из левой руки в левую руку партнера, тот перекладывает его в свою правую руку и передает его уже в правую руку партнера. Получается траектория крестика. Повтор несколько раз.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Теперь я умею...».

### **Занятие 27. Игры с мешочками – 3.**

**Цели:** развитие ловкости движений; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); кинезиологические мешочки (по 2 шт. на каждого участника).

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие коленками.

**2. Двигательное упражнение «Марширование за спиной»** Дети поочередно соединяют за спиной правую ладонь с левой стопой, затем левую ладонь с правой стопой.

**3. Дыхательная гимнастика «На вдохе подъем ноги».** Дети лежат на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены. Во время команды взрослого «Вдох» дети (одновременно с вдохом) поднимают правую ногу. Во время команды взрослого «выдох» дети (одновременно с выдохом) опускают ногу. Выполнить 5 раз. То же самое выполнить левой ногой.

**4. Кинезиологическое упражнение «Два пальца»** На одной руке показываем мизинец, на другой указательный палец, хлопок, меняем положение рук, теперь на одной руке указательный палец, на другой мизинец.

#### **5. Игры с кинезиологическими мешочками:**

**«Батут».** Подбрасывание мешочка по очереди каждой рукой по несколько раз. Сначала ловим мешочек на уровне груди ладонью, смотрящей вверх. Повтор несколько раз. Затем меняем хват, перехватывая его налету на уровне головы, при этом ладонь смотрит вниз – в сторону. Повтор несколько раз.

**«Все мы любим танцевать...»** Правой рукой кладем мешочек на поднятое колено согнутой левой ноги. Хлопок в ладоши.левой рукой кладем мешочек на поднятое колено согнутой правой ноги. Хлопок в ладоши. Повтор несколько раз. Усложнением упражнения может служить перекладывание мешочка из руки в руку несколько раз.

**«Игры–эстафеты».** Разделить детей на две команды. Возможны различные варианты, но с главной задачей, чтобы мешочек не упал. Например: а) дети переносят мешочек на голове, б) на вытянутой правой руке, в) на вытянутой левой руке, г) удерживая

мешочек подбородком, д) на плече, е) зажав мешочек между колен и т.д. Усложнением может быть движение вперед спиной.

**6. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне бы хотелось повторить упражнение...».

### **Занятие 28. Игры с мячиками – 1.**

**Цели:** развитие плавности движений; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); кинезиологические мячики (по количеству участников).

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие плечиками.

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

**3. Растяжка по осям.** Лежа на спине. Общее напряжение тела. Расслабление. Напряжение и расслабление по осям: верх – вниз (напряжение и расслабление только верхней половины тела, затем – нижней), лево – право напряжение и расслабление левой, затем правой половины тела).

**4. Кинезиологическое упражнение «Блинчики».** Ладони лежат на столе. Одна ладонь лежит тыльной стороной вверх. Начинаем «переворачивать блинчики» - одновременно меняем положение рук. Усложнение - на счет 3- блинчик заворачиваем-превращаем в кулачок.

#### **5. Игры с кинезиологическими мячиками:**

- Бросок и ловля мяча одновременно двумя руками.
- Бросок и ловля мяча одной рукой.
- Мяч перекидывается из одной руки в другую.
- Удар мяча об пол правой рукой, затем левой рукой.
- Удар мяча об пол из одной руки в другую.
- Бросок мяча вверх – хлопок перед собой.
- Мяч бросают о стену и ловят его поочередно правой и левой руками.
- Нужно наклониться вперед и, подталкивая мяч поочередно пальцами правой и левой руки, катить его вокруг стоп вправо и влево, описывая восьмерку.

**6. Рефлексия «Мячик».** Дети бросают мячик своему соседу справа и говорят фразу «Ты сегодня молодец, потому что...».

## **Занятие 29. Игры с мячиками – 2.**

**Цели:** развитие ловкости движений; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); кинезиологические мячики (по 2 шт. на каждого участника).

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие пяточками.

**2. Двигательное упражнение «Руки-ноги».** И.п. - стоя. Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами. Ноги вправо - руки влево. Ноги влево - руки вправо. Ноги вправо - руки вправо. Ноги влево - руки влево. Цикл прыжков повторить несколько раз.

**3. Глазодвигательное упражнение «Ленивые восьмерки».** Начертить в воздухе знак бесконечности сначала левой рукой, затем правой рукой (ладони в кулак, из кулака вверх большой палец), затем двумя руками одновременно (глаза следят за большими пальцами рук).

**4. Кинезиологическое упражнение «Цепочка».** Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном порядке (от мизинца к указательному пальцу). Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

### **5. Игры с кинезиологическими мячиками:**

- Бросок и ловля мяча одновременно двумя руками.

- Бросок и ловля мяча одной рукой.

- Мяч перекидывается из одной руки в другую.

- Удар мяча об пол правой рукой, затем левой рукой.

- Удар мяча об пол из одной руки в другую.

- На полу выкладывается верёвка. Для выполнения упражнения необходимо встать в начало этой полосы и двигаться вперед, чеканя мяч об пол то справа от линии, то слева от нее.

- Напарники кидают другу и ловят мяч одной рукой.

**6. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразы «Мне было трудно...», «Мне было легко...».

## **Занятие 29. Игры с кубиками.**

**Цели:** развитие ловкости движений; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности и быстроты реакции, пространственных представлений.

**Материалы и пособия:** дидактическая нейроигра «Попробуй повтори»; кубики (по 2 шт. на каждого участника).

### **Содержание занятия:**

- 1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие носочками.
- 2. Двигательное упражнение «Попробуй повтори»** Дети воспроизводят положение рук или позу, которую они видят на картинке.
- 3. Глазодвигательное упражнение «Вращение глаз».** 1. Принять устойчивую позу, спину и голову держать прямо. 2. Посмотреть вверх и очень медленно переводить взор по часовой стрелке, описывая взглядом окружность максимального радиуса. Движения глаз должны быть плавными, без рывков. Голова все время остается неподвижной. Сначала надо научиться совершать по одному полному круговому вращению глазами в каждую сторону, не допуская рывков и потери концентрации. Со временем - выполнять 2-3 поворота по часовой стрелке и столько же - против часовой стрелки.
- 4. Глазодвигательное упражнение «Расслабить глаза».** Повороты глаз 1. Посмотреть вверх, вниз, влево, вправо, в правый нижний угол, в левый верхний угол, в правый верхний угол, в левый нижний угол. 2. Повторять от 2 до 5 минут, удерживать голову неподвижно, стараться поворачивать глаза в самые крайние положения. 3. Расслабить глаза.
- 5. Кинезиологическое упражнение «Лезгинка».** Левую руку сложить в кулак, большой палец в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой.
- 6. Игры с кубиками.** Педагог и дети сидят в кругу. У каждого два кубика, по одному в руке. Взрослый совершает одновременные движения руками, поворачивая кубики в разных направлениях, дети подключаются и делают в одном ритме со взрослым:
  - одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении от себя;
  - одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении к себе;
  - одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в левую сторону;

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в правую сторону;
- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении внутрь, - одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками в направлении наружу;
- далее происходит усложнение: теперь кубик нужно поворачивать не на следующую грань, а через одну.

**7. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня я научился...».

### **Занятие 31. Ладочки – 1.**

**Цели:** развитие ловкости движений; тренировка силы, ритма вдоха-выдоха; развитие межполушарного взаимодействия; развитие памяти, внимания, чувства ритма, умения чувствовать и подстраиваться под партнера, соблюдать правила.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); кинезиологические мешочки (по количеству участников); ладочки жёлтого, зелёного, красного цвета; задание «Кулак-ребро-ладонь».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение-приветствие «Ладочки».** Педагог предлагает поприветствовать друг друга:

Ладочки «вверх» (*ладони поворачиваем «вверх»*)

Ладочки «вниз» (*ладони поворачиваем «вниз»*)

Ладочки «набок» (*ладони ставим «стеночками»*)

И сжали в кулачок (*сжимаем пальчики*)

Ладочки вверх подняли (*сжимая и разжимая пальчики, поднимаем руки вверх*)

И «здравствуйте!» - сказали (*дети здороваются*)

**2. Дыхательная гимнастика «Дыхание с задержкой, счет раз-два-три».** И. п.: Дети лежат на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены. Взрослый громко считает и подсказывает детям, что они должны делать: «вдох – раз, два-три». Во время счета дети постепенно делают глубокий вдох через нос (рот закрыт), живот во время вдоха постепенно надувается. Взрослый продолжает дальше считать: «Не дышим -раз -два-три». Дети должны задержать дыхание. Взрослый продолжает считать «выдох – раз-два-три». Дети постепенно делают полный выдох (шумно, через рот), живот во время выдоха

постепенно втягивается, рот закрывается. Нужно сделать непрерывно 5 циклов четырехфазного дыхания. Все четыре интервала (вдох- задержка дыхания – выдох – задержка дыхания) равны по времени.

**3. Кинезиологическое упражнение «Ладушки» (в парах).** 1) Хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером. 2) Руки у обоих перекрещены, хлопок, хлопок с партнером «левая — правая», хлопок с партнером «правая — левая».

**4. Игра с кинезиологическими мешочками «Успей хлопнуть».** Подбросить мешочек, хлопнуть в ладоши под согнутой в колене ногой. Поймать мешочек.

**5. Игра «Ритм».** Педагог задает ритм, отстукивая его одной рукой, например, "2-2-3" (в начале освоения дается зрительное подкрепление - дети видят руки инструктора, а в процессе освоения происходит постепенный переход только к слуховому восприятию, т.е. с закрытыми глазами). Затем детям предлагается повторить ритмический рисунок правой рукой, левой рукой, двумя руками одновременно (хлопки или удары перед собой) комбинированно (например, 2 - правой рукой, 2 - левой рукой, 3 - одновременно двумя руками).

**6. Подвижная игра «Разноцветные ладошки».** Разноцветные ладошки - это сигналы. Когда педагог поднимает зеленую ладонь - можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтую ладонь - можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал красной ладони - дети должны замереть на месте, молчать и не шевелиться. *(Приложение 1)*

**7. Кинезиологическое упражнение «Кулак-ребро-ладонь».** Прикладываем ладонь на синий прямоугольник, ребро - на зелёный ромб, кулачок – на красный овал. Выполняем упражнение одновременно двумя руками. *(Приложение 1)*

**8. Рефлексия «Ладонь».** Педагог предлагает детям взять ладошку зелёного цвета, если им понравилось занятие и красного – если что-то не понравилось.

### **Занятие 32. Ладонь – 2.**

**Цели:** развитие ловкости движений; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности, зрительно-моторной координации, ловкости движений, тактильных ощущений от прикосновений.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); задание «Цветные ладошки», цветные фишки; задание «Кулак-ребро-ладонь».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение-приветствие «Ладонь».** Педагог предлагает поприветствовать друг друга:

Ладонь «вверх» (*ладони поворачиваем «вверх»*)

Ладошки «вниз» (*ладошки поворачиваем «вниз»*)

Ладошки «набок» (*ладошки ставим «стеночками»*)

И сжали в кулачок (*сжимаем пальчики*)

Ладошки вверх подняли (*сжимая и разжимая пальчики, поднимаем руки вверх*)

И «здравствуйте!» - сказали. (*дети здороваются*)

**2. «Дышим правильно».** И. п. – сидя на полу, скрестив ноги, с прямой спиной.

Поднять руки вверх над головой с вдохом и опустить вниз на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь в туловище. Это упражнение хорошо тем, что оно автоматически заставляет ребёнка дышать правильно, у него просто нет возможности дышать по-другому. И. п. – сидя на полу. Прямые руки вытянуты вперёд или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. С вдохом поднять левую кисть вверх, одновременно опуская правую вниз (движение только в лучезапястном суставе). С выдохом – левая кисть вниз, правая – вверх.

**3. Нейроигра «Цветные ладошки».** Перед каждым ребёнком силуэты цветных ладошек (левой и правой руки). Дети должны дотронуться до ладошек в определенном порядке:

- двумя руками одновременно по словесной инструкции взрослого;

- двумя руками одновременно, но с опорой на цветные фишки (для каждой руки свои цветные фишки). (*Приложение 1*)

**4. Нейроигра «Хлоп-шлеп».** Дети кладут руки на ровную поверхность.

➤ По команде «Хлоп!» дети хлопают в ладоши, по команде «Шлеп!» одновременно шлепают ладонями о поверхность.

➤ После хлопка дети показывают большие пальцы, затем шлепают по поверхности, снова показывают большие пальцы и т. д.

**5. Подвижная игра «Слушай хлопки».** Педагог хлопает в ладоши, один раз – дети принимают позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны), два раза позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка нужно пошагать на месте.

**6. Кинезиологическое упражнение «Кулак-ребро-ладонь».** Прикладываем ладонь на синий прямоугольник, ребро - на зелёный ромб, кулачок – на красный овал. Выполняем упражнение одновременно двумя руками. (*Приложение 1*)

**7. Упражнение на расслабление «Рисунки на ладонях» (в парах).** Ведущий рисует на ладони одну из фигур (треугольник, круг, квадрат и т. д.) и просит его угадать, какая фигура нарисована.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня меня удивило...».

### **Занятие 33. Умные пальчики.**

**Цели:** развитие плавности движений; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности, восприятия, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); мячики Су-Джок (по количеству участников); карточки «Резиночки»; карточки с дорожками.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие». Приветствие кончиками пальцев.**

**2. Растяжка по осям.** Лежа на спине. Общее напряжение тела. Расслабление. Напряжение и расслабление по осям: верх – вниз (напряжение и расслабление только верхней половины тела, затем – нижней), лево – право напряжение и расслабление левой, затем правой половины тела).

**3. Кинезиологическое упражнение «Цепочка».** Поочередно соединяем большой палец с указательным, со средним и т.д., и через них попеременно пропускаем «колечки» из пальчиков другой руки.

**4. Игра с мячиком Су-Джок.**

Я мячом круги катаю, *(Движения выполняются по тексту)*

Взад - вперед его гоняю.

Им поглажу я ладошки,

А потом сожму немножко.

Каждым пальцем мяч прижму,

И другой рукой начну.

А теперь последний трюк!

Мяч катаю между рук!

**5. Нейроигра «Резиночки».** Дети выполняют задание по специальным карточкам со схемами одевания резинок на пальцы.

**6. Нейроигра «Хлоп-шлеп».** Дети кладут руки на ровную поверхность.

➤ После хлопка выкидываются одни пальцы (например, большие), после шлепка — другие (например, указательные).

➤ Хлоп — большой (палец), шлеп — указательный, шлеп-шлеп — мизинец.

**7. Нейродорожки.** На небольшие прямоугольники нужно установить указательный и средний палец, на длинные — указательный и средний палец, сложить вместе. Каждая

рука движется в одно и то же время по собственной дорожке, переставляя пальцы одновременно. Данное упражнение выполняется двумя руками.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня я могу похвалить себя за...».

### **Занятие 34. Наши ножки.**

**Цели:** развитие плавности и ловкости движений; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие межполушарного взаимодействия, логического мышления; развитие зрительно-моторной координации, тактильных ощущений.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); сенсорная дорожка; кинезиологические мешочки, доска Бильгоу, доска обратной связи, карточки; мяч.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие носочками.

**2. Растяжка «Пружинка».** И. п.: лежа на спине; ноги прямые, руки вдоль туловища. Поднять ноги и согнуть их в коленях, прижать к груди (выдох). Вернуться в и. п. (вдох). Повторить 6-8 раз.

**3. Двигательное упражнение «Руки-ноги».** И. п. - стоя. Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами. Ноги вправо - руки влево. Ноги влево - руки вправо. Ноги вправо - руки вправо. Ноги влево - руки влево. Повторить несколько раз.

**4. Дыхательная гимнастика «Носочки – пяточки».** Дети стоят с прямой спиной, ноги на ширине плеч, руки опущены вдоль туловища. Голова прямо, глаза смотрят вперед. Упражнение выполняется по команде взрослого «вдох-выдох». Во время команды взрослого «вдох» ребенок делает вдох через нос, поднимает руки вверх и встает на носочки. Во время команды взрослого «выдох» ребенок делает выдох через широко открытый рот, отводит руки назад и встает на пятки. Выполнить 5 раз.

**5. Перекрёстные движения «Колено – локоть».** И. п.: Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

**6. Сенсорные дорожки.** Детям предлагается поочередно, на носках, на пятках, на боковой поверхности стопы, ходить по сенсорной дорожке.

**7. Упражнение на балансировочной доске «Четвертый лишний».** Дети играют по очереди. Ребенок, стоя на балансировочной доске, выбирает лишний предмет из 4-х предложенных и бросает в него кинезиологический мешочек, закрывая лишнюю картинку.

**8. Игра «Сидячий футбол».** Прокатывание мяча из исходного положения, сидя.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня у меня получилось...».

### **Занятие 35. Фигуры.**

**Цели:** развитие ловкости движений; синхронизация работы правого и левого полушария; развитие концентрации и сосредоточенности, быстроты реакции, точности движений; развитие логического мышления, воображения.

**Материалы и пособия:** крупные разноцветные геометрические фигуры; кинезиологические мячи, 2 сменные поверхности на магнитной основе для мишени обратной связи (цветные круги и цифры), балансировочная доска; ламинированные карточки и маркеры; задание «Логические квадраты»; задание «Дорисуй овалы».

#### **Содержание занятия:**

- 1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие носочками.
- 2. Двигательное упражнение «Ходьба по фигурам».** На полу зала располагаются крупные разноцветные геометрические фигуры. Детям предлагается пройти от одной из них к другой в заранее обговоренной последовательности.
- 3. Упражнение на балансировочной доске «Брось правильно».** Дети выполняют задание по очереди. Ребенку дается определенная установка по бросанию мяча с уточнением руки и предмета попадания. Упражнение выполняется на балансировочной доске.
- 4. Упражнение «Межполушарное рисование».** Дети рисуют двумя руками фигуры на ламинированных карточках.
- 5. Упражнение «Логические квадраты».** Дети расставляют фигуры в таком порядке, чтобы они не повторялись слева-направо и сверху-вниз.
- 6. Упражнение «Дорисуй овалы».** Дети придумывают и рисуют предметы из овалов.
- 7. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Я хочу ещё раз...».

### **Занятие 36. Звёздочки.**

**Цели:** развитие чувства групповой сплочённости; развитие плавности и ловкости движений; тренировка силы вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); бумажные звёздочки на ленточках; звёздочки разного размера; нейродорожки «Звёздочки»; задание «Рисование двумя руками», маркеры (по 2 шт. на каждого участника).

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Созвездие».** Предложить детям встать в круг. Дети по цепочке поворачиваются к своему соседу справа и говорят, например, «Алёна, я – звезда и ты – звезда». Когда последний говорит свои слова, все берутся за руки и говорят: «А вместе мы – созвездие».

**2. Растяжка «Звезда».** И. п. – лёжа на спине, а затем на животе. Дети изображают своим телом звезду, слегка разведя руки и ноги, а затем выполняют растяжки. Усложнение заключается в том, что дети выполняют сначала линейные, а затем диагональные растяжки. При этом одновременно растягиваются сначала правая рука и левая нога, а потом – левая рука и правая нога.

**3. Дыхательное упражнение «Звёздочка».** Дети берут звёздочки на ленточках и дуют на них.

**4. Глазодвигательные упражнения «Звёздочки».** Педагог просит посчитать, сколько звёздочек в помещении.

**5. Кинезиологическое упражнение «Звёздочки».** Дети вытягивают руки перед собой. Одну руку сжимают в кулак, на второй руке пальцы расставлены в стороны. Ритмично сменяют позиции (звёздочки зажглись и погасли).

**6. Упражнение «Нейродорожки».** Дети выполняют задание двумя руками. Двигаются по картине снизу – вверх, затем сверху вниз по строчкам. На каждую звёздочку в строке нужно поставить пальцы. Количество звёздочек в каждой строке чередуется, соответственно и количество пальцев будет чередоваться (от 1 до 3).

**7. Рисование двумя руками «Звёздочки».** Дети соединяют пунктирные линии маркером на ламинированном листочке.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Больше всего мне запомнилось...».

#### **Занятие 37. Игрушки.**

**Цели:** развитие плавности и ловкости движений; тренировка силы вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие слуховой памяти, пространственной ориентации.

**Материалы и пособия:** картинки с игрушками; задание «Запомни картинки»; мяч; игрушки;

## Содержание занятия:

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие открытыми ладонями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Мишки, кубики, машинки

И конструкторы большие,

И мячи, и безделушки –

Это всё мои... (Игрушки)

**3. Упражнение «Сломанная кукла».**

- Иногда игрушки ломаются, но им можно помочь. Давайте изобразим куклу, у которой оборвались веревочки, крепящие голову, шею, руки, тело, ноги. Она вся разболталась, с ней не хотят играть... Потрясите всеми разломанными частями одновременно. А сейчас собирайте, укрепляйте веревочки — медленно, осторожно соедините голову и шею, выпрямите их, теперь расправьте плечи и закрепите руки, подышите ровно и глубоко, и на месте будет туловище, ну и выпрямите ноги. Всё — куклу починили вы сами, теперь она снова красивая, с ней все хотят играть!».

**4. Дыхательная гимнастика «Надуй шарик».** И. п.: ребёнок сидит или стоит. Надувая шарик, широко разводит руки в стороны и глубоко вдыхает, затем медленно сводит руки, соединяя ладони перед грудью, и выдувает воздух – «ффф». «Шарик лопнул» - хлопнуть в ладоши, «из шарика выходит воздух»- ребенок произносит: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

**5. Упражнение «Глаз – путешественник».** Развесить различные рисунки игрушек в разных углах и по стенам. И. п. – стоя. Не поворачивая головы, найти глазами тот или иной предмет, названный педагогом.

**6. Упражнение «Запомни картинки».** Взрослый называет 8 предметов, которые дети должны запомнить: мишка, кубик, мяч, пирамидка, самолёт, машинка, зайчик, неваляшка.

**7. Подвижная игра «Ты катись, веселый мяч».** Игроки передают мяч по кругу из рук в руки со словами:

Ты катись, веселый мяч,

Быстро-быстро по рукам,

У кого веселый мяч –

покажи движенье нам.

Игрок, у которого оказался мяч, выходит в центр круга и показывает любое упражнение (без мяча), а остальные игроки его повторяют.

**8. Игра «Определи место игрушки».** Педагог раскладывает на столе в один ряд различные детские игрушки (машина, пирамидка, мяч, мишка, кукла и др.), спрашивает: «Между какими игрушками стоит пирамидка?». Ребенок должен дать полный ответ: «Пирамидка стоит между машиной и мячом». После двух-трех ответов взрослый меняет игрушки местами. Постепенно при повторении игры можно по одной заменять игрушки другими.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня я запомнил...».

### **Занятие 38. Весна.**

**Цели:** развитие чувства групповой сплочённости; развитие плавности и ловкости движений; развитие внимательности, восприятия, мелкой моторики рук, снятие психомышечного напряжения.

**Материалы и пособия:** верёвка; задание «Подснежник»; задание «Путаница» цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

##### **1. Упражнение «Приветствие».**

Здравствуй, небо голубое!  
Здравствуй, солнце золотое!  
Здравствуй, вольный ветерок!  
Здравствуй, солнечный денек!  
Здравствуй, маленький дубок!  
Динь-дон, динь-дон  
Слышим мы капли звон,  
Улыбнуться нам пора,  
С добрым утром, детвора!

##### **2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Ручей шумит, как водопад.  
Скворцы к скворечнику летят.  
Звенят под крышами капли.  
Медведь с еловой встал постели.  
Всех солнышко тепло ласкает.

Кто это время года знает? (Это весна).

Педагог предлагает вспомнить признаки весны (яркое солнце, тает снег, сосульки, ручейки, прилетают птицы и т.д.).

**3. Растяжка «Солнышко».** И.п. – ноги на ширине плеч, левая (правая) стопа развёрнута наружу, руки в стороны. На выдохе - наклоняться в левую (правую) сторону, пока левая (правая) рука не коснётся пола, правая (левая) рука вытянута вверх.

**4. Упражнение «Сосулька».**

- Встаньте, закройте глаза, руки поднимите вверх. Представьте, что вы — сосулька. Напрягите все мышцы вашего тела. Запомните эти ощущения. Замрите в этой позе на 1–2 минуты. Затем представьте, что под действием солнечного тепла вы начинаете медленно таять. Расслабляйте постепенно кисти рук, затем мышцы плеч, шеи, корпуса, ног и т.д. Запомните ощущения в состоянии расслабления. Выполняйте упражнение до достижения оптимального психоэмоционального состояния. Это упражнение можно выполнять лежа на полу.

**5. Подвижная игра «Через ручеёк».** Для этой игры понадобится веревочка, которая будет лежать на полу и обозначать «береговую линию». Участники стоят на «земле» (по одну сторону веревочки). С другой стороны «течет» ручеёк. Педагог предлагает перепрыгнуть ручеёк несколько раз.

**6. Игра на внимательность «Почки, листочки, цветочки».** При слове «почки», дети показывают кулачки, когда произносится слово «листочки» - показывают ладошки со сжатыми пальцами, а когда слово «цветочки» - разводят пальцы в стороны.

**7. Упражнение «Подснежник».** Дети находят подснежник и раскрашивают листик зелёным цветом.

**8. Упражнение «Путаница».** Дети находят и называют все предметы, а затем раскрашивают только скворечник.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня меня удивило...».

### **Занятие 39. Цветок.**

**Цели:** развитие чувства групповой сплочённости; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** нейродорожки «Цветок»; нейроигра «Цветы»; задание «Лабиринт», задание «Рисование двумя руками», мольберт, разноцветные лепестки на магнитной основе.

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие открытыми ладонями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

На рассвете распускаются,  
Ночь приходит, закрываются,  
Ароматом всех манят,  
Наполняют чудом сад. (Цветы.)

**3. Упражнение «Цветик-семицветик».** Представьте, что у каждого из вас по волшебному цветику-семицветику, и вы можете загадать желание тому, кто для вас дорог. Подумайте и скажите, чтобы вы хотели им подарить.

**4. Дыхательная гимнастика «Подуй на одуванчик».** И. п.: стоя, дети делают глубокий вдох носом, затем длинный выдох через рот, как будто хочет сдуть с одуванчика пух.

**5. Нейродорожки «Цветок».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**6. Нейроигра «Цветы».** Педагог показывает картинки с цветами. Красный цветок – хлопок над головой, синий цветок – хлопок по столу. Сколько цветов – столько хлопков.

**7. Упражнение «Лабиринт».** Дети находят, где чей цветок.

**8. Рисование двумя руками.** Дети обводят цветы простым карандашом двумя руками одновременно.

**9. Психогимнастический этюд «Цветок».**

*Дети встают в круг, выполняют следующие действия под спокойную музыку:*

- Представьте, что каждый из вас – маленькое семя, оно лежит в земле. Присядьте, обхватите голову руками. Но вот пригрело солнышко, и семечко начало прорастать. Поднимите голову, раскройте ладони. Это маленький слабый росток. Солнышко греет все сильнее, прошел теплый дождик, и росток стал подниматься все выше и выше. И мы поднимаемся, руки вверх, в стороны. Ветерок нас раскачивает, солнышко пригревает, цветочки улыбаются солнышку, подставляют свое лицо, листочки-ладошки. Как хорошо, как приятно!

**10. Рефлексия «Цветик-семицветик».** Дети выбирают для себя лепесток, цвет которого наиболее подходит к цвету настроения. Затем все лепестки собирают в общий цветок.

#### **Занятие 40. Солнышко.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; развитие межполушарного взаимодействия; снятие психомышечного напряжения.

**Материалы и пособия:** задание «Рисование двумя руками»;

#### **Содержание:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кончиками пальцев.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Большой подсолнух в небе,  
Цветёт он много лет,  
Цветёт зимой и летом,  
А семечек всё нет. (Солнце)

**3. Упражнение «Сотвори в себе солнце».**

- В природе есть солнце. Оно светит, всех любит и греет. Давайте сотворим солнце в себе. Закройте глаза, представьте в своем сердце маленькую звездочку. Мысленно направляем к ней лучик, который несет любовь. Мы чувствуем, как звездочка увеличилась. Направляем лучик с добром, звездочка стала еще больше. Я направляю к звездочке лучики, которые несут радость, тепло, свет, нежность, ласку. Теперь звездочка становится большой, как солнце. Оно несет тепло всем, всем, всем (руки в стороны).

**4. Растяжка. «Тянемся к солнышку».** Дети встают у стены, касаясь её пятками, лопатками, плечами и затылком. Делают вдох, поднимают руки вверх, задерживают дыхание. Представляют, что он кончиками пальцев рук пытаются дотронуться до солнышка. При этом необходимо тянуться вверх телом, начиная с пальцев рук, потом запястьями, локтями, плечами, грудным отделом, поясницей и ногами, но без особого напряжения и не отрывая пяток от пола.

**5. Упражнение «Солнышко и тучка».** Солнышко зашло за тучку, стало холодно. Дети сжимаются в комок, чтобы согреться, при этом задерживают дыхание. «Солнышко вышло из — за тучки, стало тепло. Дети расслабляются. Выдох.

**6. Рисование двумя руками.** Дети обводят солнышко простым карандашом двумя руками одновременно.

**7. Упражнение «Солнечный зайчик».**

- Солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике. На щечках, на подбородке (поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть) голову, шею, животик, руки, ноги, он забрался за шиворот, погладьте его и там. Погладьте его и подружитесь с ним.

**8. Рефлексия «Солнышко».** Педагог просит детей закончить предложение: «Моё настроение похоже на...»: солнышко; солнышко с тучкой; тучку; тучку с дождиком; тучку с молнией.

#### **Занятие 41. Облака.**

**Цели:** развитие чувства групповой сплочённости; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие межполушарного взаимодействия; развитие воображения, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук, снятие психомышечного напряжения.

**Материалы и пособия:** тренажёр для глаз; задание «Рисование двумя руками», маркеры, влажные салфетки; задание «Оживи облака», цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие открытыми ладонями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Без крыльев летят,

Без ног бегут,

Без паруса плывут. (Облака)

**3. Растяжка «Дотянуться до небес».** - Сцепите обе руки в замок и потянитесь вверх, как будто хотите достать до неба. Ладони должны быть обращены в потолок (упражнение выполняется сидя).

**4. «Облако дыхания».** И. п. – стоя, руки опущены. Делаем медленный вдох через нос, надуваем животик, руки перед грудью. Медленный выдох через рот, одновременно рисую круг симметрично обеими руками. Стараемся распределить воздух на весь круг, повторяем три раза.

**5. Глазодвигательные упражнения с офтальмотренажёром.** Упражнение выполняется сидя на стуле или стоя с использованием указки. При этом педагог следит за осанкой детей, учит держать голову прямо и работать только глазами.

**6. Рисование двумя руками «Облака».** Дети обводят маркерами облака на ламинированном листке.

**7. Упражнение «Оживи облака».** Дети дорисовывают необходимые элементы, чтобы оживить облака.

**8. Упражнение «Плывём в облаках».** Педагог медленно произносит слова: «Лягте и займите удобное положение. Закройте глаза. Дышите легко и медленно. Вообразите, что вы находитесь на природе в прекрасном месте. Сегодня необыкновенно хороший день. Вам тепло, и вы чувствуете себя хорошо. Вы абсолютно спокойны. Вы лежите и смотрите вверх на облака – большие, белые, пушистые облака, в прекрасном синем небе. Дышите свободно. Во время вдоха вы начинаете мягко подниматься над землёй и медленно, мягко поднимаетесь вверх, навстречу большому пушистому облаку. Вы поднимаетесь ещё выше на самую верхушку облака и мягко утопаете в нём. Теперь вы плывёте на вершине большого пушистого облака. Ваши руки и ноги свободно раскинуты в стороны, и вы плывёте на самом большом и мягком облаке из тех, что можно сейчас видеть на небе. А, теперь нам пора спускаться обратно на землю...Ваше облако плавно и мягко плывёт всё ниже и ниже, пока не достигнет земли...». Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне было трудно...», «Мне было легко...».

#### **Занятие 42. Птицы.**

**Цели:** развитие плавности и ловкости движений; тренировка силы вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие межполушарного взаимодействия; развитие пространственной ориентации, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук, снятие психомышечного напряжения.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); птички из бумаги; тренажёр для глаз; нейродорожки «Лебеди»; задание «Куда летят птички».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие локтями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Рук нет,

А строить умеет. (Птица)

**3. Растяжка «Лебедь».** И. п. Лежа на спине, ноги вместе, руки вдоль туловища. 1) На выдохе – согнуть правую (левую) ногу, прижать ее к туловищу. Вытянутая левая (правая) нога на полу. 2) Выпрямить правую (левую) ногу и потянуть к себе. 3) И.п.

**4. Дыхательная гимнастика «Птички».** На столе ставят птичек (у самого края стола) на расстоянии не менее 30 см друг от друга. Вызывают двоих детей, каждый садится напротив птички. По сигналу «птички полетели» дети дуют на фигурки, остальные следят, чья птичка дальше улетит.

**5. Глазодвигательное упражнение.** Работа с тренажёром проходит в режиме смены динамических поз, когда дети поочерёдно сидят или стоят возле тренажёра.

**6. Нейродорожки «Лебеди».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**7. Упражнение «Куда летят птички».** Дети раскрашивают птиц, которые летят направо - жёлтым цветом, налево – коричневым.

**8. Упражнение «Спаси птенца».** «Представьте, что у вас в руках маленький беспомощный птенчик. Вытяните руки вверх ладонками. А теперь давайте согреем его, медленно, по одному пальцу сложите ладонки, спрячьте в них птенчика, подышите на него, согревая своим спокойным, ровным дыханием, приложите ладонки к своей груди и отдайте птенчику доброту своего дыхания и сердца. А теперь раскройте ладонки, и вы увидите, что птенчик радостно взлетел ввысь, улыбнитесь ему и не грустите, он еще к вам прилетит!».

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне было интересно...».

### **Занятие 43. Дерево.**

**Цели:** развитие плавности и ловкости движений; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; повышение эластичности, тонуса глазных мышц; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); три обруча (красного, зелёного, синего цвета); задание «Рисование двумя руками», простые карандаши (по 2 шт. на каждого участника), планшеты (на каждого участника).

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие коленками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Весной одевается,

А осенью раздевается. (Дерево)

**3. Растяжка «Дерево».** И. п. - сидя на корточках. Детям предлагается спрятать голову в колени, колени обхватить руками. Это семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Дети медленно поднимаются на ноги, затем распрямляют туловище, вытягивают руки вверх. Затем напрягают мышцы тела и вытягивают его вверх. Подул ветер: дети раскачивают тело, имитируя дерево.

**4. Дыхательная гимнастика «Дерево на ветру».** И. п.: сидя на полу, скрестив ноги (варианты: сидя на коленях или на пятках, ноги вместе). Спина прямая. Поднять руки вверх над головой с вдохом и опускать вниз, на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище, будто гнется дерево.

**5. Глазодвигательное упражнение «Будем вместе мы играть».**

Один-два-три-четыре-пять

Будем с вами мы играть.

Вы смотрите, не зевайте

И за мной все повторяйте.

Мы посмотрим далеко (смотрим вдаль),

Мы посмотрим близко (смотрим перед собой),

Мы посмотрим высоко (не поднимая головы, смотрим вверх),

Мы посмотрим низко (не поднимая головы, смотрим вниз).

А теперь по сторонам: тут и там, тут и там (не поднимая головы, смотрим по сторонам).

Вдаль на палец посмотри (отводим палец далеко, смотрим на него),

Близко к носу поднеси (подносим палец к кончику носа, смотрим на него).

Раз, два, три – закрой глаза,

Раз, два, три – открой глаза.

**6. Подвижная игра «К дереву беги».** На полу раскладывается три обруча. Каждый обруч обозначает какое-либо дерево. Красный – рябина, зелёный – берёза, синий – ель. Педагог называет дерево, все дети должны внимательно слушать, какое дерево названо, и в соответствии с этим перебежать от одного дерева к другому. Кто ошибся, выходит из игры.

**7. Нейродорожки «Деревья».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза). *(Приложение 1)*

**8. Рисование двумя руками «Дерево».** Дети обводят дерево простым карандашом двумя руками одновременно.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Теперь я умею...».

#### **Занятие 44. Краски.**

**Цели:** тренировка силы вдоха-выдоха; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); задание «Краски»; упражнение «Зеркальное рисование», цветные карандаши.

## Содержание занятия:

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие локтями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Ими рисуют, красят заборы,

Машины стальные и пароходы! (Краски)

**3. Дыхательное упражнение «Вдох-выдох».** Дети лежат на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы рук плотно прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены, дети не должны шевелить ногами. Упражнение выполняется только по команде взрослого «вдох-выдох». Во время команды взрослого «ВДОХ» дети делают глубокий вдох через нос (рот закрыт), затем во время команды взрослого «ВЫДОХ» дети делают выдох через широко открытый рот (шумно).

**4. Игра «Дотронься до ...».** Все играющие одеты по-разному. Ведущий выкрикивает: «Дотронься до... синего!» Все должны мгновенно сориентироваться, обнаружить у участников в одежде что-то синее и дотронуться до этого цвета. Цвета периодически меняются, кто не успел — ведущий.

**5. Подвижная игра «Краски».** Выбирается ведущий-продавец и один покупатель-монах. Остальные дети - краски. Участники-краски сидят в кругу. Продавец тихо (на ушко) говорит каждому, какой цвет краски ему соответствует. Дети запоминают свой цвет. Монах-покупатель не должен знать цвета красок. Монах приходит в магазин красок и обращается к продавцу:

- Я монах в синих штанах, пришел за краской.

- За какой?

Монах называет цвет краски (например, голубой). Если такой краски нет, то продавец отвечает:

- Нет такой! Скачи по голубой дорожке, на одной ножке, найдешь сапожки, поноси, да назад принеси!

Задания для монаха могут быть разные: проскакать на одной ножке, пройти уточкой, вприсядку или как-то по-другому. Если названная краска в магазине присутствует, то продавец отвечает монаху:

- Есть такая!

- Сколько стоит?

- Пять рублей (Монах громко хлопает по ладони продавца пять раз).

При последнем хлопке названная "краска" убегает, а монах пытается ее догнать. Если он догоняет краску, то сам становится краской, а пойманный участник-краска становится покупателем-монахом и игра продолжается. Если же монах не смог поймать краску, то игра начинается сначала.

**6. Упражнение «Краски».** Повторяем нужным пальчиком заданную последовательность цветов, указанных на прямоугольниках, приподнимая необходимый палец над палитрой.

**7. Зеркальное рисование.** Дети раскрашивают кружочки с правой стороны, отсчитывая их от пунктирной линии.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Я хочу ещё раз...».

#### **Занятие 45. Шарики.**

**Цели:** тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие ловкости движений; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности, логического мышления, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); задание «Нейродорожки»; задание «Продолжи закономерность», цветные карандаши; задание «Лабиринт».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие большим пальчиком.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Он на нитке-поводке.

Нитка держится в руке.

Лёгкий, праздничный, смешной

И в придачу надувной. (Шарик)

**3. Дыхательная гимнастика «Надуй шарик».** И. п.: стоя. Дети, надувая шарик, широко разводят руки в стороны и глубоко вдыхают, затем медленно сводят руки, соединяя ладони перед грудью, и выдувают воздух – «ффф». «Шарик лопнул» - хлопают в ладоши, «из шарика выходит воздух»- произносят: «шшш», вытягивая губы хоботком, опуская руки и оседая, как шарик, из которого выпустили воздух.

**4. Функциональное упражнение «Шарик».** И. п.: сидя на коврике, скрестив ноги, спина прямая. 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. Повторить 3-4 раза.

**5. Двигательное упражнение «Марширование за спиной».** Чтобы у зайчика ноги были быстрые, он делает упражнения. Дети поочередно соединяют за спиной правую ладонь с левой стопой, затем левую ладонь с правой стопой.

**6. Упражнение «Нейродорожки».** Дети выполняют задание двумя руками. Двигаются по картине снизу – вверх, затем сверху вниз по строчкам. На каждый шарик в строке нужно поставить пальцы. Количество шариков в каждой строке чередуется, соответственно и количество пальцев будет чередоваться (от 1 до 3).

**7. Упражнение «Продолжи закономерность».** Дети раскрашивают шарики в указанном порядке.

**8. Упражнение «Лабиринт».** Дети помогают медвежонку добраться до шарика.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Больше всего мне запомнилось...».

#### **Занятие 46. Весёлые обезьянки».**

**Цели:** развитие ловкости движений; тренировка плавного вдоха, длительного выдоха; развитие межполушарного взаимодействия; развитие внимательности, зрительно-моторной координации, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** кинезиологические мячики; задание «Нейродорожки»; задание «Штриховка».

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие улыбкой.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Улыбается чуть слышно,

Добродушная маргышка.

Головою вниз свисает,

Хвост ей руки заменяет.

Говорит смешно: «У – а!»

Что-то вкусное нашла.

Лакомство её бананы.

Это, братцы – ... (Обезьяна)

3. **Растяжка «Обезьянка».** И. п.: сидя на стуле. Дети держат руки на уровне груди рядом с телом, ладонями от себя, локти опущены. Ноги вытянуты прямо перед собой, слегка согнув в коленях, пятками упираются в пол.
4. **Дыхательная гимнастика «Обезьянка».** И. п.: сидя на стуле. Дети резко сжимают кисти и ступни, делая хватяющее движение, – вдох носом! Тут же расслабили руки и ноги, одновременно выпуская использованный воздух через рот. Вдох – активный, выдох – пассивный.
5. **Подвижная игра «Ходьба наоборот».** Ходьба спиной вперёд.
6. **Игры с кинезиологическими мячиками.** Жонглирование двумя мячиками.
7. **Нейродорожки «Обезьянки».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).
8. **Упражнение «Штриховка».** Дети соединяют пунктирные линии и штрихуют шарики в том направлении, в котором показано.
9. **Психогимнастика «Обезьянки строят рожицы».** Педагог просит показать обезьянок в разном настроении (обезьянки разозлились, загрустили, удивились, испугались, обрадовались).
10. **Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Я доволен собой, потому что...».

#### **Занятие 47. Транспорт.**

**Цели:** развитие внимательности, умения действовать по сигналу; развитие межполушарного взаимодействия; развитие пространственной ориентации, восприятия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** флажки (красный, желтый, зеленый), цветные кольца (по количеству детей); нейродорожки «Автомобили»; задание «Определи направление», цветные карандаши; задание «Найди тень».

#### **Содержание занятия:**

1. **Упражнение «Приветствие».** Приветствие пяточками.

2. **Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Есть и водный, и воздушный,

Тот, что движется по суше,

Грузы возит и людей.

Что это? Скажи скорей! (Транспорт)

3. **Дыхательная гимнастика «В мастерской».**

Описание: Прокололась шина у машины. Произнесение звука: «Ш-ш-ш-ш-ш».

Насос. Произнесение звука: «С-с-с-с-с».

Произнесение слога ту на одном выдохе: «Ту-ту-ту-ту».

Сигналит машина. Произнесение слога на одном выдохе: «Би-би-би-би.».

**4. Игра «Будь внимателен».** Дети хлопают в ладоши, когда услышат слово, обозначающее транспорт: самолёт, диван, велосипед, кастрюля, мяч, самокат, дом, гараж, троллейбус, автобус, сад, стул, стол, самосвал, светофор, пылесос, слон, собака, сапоги, корабль.

**5. Подвижная игра «Цветные автомобили».** Дети размещаются вдоль стены комнаты. Они — автомобили. Каждому из играющих, дается кольцо какого-либо цвета (по желанию). Педагог стоит лицом к играющим в центре комнаты. Он держит в руке три цветных флажка. Педагог поднимает флажок какого-нибудь, цвета. Все дети, имеющие кольцо этого цвета, бегут по комнате (в любом направлении), на ходу они гудят, подражая автомобилю. Когда педагог опустит флажок, дети останавливаются и направляются каждый в свой гараж. Затем педагог поднимает флажок другого цвета, и игра возобновляется. Педагог может поднимать один, два или все три флажка вместе, и тогда все автомобили выезжают из своих гаражей.

**6. Нейродорожки «Автомобили».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**7. Упражнение «Определи направление».** Дети определяют, в каком направлении едут машины и обводят машины, которые едут направо – зелёным цветом, налево – красным.

**8. Упражнение «Найди тень».** Дети определяют, какая тень подходит к транспорту.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне было трудно...», «Мне было легко...».

#### **Занятие 48. Ракета.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы выдоха; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие пространственной ориентации, восприятия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); задание «Нейродорожки»; задание «Найди одинаковые ракеты»; задание «Выкладывание узора из палочек двумя руками»; задание «Раскрась ракеты», цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие носочками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Крыльев нет,

Но эта птица

Полетит и прилунится. (Ракета)

**3. Растяжка «Ракета».** И. п.: Лежа на спине, плавно поднимаем ноги вверх. Упираясь руками в поясницу, поднимаем нижнюю часть туловища. Ноги тянуть вверх, выпрямляя их. Ракета готова к старту! Три, два, один – пуск! Опускаемся: ложимся на спину и отдыхаем перед следующим запуском. Повторить 3 раза.

**4. Дыхательная гимнастика «Космическая ракета».** Дети, сидя на корточках, сначала тихо произносят звук запускающегося мотора: «У-у-у». Постепенно приподнимаются сами и поднимают руки, усиливают гул. Затем с громким криком: «Ух!» подпрыгивают и хлопают в ладоши. Выполнить 3 раза.

**5. Нейродорожки «Ракеты».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**6. Упражнение «Найди одинаковые ракеты».** Дети находят одинаковые ракеты и обводят их.

**7. Упражнение «Выкладывание узора из палочек двумя руками».** Дети выкладывают ракету по образцу из счётных палочек.

**8. Упражнение «Раскрась ракеты».** Дети раскрашивают ракеты, которые летят вверх – красным цветом, вниз – синим, налево – зелёным, направо – жёлтым.

**9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне бы хотелось повторить упражнение...».

#### **Занятие 49. Самолёт.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка плавного вдоха-выдоха; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие пространственной ориентации, восприятия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); офтальмотренажёр; задание «Нейродорожки»; задание «Выкладывание узора из палочек двумя руками»; задание «Путаница», цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие открытыми ладонями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Железная птица в небе кружится,

По сигналу пилота на землю садится. (Самолёт)

- 3. Растяжка «Самолёт взлетает».** И. п.: сидя на коленях, руки вдоль туловища. 1) Выпрямить назад правую ногу, сесть на левую пятку (вдох). 2) Руки поднять в стороны, позвоночник вытянуть вверх (выдох). 3-4) Руки поднять вверх, спина прямая, позвоночник вытянуть вверх (вдох). То же другой ногой.
- 4. Глазодвигательное упражнение «Тренажёр».** Педагог указкой с наконечником проводит по рисунку в направлении стрелок.
- 5. Кинезиологическое упражнение «Самолётики».** Дети держат руки перед собой. Правая рука сложена в ладонь, пальцы направлены вверх, большой палец отставлен в сторону. Левая рука сложена в кулак, опирается в основание ладони, локоть направлен в сторону. Затем происходит одновременная смена положения рук.
- 6. Нейродорожки «Самолёты».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).
- 7. Упражнение «Выкладывание узора из палочек двумя руками».** Дети выкладывают самолёт по образцу из счётных палочек.
- 8. Задание «Путаница».** Дети находят и называют все предметы, а затем раскрашивают только самолёт.
- 9. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне было интересно...».

### **Занятие 50. Кораблик.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы вдоха-выдоха; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие пространственной ориентации, восприятия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** таз с водой и бумажные кораблики; задание «Нейродорожки»; задание «Рисование двумя руками», маркеры (по 2 шт. на каждого участника); задание «Обведи рисунок», простые карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие коленями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

По волнам дворец плывет,

На себе людей везет. (Корабль)

**3. Упражнение «Кораблик».** Представим себе, что мы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги пошире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижимаем к полу правую ногу, левая расслаблена, немного согнута в

колене, носком касается пола. Выпрямились! Расслабили ногу. Качнуло в другую сторону, прижимаем к полу левую ногу. Выпрямились! Вдох – выдох! «Стало палубу качать! Ногу к палубе прижать! Крепче ногу прижимаем, А другую расслабляем. Снова руки на колени, А теперь немножко лени... Напряженье улетело, И расслаблено всё тело... Наши мышцы не устали И ещё послушней стали. Дышится легко...ровно...глубоко...».

**4. Дыхательная гимнастика «Пускание корабликов».** Дети сидят большим полукругом. В центре на маленьком столе стоит таз с водой. Дети по очереди подходят и дуют на кораблики.

**5. Нейродорожки «Кораблики».** Дети проводят указательными пальчиками по предложенному узору двумя руками (вверх-вниз 3 раза).

**6. Рисование двумя руками «Кораблик».** Дети проводят линии маркером в том направлении, которым указывают стрелки.

**7. Упражнение «Обведи рисунок».** Дети обводят рисунок по пунктирным линиям простым карандашом двумя руками.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня у меня получилось...».

### **Занятие 51. Паровозик.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы вдоха-выдоха; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие пространственной ориентации, восприятия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); канат диаметром 1,5 см; задание «Найди паровозики»; задание «Повтори узор», простые карандаши; мольберт, картинка поезда с вагончиками, смайлики.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие мизинчиками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Братцы в гости снарядились,

Друг за другом уцепились.

И помчались в путь далек,

Лишь оставили дымок. (Поезд)

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

**4. Дыхательное упражнение «Гудит паровоз».** И. п. - стоя в колонне «паровозиком». Педагог предлагает представить, что они превратились в паровоз с вагончиками. Цепляйтесь друг за друга и поехали! Дети колонной, не спеша, передвигаются по комнате, попеременно работая согнутыми в локтях руками и произнося: «Чух- чух- чух!». А как гудит паровоз? Делаем резкий короткий вдох, задерживаем дыхание на 1-2 секунды и выполняем длинный протяжный выдох со звуком «У-у-у...».

**5. Игра «Путешествие дружных паровозиков»** (с препятствиями). На полу кладется канат диаметром 1,5 см. Участники выстраиваются друг за другом, держат за пояс впереди стоящего. Всем завязывают глаза и предлагают «пройтись по канату» так, чтобы постоянно ощущать его под ногами. Но на этот раз путь очень извилист и на нем возникают разные препятствия (геометрические модули, стулья и др.). Затем, после каната проползти по тоннелю. Очень важна роль ведущего-локомотива. Он предупреждает остальные «вагончики» о препятствиях.

**6. Упражнение «Найди паровозики».** Дети находят одинаковые паровозики и обводят их в кружок.

**7. Упражнение «Повтори узор».** Дети соединяют точки простым карандашом на картинке справа, точно так же как и слева.

**8. Рефлексия «Поезд».** На мольберте поезд с вагончиками, на которых обозначены этапы занятия. Дети берут смайлик и опускают «веселое личико» в тот вагончик, который указывает на то задание, которое им было интересно выполнять.

### **Занятие 52. Насекомые.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие пространственной ориентации, восприятия, логического мышления, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); офтальмотренажёр; нейроигра «Насекомые»; задание «Найди стрекозу»; задание «Продолжи узор», простые карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кончиками пальцев.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Громко я жужжу, летая,  
Мёд целебный собирая.  
Всем полезна и мила  
Хлопотливая (пчела).  
Красненькие крылышки,  
Чёрные горошки.  
Кто это гуляет  
По моей ладошке? (Божья коровка)  
Хоть имеет много ножек,  
Всё равно бежать не может.  
Вдоль по листику ползёт,  
Бедный листик весь сгрызёт. (Гусеница)  
- Ребята, и пчела, и гусеница, и бабочка, кто это? (Насекомые)

**3. Растяжка «Божья коровка».** И. п.: сидя на пятках, руки вдоль туловища. 1) Выпрямиться, потянуться вверх, сесть на пятки, наклон вперед, носом коснуться колен, руки отвести назад. 2) Вернуться в и. п.

**4. Упражнение «Гусеница».** И. п.: встать на четвереньки. 1) Поднять колени к рукам, не отрывая ног от пола. 2) Переставить обе руки одновременно вперед как можно дальше. Так передвигается гусеница.

**5. Дыхательная гимнастика «Весёлая пчёлка».** На выдохе произнесите "з-з-з". Представьте, что пчёлка села на нос (звук и взгляд направить к носу), на руку, на ногу.

**6. Глазодвигательное упражнение «Тренажёр».** Педагог указкой с наконечником проводит по рисунку в направлении стрелок.

**7. Нейроигра «Насекомые».** Дети двумя руками одновременно находят одинаковых насекомых.

**8. «Упражнение «Найди стрекозу».** Дети находят всех стрекоз и обводят их в кружок.

**9. Упражнение «Продолжи узор».** Дети определяют закономерность расположения фигур на гусеницах и продолжают узор.

**10. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Мне было трудно...», «Мне было легко...».

### **Занятие 53. Бабочка.**

**Цели:** развитие плавности движений, ловкости; тренировка силы вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие восприятия, мелкой моторики рук, снятие психомышечного напряжения.

**Материалы и пособия:** коврики (по количеству участников); бумажные бабочки на ленточках; задание «Найди бабочек»; задание «Раскрась бабочку», цветные карандаши, планшеты (по количеству участников), мольберт, бумажные цветы и бабочки с двусторонним скотчем.

### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие плечиками.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Над цветком порхает, пляшет,

Веерком узорным машет. (Бабочка)

**3. Растяжка «Бабочка».** Садимся в позицию «прямого угла», но ноги уже согнуты в коленях, стопы сведены вместе. Затем колени разводятся в стороны, а стопы ног обхватываются руками, спина должна быть прямой. Нужно как можно ниже опустить колени и в таком положении задержаться на некоторое время, и вернуться в прежнюю позицию. Движения должны быть динамичными, дыхание при выполнении произвольное.

**4. Дыхательная гимнастика «Бабочка, лети!».** Дети берут бумажных бабочек на ленточках и дуют на них, чья полетит выше (при этом следить, чтобы дети сделали длительный плавный выдох).

**5. Глазодвигательное упражнение «Бабочка».** Плавные движения глаз вырисовывают бабочку. Правый верхний угол — правый нижний угол, вверх по диагонали — левый верхний угол, левый нижний и т.д.

**6. Упражнение «Найди бабочек».** Дети находят всех бабочек и обводят по контуру каждую бабочку разным цветом.

**7. Упражнение «Раскрась бабочку».** Дети раскрашивают бабочку двумя руками одновременно.

**8. Релаксация «Бабочки».** Педагог просит детей «превратиться» в бабочек и показывать жизнь бабочек в соответствии с его рассказом: «Светит яркое солнышко. Бабочка только что проснулась. Она расправляет плечи, потягивается, проверяет свои ножки. Ей радостно. Она начинает махать крылышками медленно, потом все быстрее и быстрее, а затем взлетает. Она летит в теплом-теплом радостном воздухе. Жаркое солнце греет ее крылышки. От радости она смеется: "Какой чудный день!"» Вот она увидела цветок, села, сложила крылышки и вдыхает его аромат: как вкусно он пахнет! Наверное, цветку тоже радостно. Темнеет. Бабочка садится, складывает крылышки и засыпает. Вокруг становится темно-темно. Темная ночь. Ничего не видно. Бабочке

холодно, она дрожит. Но вот наступает утро. Лучик солнца прикасается к ее глазам. Бабочка просыпается, открывает глазки, встает... Далее продолжается то же самое... Бабочка сидит рядом с цветком, ей очень весело. Сейчас я ласково прикасаюсь к вашим головам, и вы превращаетесь в детей».

**9. Рефлексия «Поляна».** На мольберте – поляна из цветов, над каждым цветком – этап занятия. Перед каждым ребенком — бабочка. Педагог предлагает детям прикрепить свою бабочку на тот цветок, какой вид деятельности ему понравился больше всего.

#### **Занятие 54. Салют.**

**Цели:** развитие ловкости движений; тренировка силы вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие восприятия, мелкой моторики рук.

**Материалы и пособия:** одноразовые стаканчики с водой (по количеству участников), разноцветные пайетки, коктейльные трубочки; задание «Рисование двумя руками», цветные карандаши, планшеты (по количеству участников); задание «Лабиринт», цветные карандаши.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие кончиками пальцев.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Грянул гром, весёлый гром,

Засверкало всё кругом!

Рвутся в небо неустанно

Разноцветные фонтаны,

Брызги света всюду льют.

Это праздничный ... (Салют)

**3. Функциональное упражнение «Парад».** И. п. - стоя. Марширование на счет "Раз-два-три-четыре". В первом цикле шагов хлопок руками на счет "раз", во втором - на счет "два", в третьем - на счет "три", в четвертом - на счет "четыре". Раз (хлопок)-два-три-четыре. Раз-два (хлопок)-три-четыре, Раз-два-три (хлопок)-четыре. Раз-два-три-четыре (хлопок). Повторить несколько раз.

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

**5. Дыхательная гимнастика «Салют».** Педагог предлагает детям бросить в прозрачный стакан с водой разноцветные пайетки и подуть в воду через коктейльные трубочки. Но дуть так, чтобы вода не выплёскивалась на стол. Пайетки поднимаются, получается салют.

**6. Рисование двумя руками «Салют».** Дети двумя руками соединяют пунктирные линии цветными карандашами разного цвета.

**7. Упражнение «Лабиринт».** Дети помогают зверьям отыскать свои праздничные хлопушки и раскрашивают их в яркие цвета.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Сегодня меня удивило...».

### **Занятие 55. Радуга.**

**Цели:** развитие ловкости движений; тренировка силы вдоха-выдоха; снятие зрительного напряжения; развитие внимательности, межполушарного взаимодействия; развитие восприятия, мелкой моторики рук

**Материалы и пособия:** межполушарные доски; задание «Рисование двумя руками», цветные карандаши, планшеты.

#### **Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Приветствие».** Приветствие объятиями.

**2. Загадка.** Дети отгадывают тему занятия:

Дождик с солнцем смастерил

Мост высокий без перил.

От чудесного моста

Всему миру красота... (Радуга)

**3. Функциональное упражнение "Руки-ноги".** И. п. - стоя. Прыжки на месте с одновременными движениями руками и ногами. Ноги вправо - руки влево. Ноги влево - руки вправо. Ноги вправо - руки вправо. Ноги влево - руки влево. Цикл прыжков повторить несколько раз.

**4. Дыхательная гимнастика «Солнышко и тучка».** Солнышко зашло за тучку, пошёл дождь, стало холодно. Дети сжимаются в комок, чтобы согреться, при этом задерживают дыхание. Солнышко вышло из-за тучки, стало тепло. Дети расслабляются. Выдох.

**5. Глазодвигательное упражнение «Радуга».**

Глазки у ребят устали. *(поморгать глазами)*

Посмотрите все в окно, *(посмотреть влево-вправо)*

Ах, как солнце высоко. *(посмотреть вверх)*

Мы глаза сейчас закроем, *(закрыть глаза ладошками)*

В группе радугу построим,

Вверх по радуге пойдем *(посмотреть вверх-вправо и вверх-влево)*

Вправо, влево повернем,

А потом скатимся вниз, *(посмотреть вниз)*

Жмурься сильно, но держись *(зажмурить глаза, открыть и поморгать глазами)*

**6. Упражнения с межполушарными досками.** Дети одновременно двумя руками проводят бегунком по изогнутым линиям. При этом движения рук могут быть направлены как в одну сторону, так в противоположные.

**7. Рисование двумя руками.** Дети двумя руками соединяют пунктирные линии цветными карандашами.

**8. Рефлексия «Я начну, а ты продолжишь...».** Педагог предлагает детям продолжить фразу «Теперь я умею...».

### Список используемой и рекомендуемой литературы.

1. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учебное пособие для высших учебных заведений. — Москва: Издательский центр «Академия», 2002. — 232с.
2. Микадзе Ю. В. Нейропсихология детского возраста: Учебное пособие. — СПб.: Питер, 2008. — 288 с.
3. Глозман Ж.М. Нейропсихологическое обследование качественная и количественная. Москва: Смысл, 2012. — 270 с.
4. Илларионова Ю.Г. Учите детей отгадывать загадки. — Минск: Просвещение, 1985г. — 140 с.
5. Глозман Ж.М., Соболева А.Е., Титова Ю.О. Нейропсихологическая диагностика в дошкольном возрасте. — Москва: АЙРИС-пресс, 2023. — 54 с.
6. Праведникова И. И. Нейропсихология. Игры и упражнения/ Ирина Праведникова. — Москва: Изд. «АЙРИС-пресс», 2018. — 112 с.
7. Зеgebарт Г.М., Ильичёва В.С. Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков. Москва: Генезис, 2010. — 32 с.
8. Марычева О. И., Габараева К. А. Гимнастика для ума. Сборник упражнений для активизации умственной деятельности. / под ред. Рябовой О. А. — Карпогоры, 2020. — 20 с.
9. Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей.- Ростов-н/Д.: Феникс, 2018. — 78 с.
10. Колганова В.С., Пивоварова Е.В., Колганов С.Н. Нейропсихологические занятия с детьми. — Москва: АЙРИС-пресс, 2015. — 416с.
11. Ибадов Я.С., Катаманова Д.Л. Прописи для гармонизации обоих полушарий мозга. Практическое пособие для педагогов и детей — г. Симферополь: ЧП «Издательство»Тарпан», 2013. — 44 с.
12. Назарова А. Г. Игровой стретчинг. - Типография ОФТ, СПб.: 2005. — 86 с.
13. Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика – СПб.: Детство-Пресс, 2017. — 32 с.