

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Новокараканский детский сад общеразвивающего вида»



проект



Составитель:

учитель-логопед

Корнева Ольга Вячеславовна

Составитель Корнева Ольга Вячеславовна, учитель-логопед.

Проект рассчитан на воспитанников старшего дошкольного возраста, посещающих дошкольное учреждение. Он направлен на оказание коррекционно-развивающей логопедической помощи дошкольникам. Способствует повышению уровня развития мелкой моторики, памяти, внимания, речевого развития детей 6-7 лет. Поможет повысить уровень компетентности педагогов и родителей в вопросах коррекции речевых нарушений у детей.

Данный проект предназначен воспитателям и учителям – логопедам, работающим с детьми старшего дошкольного возраста.

Содержание:

Паспорт проекта.....	4
Актуальность.....	6
Новизна.....	7
Цель и задачи проекта.....	8
План реализации проекта.....	9
Целевые группы и ориентиры проекта.....	10
Ресурсное обеспечение проекта.....	10
Предполагаемый результат.....	10
Продукт проекта.....	11
Заключение.....	12
Список литературы.....	13
Приложение 1. «Перспективный план по кинезиологии».....	14
Приложение 2. «Картотека кинезиологических упражнений».....	17
Приложение 3. Презентация «Кинезиология»	
Приложение 4. Презентация «Мастер-класс с педагогами по кинезиологии»	

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Место реализации проекта:	МБДОУ «Новокараканский детский сад»
Название проекта:	«Кинезиология»
Проект:	долгосрочный
Вид проекта:	групповой
Руководитель проекта:	учитель-логопед Корнева О.В.
Продолжительность:	1 год
Целевая аудитория:	<ul style="list-style-type: none"> • воспитатели группы • логопед • воспитанники группы коррекционной направленности • родители (законные представители) воспитанников.
Цель:	Развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности у детей старшего дошкольного возраста.
Задачи:	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Развивать межполушарную специализацию и межполушарное взаимодействие, синхронизацию работы полушарий ➤ Развивать мелкую моторику ➤ Развивать высшие психические функции (ВПФ) ➤ Развивать речевую активность ➤ Предупредить нарушений устной и письменной речи
Этапы работы над проектом	<p>1.Подготовительный этап:</p> <ul style="list-style-type: none"> • определение цели и задач проекта, • сбор информационного материала,

- создание условий для реализации проекта,
- составление плана мероприятий (проведение диагностического обследования; знакомство детей и педагогов с кинезиологическими упражнениями, информационное оснащение для родителей; создание развивающей среды: подбор кинезиологических игр и упражнений)

2. Основной этап:

- проведение запланированных мероприятий по реализации проекта,
- использование кинезиологических упражнений на фронтальных занятиях, в индивидуальной работе,
- мастер-класс с педагогами по данной теме,
- размещение консультаций на сайте ДОУ по кинезиологическим упражнениям для родителей и педагогов.

3. Заключительный этап:

- самостоятельное использование кинезиологических упражнений в соответствии с потребностями и желаниями.
- закрепление знаний в играх и упражнениях.
- демонстрация видеоролика «Кинезиология в домашних условиях с детьми»

Актуальность

*«Движение может заменить лекарство –
но, ни одно лекарство не заменит движения»*

Ж. Тассо.

В последнее время отмечается увеличение количества детей с различными нарушениями в развитии, с затруднениями в обучении, трудностями в адаптации, а так же увеличилось число детей с общим недоразвитием речи.

Как известно, общее недоразвитие речи это системное нарушение речевой деятельности, недостаточная речевая активность, которая накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сферы, незрелость психических процессов, пространственные нарушения, приводящие к расстройствам письменной речи (дислексии и дисграфии), расстройства в эмоционально-волевой, личностной сферах, снижение работоспособности, общая соматическая ослабленность, отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений. И как следствие – трудности в процессе усвоения школьных программ и адаптации к школе.

Для преодоления у таких детей нарушений, а так же предупреждения развития патологических состояний необходимо проводить укрепление психического здоровья с помощью проведения комплексной психокоррекционной работы. Одним из составляющих элементов такой работы является кинезиологическая коррекция. Кинезиология — наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Применяя кинезиологические упражнения на логопедических занятиях у детей:

- повышается стрессоустойчивость
- улучшается мыслительная деятельность, внимание и память
- синхронизируется работа полушарий
- формируются пространственные представления

- развивается речь, мелкая и крупная моторика
- снижается утомляемость
- повышается способность к произвольному контролю
- гармонизируется работа головного мозга
- облегчаются процессы чтения и письма

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

Новизна

Новизна проекта заключается:

- ❖ в универсальности самой технологии, ее способности на любом этапе, независимо от психолого-педагогических характеристик обучаемых, быть органично включенной в любую комплексную образовательную программу;
- ❖ в практически полном отсутствии «барьера» при внедрении данной технологии (в основе своей коррекционной) в повседневную практику на любом этапе педагогического сопровождения.

Цель и задачи проекта

Цель: Развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- Развивать межполушарную специализацию и межполушарное взаимодействие, синхронизацию работы полушарий
- Развивать мелкую моторику
- Развивать высшие психические функции (ВПФ)
- Развивать речевую активность
- Предупредить нарушений устной и письменной речи

План реализации проекта

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Подготовительный этап		
Проведение диагностического обследования с целью определения уровня развития речи у детей, уровня развития мелкой моторики	Сентябрь	Логопед
Изучение научно – методической литературы по теме	Сентябрь	Логопед
Определение цели, задач, содержания проекта, прогнозирование результата	Сентябрь	Логопед
Составление плана мероприятий	Октябрь	Логопед
Основной этап		
Подбор речевого материала в соответствии с комплексно-тематическим планированием, упражнений, дидактических игр	Сентябрь - октябрь	Логопед
Проведение мастер –класса для педагогов с целью обучения их практическим навыкам работы с детьми.	Ноябрь	Логопед
Консультирование родителей по теме	Декабрь	Логопед
Оформление наглядной информации для родителей	Февраль	Логопед
Проведение кинезиологических игр, упражнений в течение дня и во время проведения режимных моментов.	Постоянно	Логопед Воспитатели
Проведение упражнений в домашних условиях.	Постоянно	Родители
Проведение занятий с использованием кинезиологических упражнений	Постоянно	Логопед
Заключительный этап		

Проведение диагностического обследования с целью определения эффективности коррекционно – развивающей работы;	Май	Логопед
Подведение итогов реализации проекта; презентация проекта «Кинезиология»	Май	Логопед

Целевые группы и ориентиры проекта

Развитие детей требуют специально организованной систематической работы. Лучшим способом организации работы является сотрудничество педагогов: логопеда, воспитателей и родителей. У каждого свой вид деятельности, но цель у всех общая – развитие и воспитание ребенка.

Логопед задает лексическую тему, проводит занятие, проводит работу по развитию мелкой моторики рук, закрепляет и автоматизирует звуки, обогащает активный словарь детей.

Воспитатель проводит работу по заданию логопеда, разучивает с детьми пальчиковые игры, закрепляет и автоматизирует звуки, обогащает активный словарь детей, проводит занятие, проводит работу по развитию мелкой моторики рук.

Родители разучивают и закрепляют речевой материал с ребенком дома.

Ресурсное обеспечение проекта

Информационные: методическая литература.

Материально-технические: картотека кинезиологических упражнений.

Предполагаемый результат

- Успешное освоение кинезиологических упражнений, которые позволят эффективно корректировать нежелательные формы поведения, отклонения в развитии психических процессов и речи, овладеть умениями, которые ранее были недоступны детям.
- Совершенствование навыков пространственной ориентации (знание и применение сторон лево-право, верх-низ).

- Повышение уровня развития мелкой моторики; памяти, внимания.
- Повышение уровня речевого развития детей.
- Повышение уровня компетентности педагогов и родителей в вопросах коррекции речевых нарушений у детей.

Продукт проекта

- Сборник консультаций по кинезиологии
- Сборник кинезиологических упражнений «Умная гимнастика»
- Презентация проекта «Кинезиология»
- Презентация «Мастер – класс с педагогами по использованию кинезиологических упражнений»
- Видеоролик «Кинезиология в домашних условиях с детьми»

Заключение

Использование специальных кинезиологических игр и упражнений наиболее способствует активизации речевой деятельности. Их можно рекомендовать для использования логопедам, педагогам и родителям.

Таким образом, применение метода кинезиологии в образовательном процессе имеет место быть. У детей улучшился процесс мышления, на лицо улучшение координации движения. Развивается артикуляционная моторика, фонематическое восприятие, речевое дыхание, правильное звукопроизношение, совершенствуется грамматический строй речи, игровые навыки, творческая самостоятельность, правильная осанка. Развивается сценическое мастерство: развитие мимики, пантомимы, жестов, эмоционального восприятия. Специальные кинезиологические упражнения и комплексы обладают оздоравливающим и антистрессовым эффектом.

Следовательно, применяющаяся система занятий оказывает положительное влияние на уровень речевого развития у детей.

Список литературы:

1. Сиротюк А.Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2008. – 60с.;
2. Сазонов В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. Кинезиологическая гимнастика против стрессов: Учебно-методическое пособие / РГПУ. – Рязань, 2000. – 48 с.;
3. Васильева Л. Прикладная кинезиология. Восстановление тонуса и функций скелетных мышц. М.: ТЦ Сфера, 2012. – 141с.;
4. Сиротюк А.Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 48с.;
5. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие.–М.: ВНИИФК, 1999.;
6. Интернет-ресурсы.

Перспективный план по кинезиологии.

Октябрь (упражнения на межполушарное взаимодействие)			
1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя
Повтори упражнения: -колечки; -заяц; -коза.	Повтори упражнения: -колечки; -заяц; -коза; -вилка.	Повтори упражнения: -цепочка; -чередование заяц-коза-вилка.	Повтори упражнения: -цепочка; -чередование заяц-коза-вилка; -кошка; -ладушки-оладушки.
Ноябрь 1. Телесные упражнения. 2. Упражнения на межполушарное взаимодействие.			
1. Перекрестное марширование. 2. Повтори упражнения: -заяц-коза-вилка; -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос.	1. Колено-локоть. 2. Повтори упражнения: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -кошка; -ладушки-оладушки.	1. Крюки. 2. Повтори упражнения: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка.	1. Дерево. 2. Повтори упражнения: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -я-хороший.
Декабрь 1. Растяжки. 2. Упражнения на межполушарное взаимодействие.			
1. Снеговик. 2. Повторить упражнения: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -я-хороший.	1. Дерево. 2. Повторить упражнения: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -я-хороший.	1. Тряпичная кукла и солдат. 2. Повторить упражнения: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -я-хороший.	1. Сорви яблоко. 2. Повторить упражнения: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -я-хороший.
Январь			

1. Дыхательные упражнения.			
2. Упражнения на межполушарное взаимодействие.			
	1. Дышим носом. 2. Повторить упражнения: -колечки; -заяц-коза-вилка; -ухо-нос; -я-хороший.	1. Свеча. 2. Повторить упражнения: -колечки; -заяц-коза-вилка; -ухо-нос; -я-хороший.	1. Нырлящик. 2. Повторить упражнения: -колечки; -заяц-коза-вилка; -ухо-нос; -я-хороший.
Февраль			
1. Упражнения на релаксацию + глазодвигательные (4 нед.)			
2. Упражнения на межполушарное взаимодействие.			
1. Путешествие на облаке. 2. Повторить упражнение: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -цепочка.	1. Дирижер. 2. Повторить упражнение: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -цепочка.	1. Ковер-самолет. 2. Повторить упражнение: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -цепочка.	1. Горизонтальная восьмерка. 2. Повторить упражнение: -кулак-ребро-ладонь; -ухо-нос; -лезгинка; -цепочка.
Март.			
1. Глазодвигательные (1-2 нед.) + самомассаж (3-4 нед.)			
2. Упражнения на межполушарное взаимодействие.			
1. Взгляд влево вверх. 2. Повторить упражнения: -заяц-коза-вилка; -кошка; -ладушки-оладушки; -я-хороший.	1. Слон. 2. Повторить упражнения: -заяц-коза-вилка; -кошка; -ладушки-оладушки; -я-хороший.	1. Массаж ушных раковин. 2. Повторить упражнения: -заяц-коза-вилка; -кошка; -ладушки-оладушки; -я-хороший.	1. Массаж лица. 2. Повторить упражнения: -заяц-коза-вилка; -кошка; -ладушки-оладушки; -я-хороший.
Апрель			
1. Зеркальное рисование.			
2. Повторить упражнения:			

<p>-кулак-ребро-ладонь;</p> <p>- ухо-нос;</p> <p>-лезгинка;</p> <p>-я-хороший.</p>			
Май			
<p>1. Упражнения на развитие мелкой моторики.</p> <p>2. Повторить упражнения:</p> <p>-кулак-ребро-ладонь;</p> <p>-ухо-нос;</p> <p>-лезгинка;</p> <p>-цепочка.</p>	<p>1. Упражнения на развитие мелкой моторики.</p> <p>2. Повторить упражнения:</p> <p>-заяц-коза-вилка;</p> <p>-кошка;</p> <p>-ладушки-оладушки;</p> <p>-я-хороший.</p>	<p>1. Упражнения в парах:</p> <p>Встаньте напротив друг друга, коснитесь ладонями ладоней партнера. Совершайте движения, аналогичные велосипеду.</p>	<p>1. Упражнения в парах: встаньте лицом друг к другу. Один из партнеров выполняет движение руками или ногами, другой должен их зеркально отобразить.</p>

Картотека кинезиологических упражнений

I. Упражнения на растяжку

1. “Снеговик”

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять.

Сначала “тает” и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

2. “Дерево”

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

3. “Тряпичная кукла и солдат”

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

4. “Сорви яблоки”

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

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

II. Дыхательные упражнения

1. “Свеча”

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

2. “Дышим носом”

Подыши одной ноздрей,

И придет к тебе покой.

Исходное положение - основная стойка (ноги вместе, руки вдоль туловища)

1 - правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки, левой делать тихий, продолжительный вдох;

2 - как только вдох окончен, открыть правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх.

3. “Ныряльщик”

Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

4. “Надуй 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.

5. “Дыхание”

Тихо-тихо мы подышим,

Сердце мы свое услышим.

Исходное положение - основная стойка (ноги вместе, руки вдоль туловища)

1- медленный вдох через нос, когда грудная клетка начнет расширяться — прекратить вдох и сделать паузу длительностью 4с;

2 — плавный выдох через нос.

6. “Губы трубочкой”

Чтобы правильно дышать,

Нужно воздух нам глотать.

Исходное положение - основная стойка (ноги вместе, руки вдоль туловища)

1 — полный вдох через нос, втягивая живот;

2 — губы сложить «трубочкой», резко втянуть воздух, заполнив им все легкие до отказа;

3 — сделать глотательное движение, как бы глотая воздух;

4 — пауза в течение 2-3 с, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно.

III. Телесные упражнения

1. “Перекрестное марширование”

Любим мы маршировать,

Руки, ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем, шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

2. “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. “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. “Робот”

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

5. «Колено – локоть».

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. “Яйцо”

Спрячемся от всех забот, только мама нас найдет. (Сесть на пол, подтянуть колени к животу, обхватить их руками, голову спрятать в колени. Раскачиваться из стороны в сторону, стараясь расслабиться).

7. “Дерево”

Мы растем, растем, растем

И до неба достаем.

Сидя на корточках, стряпать голову в колени, колени обхватить руками. Это — семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно подняться на ноги, затем распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Подул ветер — раскачивать тело, имитируя дерево. (10 раз)

8. «Крюки». Можно выполнять стоя, сидя, лежа. Скрестите лодыжки ног, как удобно. Затем вытяните руки вперед, скрестив, ладони друг к другу, сцепив пальцы в замок, вывернуть руки внутрь на уровне груди так, чтобы локти были направлены вниз.

IV. Упражнения на релаксацию

1. “Дирижер”

Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка).

Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком. Пусть в то время как вы дирижируете, музыка течет через все твое тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируйте на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

2. “Путешествие на облаке”

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

хорошо вас покатило. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

3.Релаксация “Ковер-самолет”

Исходное положение - лежа на спине, глаза закрыть, при этом играет спокойная музыка. Мы ложимся на волшебный ковер-самолет. Он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает. Ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей группе (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся.

V. Глазодвигательные упражнения

1. “Взгляд влево вверх”

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

2. “Горизонтальная восьмерка”

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.

3.«Слон».

Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперёд, как хобот. Рука рисует «Ленивую восьмёрку», начиная от центра зрительного поля вверх и против часовой стрелки; при этом глаза следят за движением кончиков пальцев. Упражнение выполнять медленно от трёх до пяти раз левой рукой, прижатой к левому уху, и столько же раз правой рукой, прижатой к правому уху.

4. “Глаз – путешественник”

Развесить в разных углах и по стенам группы различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный воспитателем.

5. “Глазки”

Чтобы зоркость не терять,

Нужно глазками вращать.

Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды (6 раз).

6. “Глазки”

Нарисуем большой круг

И осмотрим все вокруг.

Глазами и выдвинутым языком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).

7. “Глазки”

Чтобы зоркими нам стать,

Нужно на глаза нажать.

Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхние веко соответствующего глаза и держать 1-2 секунда.

VI. Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия.

«Кольцо» — поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

Цель упражнений «Колечки», «Лезгинка», «Ухо - нос» (с хлопком) - развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела, произвольности и самоконтроля).

«Кошка» - последовательно менять два положения руки: кулак, ладонь (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

«Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»

«Лезгинка» - левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук.

«Ухо-нос» - левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

"Кулак - ребро – ладонь" — последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

«Заяц» - вытянуть вверх средний и указательный пальцы. При этом мизинец и безымянный пальцы прижать большим пальцем к ладони. Упражнение выполняется 3 раза под счет до 10.

«Коза» - вытянуть вперед указательный палец и мизинец. При этом средний и безымянный пальцы прижаты большим пальцем к ладони. Упражнение выполняется 2-3 раза под счет до 10.

«Вилка» - вытянуть вверх три пальца (указательный, средний, безымянный), расставленные врозь. При этом большой палец удерживает мизинец на ладони. Упражнение выполняется 1 раз под счет до 10.

«Симметричные рисунки» - рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т.д. Главное, чтобы ребенок смотрел во время «рисования» на свою руку).

Цель - развитие письма; улучшение межполушарного взаимодействия и координации движений; стимуляция творческих процессов; снятие напряжения.

«Я хороший» - перечислить 10 своих качеств почему ты Молодец, при этом поглаживая себя по голове. Синхронизация работы полушарий головного мозга, улучшение психоэмоционального состояния, повышение самооценки.

Все эти упражнения направлены на взаимодействие в равной степени правой и левой руки.

VII. Самомассаж.

1. Массаж ушных раковин.

Сделайте массаж мочки ух, потом всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.

2. Массаж лица.

Двумя пальцами правой руки массировать круговыми движениями лоб, а двумя пальцами левой руки – подбородок. Считать до 30.

Упражнения на развитие мелкой моторики.

1. Вращайте карандаш сначала между пальцами правой руки, затем левой (между большим и указательным; указательным и средним; средним и безымянным; безымянным и мизинцем; затем в обратную сторону).

2. Бегущие пальцы. Перебирать всеми пальцами вдоль карандаша (палочки) от одного конца до другого вперед и назад.

3. Прижмите ладонь к поверхности стола. Сначала по порядку, а затем хаотично поднимайте пальцы по одному и называйте их.
4. Нанизывание бусин на шнурок.
5. Игры со шнуровками.
6. «Сухой бассейн».
7. Раскатывать на доске маленький комочек пластилина по очереди пальцами левой руки.