

Управление образования  
администрации Очерского городского округа

# «ГИМНАСТИКА ДЛЯ МОЗГА»



**Картотека нейропсихологических  
упражнений и игр с детьми дошкольного  
и младшего школьного возраста**

*Сборник материалов участников Окружной Проблемной группы педагогов по теме «Эффективное взаимодействие детского сада, школы и семьи как условие формирования готовности ребенка к школе»*

г.Очер, 2024г.

## **ГИМНАСТИКА ДЛЯ МОЗГА**

Сборник материалов участников окружной Проблемной группы педагогов по теме «Эффективное взаимодействие детского сада, школы и семьи как условие формирования готовности ребенка к школе»

Управление образования администрации Очерского городского округа,  
*Составитель, компьютерная верстка: Грига И.А. – старший воспитатель  
МБОУ «ОСОШ №2», структурное подразделение «Детский сад «Солнышко»*  
г.Очер – 2024; - 67с.

## Оглавление

<b>Пояснительная записка</b> .....	3
<b>Типичные затруднения у современных детей</b> .....	3
<b>Условия использования нейропсихологических и кинезиологических упражнений</b> .....	4
<b>Картотека нейропсихологических упражнений и игр</b> .....	6
1. Дыхательные упражнения ( <i>Артеева П.А.</i> ).....	8
2. Глазодвигательные упражнения. ( <i>Маслова Е.В.</i> ).....	11
3. Кинезиологические упражнения. Двигательные упражнения ( <i>Рябова Т.А.</i> ).....	14
4. Речь с движением. Пальчиковые игры ( <i>Сафиханова Е.В.</i> ).....	20
5. Упражнения с карандашом ( <i>Третьякова О.А.</i> ).....	25
6. Задания на активацию работы мозга. Нейродорожки, нейротренажеры, нейроигры ( <i>Садило Н.С.</i> ).....	28
7. Игры/упражнения на разнотипичное согласование движений рук ( <i>Анфёрова С.Л.</i> ).....	30
8. Игры с мячом ( <i>Вдовина И.В.</i> ). ....	33
9. Кинезиологические мешочки ( <i>Сентемова Е.Ю.</i> ).....	35
10. Игры и упражнения на развитие пространственных представлений ( <i>Егорова Ю.М.</i> ).....	38
11. Игры с палочками. Копирование ( <i>Грига И.А.</i> ).....	43
12.Графические диктанты ( <i>Грига И.А.; Егорова Ю.М.</i> ).....	61
<b>Источники и авторы материала картотеки</b> .....	63

## **Пояснительная записка**

В настоящее время ни у кого не осталось сомнений в том, что современные дети не такие, какими были их сверстники несколько десятилетий назад. Причины этого изменения - в окружающем мире (как в предметном, так и в социальном), в методах воспитания в семье, в установках родителей и т.д. Все эти изменения привели к психологическим изменениям. В современном мире становится всё больше детей с отставанием в психическом развитии, страдающих нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также с различными речевыми проблемами. Этим детям очень сложно осознать и выполнить сложные инструкции, освоение образовательных программ затруднено.

Проблемная группа педагогов составили данный сборник для практического применения педагогами детских садов и начальной школы. В нем собраны различные упражнения и игры, которые направлены на развитие отстающих в формировании психических и моторных функций ребёнка, напрямую влияющих на развитие познавательных навыков и преодоления трудностей обучения. Авторы материала указаны в конце сборника. В тексте есть рабочие ссылки на источники, поэтому можно глубже познакомиться с заданиями, их направленностью и системой работы. Задания могут успешно применяться при работе с детьми с ОВЗ и в общеобразовательных группах детского сада или классах школы, т.е. с детьми-«норма». Весь материал структурирован по видам упражнений. Часть упражнений можно применять прямо на занятиях/уроках как развивающие задания или как физкультминутки; часть - в различных режимных моментах свободной игровой деятельности, индивидуально, подгруппами или фронтально.

Предложенные задания не требуют специальной дополнительной подготовки педагога. Данным сборником могут пользоваться так же родители обучающихся.

### **Типичные затруднения у современных детей**

Всё чаще в настоящее время у педагогов и родителей вызывает беспокойство наличие следующих проявлений у дошкольников:

- логопедические нарушения, задержка речи;
- нарушения психомоторного развития в раннем и младшем дошкольном возрасте;
- неловкость движений;
- заторможенность или гиперактивность;
- низкий уровень самоконтроля, импульсивность; агрессия;
- несобранность, повышенная утомляемость;
- инфантильность;
- проблемы с памятью, низкая работоспособность;
- отсутствие познавательной мотивации;

А в целом - эмоционально-личностная и познавательная неготовность к обучению в школе.

#### **Почему это происходит? Что влияет на развитие детей?**

В наши дни у детей очень часто наблюдается нарушение законов онтогенеза. Кроме того, часть детей появляются на свет с родовой травмой, с различными диагнозами, а у мам бывает неблагоприятное течение беременности. Очень часто в наши дни младенцы долго лежат на спине, не переворачиваются с боку на бок. Затем они очень быстро

переворачиваются, почти сразу садятся, мало ползают и через очень короткое время встают. Иными словами, некоторые этапы ребёнок просто не проходит. Родители радуются, как их дети всё быстро делают. А у детей при этом имеется гипер- или гипотонус, они ходят на носочках. Такие дети всё время стремятся сбросить это напряжение, но оно сохраняется у них до 8-9 и даже до 12 лет.

Если ребенок с рождения правильно развивается, последовательно проходит все этапы двигательного развития – запускаются важнейшие рефлексy, которые позволяют ребенку без искажений воспринимать пространственную сферу!

На помощь приходит нейропсихология – наука о взаимосвязи психических процессов (память, внимание, речь, мышление, и т.д.) с работой головного мозга, его отделов, правого и левого полушарий.

Известно, что мозг развивается поэтапно. А.Р.Лурия предложил блочную структуру мозга человека:

### **1 блок мозга: Энергетический**

Формируется от внутриутробного развития до 2-3 лет.

Отвечает за регуляцию тонуса, бодрствование и активацию мозга. Участвует в организации:

- внимания, памяти,
- регуляции эмоциональных (страх, боль, удовольствие, гнев) и мотивационных состояний.

*Нарушение* приводит к высокой утомляемости, неусидчивости.

### **2 блок: Блок приема, переработки и хранения информации**

Формируется от 2-3 лет до 7-8 лет. Отвечает за память, пространственную ориентацию, фонематический слух, зрительное восприятие.

Нарушение приводит к ошибкам при письме, чтении, по математике.

#### ***Признаки несформированности 2-го блока:***

- бедность, однотипность движений тела в пространстве, их недостаточная дифференцированная координация, неловкость;
- несформированность сенсо-моторных координаций;
- несформированность пространственных представлений.

### **3 блок: Блок программирования, регуляции и контроля**

Формируется от 7-8 до 12-21 лет? (пубертат). Отвечает за соблюдение правил и норм поведения, самоконтроль.

Нарушение приводит к трудностям при решении задач (не понимает условия задачи, забывает, заменяет числа)

#### ***Признаки недостаточной сформированности 3 блока мозга:***

ПЕРВОЕ что говорят о таких детях - их совершенно нельзя ничем увлечь, они безразличны ко всякого рода деятельности.

ВТОРОЕ - они «пересчитывают всех ворон за окном». На языке нейропсихологии такое поведение называется полевым. Это дети с повышенной отвлекаемостью на любой стимул, который появляется в поле их зрения. У этих детей наблюдается тенденция к упрощению любой программы. Они не могут решать смысловых задач. В письме - это пропуски букв и недописывание слов, недоделывание упражнений. У этих детей крайне бедная речь.

Зная, как ребёнок прошёл своё двигательное развитие, можно говорить о возможных проблемах. Так, с помощью ползания, ребёнок осваивает пространство (научается понимать схему собственного тела; направления «право-лево», «верх-низ»; среду, которая его окружает). А, значит, у него формируются предпосылки для освоения грамматики родного языка - обозначения этих соотношений словами, понимание и употребление предлогов и слов, правильное восприятие сложных речевых конструкций — пространственно-временных, причинно-следственных.

Если на это не обращать внимания, возникает целый ряд феноменов. Дело в том, что движения очень тесно связаны с речью – в головном мозге речевые и двигательные зоны находятся рядом. Искажена двигательная сфера — искажается и речевое развитие (возможны дислексия и дисграфия). Ребёнок может не говорить до 3-х лет, или говорить односложно. Может быть дизартрия (ребёнок говорит непонятно, невнятно — «каша во рту»). В школе возможна дисграфия. Например, ребенок может писать буквы в их зеркальном отражении, или у него может быть плохой почерк. Если у ребёнка плохо развиты двигательная и речевая сферы, то будет страдать и его эмоциональное развитие.

То, что пропущено, не сформировано в младенчестве, само по себе не компенсируется автоматически в более старшем возрасте, а требует специальных и сложных усилий.

Сейчас появляется много современных прогрессивных методик в системе образования. Жизнь совершенствуется и нам нужно идти в ногу с современными практиками и результатами научных исследований.

Нейропсихологические игры и упражнения являются отличным средством для решения проблемы. Эффективность нейропсихологического (психомоторного) подхода доказана наукой и практикой. Замечено, что при выполнении определённых физических действий образуется огромное количество нейронных связей и как следствие, повышается способность к обучению. Нейропсихологические игры и упражнения развивают и корректируют механизмы мозговой деятельности ребёнка. При этом воздействие таких игр и упражнений имеет как немедленный, так и накапливающий эффект, способствующий повышению умственной работоспособности, оптимизации интеллектуальных процессов, активизации его энергетического потенциала.

## **Условия использования нейропсихологических и кинезиологических упражнений**

Эффективность нейроигр состоит в том, что они являются прежде всего здоровьесберегающей технологией, способствуют развитию всех психических процессов. Можно использовать весь материал, либо только часть упражнений (например, только кинезиологические упражнения). Эффект будет в любом случае, но при определенных условиях!

### **Основные условия эффективности применения нейропсихологических игр**

1. Педагог должен свободно владеть упражнениями сам, прежде чем предлагать для разучивания детям.
2. Соблюдение принципа «от простого к сложному».
3. Новые упражнения разучивают сначала медленно, упражнения для рук - поочередно

каждой рукой, затем двумя руками вместе.

4. Периодичность — ежедневно, без пропусков! Важна система занятий, единичные занятия не принесут успеха!
5. Время занятий — утро, день.
5. Занятия проводят как в индивидуальной, так и в групповой формах.
7. Одно упражнение не должно занимать более 2 минут.
8. Упражнения проводятся по специально разработанным комплексам.
10. От детей требуется точное выполнение упражнений.
11. Длительность занятий по одному комплексу составляет две недели.
12. Есть другие условия (описаны в разделах сборника)

**Как применять материал в режимных моментах?** Предлагаем следующий вариант (можно и по другому):

Организуя **утреннюю гимнастику**, добавляем к обычным физическим упражнениям 3-4 кинезиологических упражнения. Простые, но эффективные упражнения направлены на развитие межполушарных связей. Например, перекрёстные шаги, разнонаправленное движение, упражнение пояс-плечо, движения перекрестного характера, определенные ритмичные изменения положения рук и другие. Главный принцип – постоянно изменять шаблонные действия. Так же на гимнастике большую пользу для обогащения мозга кислородом принесут дыхательные упражнения.

В **совместной деятельности** (переменки в школе, совместная игровая деятельность воспитателя с детьми) важно также добавлять игры, в которых задействованы оба полушария мозга. Одним из вариантов является работа двумя руками одновременно – игры на разнотипичное согласование движений рук. Ребенок в данной игре сосредоточенно повторяет движение воспитателя, играет в паре, учится подстраиваться и координировать свои движения в зависимости от движений партнера. Так же можно организовывать игры с мячом, кинезиологическими мешочками, нейротренажерами, применять нейро-дорожки и нейроигры, задания на координацию работы глаз и рук, игры/упражнения на развитие пространственных представлений. Всё это развивает концентрацию и произвольность внимания.

На **прогулке** можно использовать пальчиковые игры, стихи с движениями. Ещё хочется обратить внимание на отличный тренажер, который можно предлагать детям постарше – нейро-скакалка. Освоить его не просто с первого раза, так как тут одновременно ведется разнонаправленная работа ног.

Еще можно использовать очень простое, но эффективное упражнение - игра «Ладочки». Бить нужно ритмично, в определенной последовательности, в соответствии с ритмом текста. Перед игрой сначала отрабатываются необходимые жесты, комбинации, движения. В ладочки можно играть с детьми с 2-3-х лет, причем, чем причудливее слова, тем им интереснее. Так же можно использовать игру «Ножки-ладочки», которые способствуют развитию зрительно-моторной координации, произвольного контроля за движениями, ориентации в пространстве, удержанию нужной позы тела. Это игра, в которую играют на полу: ходят и прыгают по нарисованным отпечаткам ладошек и стоп ног. Их можно распечатать самостоятельно и разложить в любой последовательности, чередуя ладошки и ножки вместе или разделяя.

**Во время занятий/уроков** включать глазодвигательные упражнения, графические диктанты, в **физминутки** можно применять упражнения с карандашом,

кинезиологические упражнения. Их можно проводить под ритмичную музыку.

На музыкальных и физкультурных занятиях успешно применяются упражнения перекрёстного характера и кинезиологические упражнения, которые так нравятся детям. Например «Ухо-нос», «Руки, плечи, ухо, нос», «Попробуй повтори» и др..

**После сна**, эффективно предложить детям сделать самомассаж: тактильные мячики или су-джок (обеими руками), эспандеры для кистей рук, хождение по массажным дорожкам и балансирам.

## Картотека нейропсихологических упражнений и игр

### 1. Дыхательные упражнения

#### «Дыхательная гимнастика» для детей дошкольного возраста

Подготовила: Артеева Полина Андреевна,  
воспитатель с/п «Детский сад «Гнёздышко»  
МБОУ «СОШ №1»

#### Упражнение «Качели»

**Цель:** укрепление физиологического дыхания у детей.

Ребенку, находящемуся в положении лежа, кладут на живот в области диафрагмы легкую игрушку. Вдох и выдох – через нос. Взрослый произносит рифмовку:

Качели вверх (вдох),  
Качели вниз (выдох),  
Крепче ты, дружок, держись.



Рисунок 1. Дыхательное упражнение

«Качели»

#### «Дровосек»

**Цель:** развитие плавного, длительного выдоха.

Встаньте прямо, ноги чуть шире плеч. На вдохе сложите руки топориком и поднимите их вверх. Резко, словно под тяжестью топора, вытянутые руки на выдохе опустите вниз,



корпус наклоните, позволяя рукам "прорубить" пространство между ногами. Произнесите "бах". Повторите с ребенком шесть-восемь раз.

Рисунок 2. Дыхательное упражнение

«Дровосек»

### «Каша кипит»

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.

**ИП:** сидя, одна рука лежит на животе, другая - на груди. Втягивая живот и набирая воздух в легкие – вдох, опуская грудь (выдыхая воздух) и выпячивая живот – выдох. При выдохе громко произносить звук «ф-ф-ф-ф». Повторить 3-4 раза.



*Рисунок 3. Дыхательное упражнение  
«Каша кипит»*

### «Листопад»

**Цель:** развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.



Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья и объяснить ребенку, что такое листопад. Предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели. Попутно можно рассказать, какие листья с какого дерева упали.

*Рисунок 4. Дыхательное упражнение  
«Листопад»*

### «Курочка»

**Цель:** развитие плавного, длительного вдоха.

**ИП:** ребёнок стоит прямо, слегка расставив ноги, руки опущены, разводит руки широко в стороны, как крылья – вдох; на выдохе наклоняется, опустив голову и свободно свесив руки, произносит: «тах-тах-тах», одновременно похлопывая себя по коленям.



*Рисунок 5. Дыхательное упражнение  
«Курочка»*

### «Палящие бабочки»

**Цель:** развитие плавного, длительного выдоха.

Вырезать из бумаги бабочек и повесить их на нитках. Предложить ребенку подуть на

бабочку так, чтобы она полетела (при этом следить, чтобы ребенок сделал длительный плавный выдох).



*Рисунок 6. Дыхательное упражнение «Парящие бабочки»*

### «Ветряная мельница»

**Цель:** развитие плавного, длительного выдоха.



Ребенок дует на лопасти игрушки-вертушки или мельницы из песочного набора.

*Рисунок 7. Дыхательное упражнение «Ветряная мельница»*

### «Лягушонок»

**Цель:** формировать правильное речевое дыхание.

Расположите ноги вместе. Представьте, как лягушонок быстро и резко прыгает, и повторите его прыжки: слегка приседая, вдохнув, прыгните вперед. Приземлившись, "квакните". Повторите три-четыре раза.



*Рисунок 8. Дыхательное упражнение «Лягушонок»*

### «Поединок»

**Цель:** укреплять физиологическое дыхание у детей.

Из кусочка ваты скатать шарик - "мяч". Ворота - 2 кубика. Ребенок дует на "мяч", пытаясь "забить гол" - вата должна оказаться между кубиками. Немного поупражнявшись, можно проводить состязания с одним ватным шариком по принципу игры в футбол.



Рисунок 9. Дыхательное упражнение

«Поединок»

### «Снегопад»

**Цель:** развитие плавного, длительного вдоха и выдоха.

Сделать снежинки из бумаги или ваты (рыхлые комочки). Объяснить ребенку, что такое снегопад и предложить ребенку сдувать "снежинки" с ладони.



Рисунок 10. Дыхательное упражнение «Снегопад»

### «Паровозик»

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.

Ходьба, делая попеременные движения руками и приговаривая: «чух-чух-чух».

Через определенные промежутки времени можно останавливаться и говорить «ту-тууу».

Продолжительность – до 30 секунд.

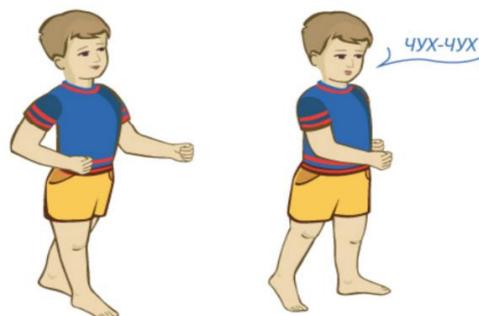


Рисунок 11. Дыхательное упражнение «Паровозик»

### «Мишка и мышка»

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.

Вы читаете стихотворение, ребёнок выполняет движения.

У мишки дом огромный (*выпрямиться, встать на носочки, поднять руки вверх, потянуться, посмотреть наруки, вдох*)

У мышки – очень маленький (*присесть, обхватить руками колени, опустить голову, выдох с произнесением звука ш-ш-ш*)

Мышка ходит в гости к мишке

(*походить на носочках*)

Он же к ней не попадёт!



Повторить 3 – 4 раза.

Рисунок 12. «Мишка и мышка»

### «Футбол»

**Цель:** формирование у детей правильного дыхания.

Формировать у детей делать длительный сильный вдох и выдох, развивать речевое дыхание.

Загнать ватный шарик в ворота. Вытянуть губы «трубочкой» и подуть на ватный шарик, пытаясь загнать его в «ворота».



Рисунок 13. Дыхательное упражнение «Футбол»

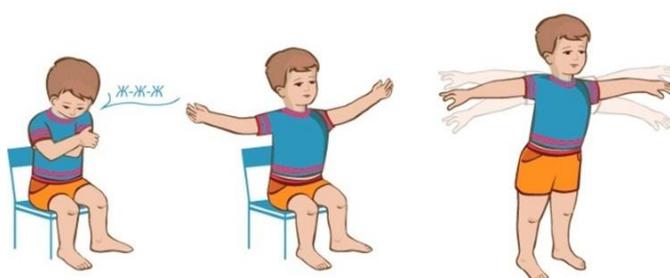
### «Пчелка»

**Цель:** формирование дыхательного аппарата.

Покажите ребенку, как нужно сидеть: прямо, скрестив руки на груди и опустив голову.

Пчёлка сказала: «Жу-жу-жу» (*сжимаем грудную клетку и на выдохе произносим: ж-ж-ж, затемна вдохе разводим руки в стороны, расправляем плечи и произносим...*)

Полечу и пожужжу, детям мёда принесу (*встаёт и, разведя руки в стороны, делает круг покомнате, возвращается на место*).



Повторить 5 раз. Следите, чтоб вдох был через нос, и дыхание было глубокое.

Рисунок 14. Дыхательное упражнение «Пчелка»

### «Косим траву»

**Цель:** тренировка правильного носового дыхания; формирование ритмичного выдоха и его углубление.

Предложите ребенку «покосить траву»: ноги на ширине плеч, руки опущены. Вы читаете стишок, а ребёнок, произнося «зу-зу», машет руками влево – выдох, вправо – вдох.

Зу-зу, зу-зу, Косим мы траву.

Зу-зу, зу-зу, И налево взмахну.

Зу-зу, зу-зу,

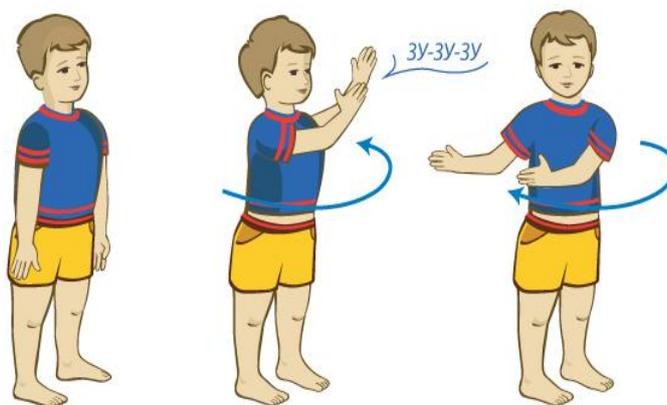
Вместе быстро, очень быстро

Мы покосим всю траву.

Зу-зу, зу-зу.

Пусть ребёнок встряхнёт расслабленными руками, повторить с начала 3 – 4 раза.

*Рисунок 15. Дыхательное упражнение «Косим траву»*



## 2. Глазодвигательные упражнения.

Подготовила: Маслова Елена Владимировна,  
педагог-психолог МБОУ «ОСОШ №3»

Цель таких упражнений: развитие межполушарного взаимодействия (однонаправленные, разнонаправленные движения глаз и языка, глаз и рук) расширение зрительного поля, улучшение восприятия, внимания, повышение нейродинамики организма.

Глазодвигательные упражнения необходимо проводить регулярно 2-3 раза в день по 3-5 минут. При подборе глазодвигательных упражнений учитывается возраст, состояние зрения и быстрота реакции ребёнка. Дети во время проведения упражнений не должны уставать. Для глазодвигательных упражнений можно использовать мелкие предметы, различные зрительные тренажёры, стихи, потешки и т. д.

### **«Глаза и язык»**

Дети делают глубокий вдох, поднимая глаза вверх, в это время язык тоже поднимается. Затем выдох, возвращаясь в исходное положение.

То же самое во время вдоха проделывается языком и глазами по всем направлениями, в том числе и диагоналям.

Это упражнение можно сначала облегчить, применяя только движения глаз, потом добавляя дыхание.

### **«Восьмерка»**

Нужно взять в правую руку ручку или карандаш и нарисовать на листе бумаги горизонтальную восьмерку. То же самое проделать и левой рукой. После этого попытаться нарисовать рисунок двумя руками сразу.

### **«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.

### **«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.

### **«Слон»**

Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу.

От этого плеча вытяните руку вперед, 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.

### **«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 или психологом.

### **«Далеко-близко»**

Педагог раздает детям картинки. Дети смотрят на картинку примерно 5 секунд, не отрывая глаз. Затем переводят взгляд на окно на 5 секунд.

Делают упражнение 4-5 раз, не напрягая глаз.

### **«Навигатор»**

Педагог объясняет правило игры: навигатор находит указанное местоположение, и мы вместе с вами сейчас будем находить глазами тот объект, который назовет ведущий (стол, окно, ковер, книга и т.д.) Упражнение необходимо выполнять, не поворачивая головы.

А для начала мы потренируемся:

Чтобы зоркость не терять,

Нужно глазками вращать!

*(Упражнение выполняется 3-4 раза в одну сторону по кругу, затем в другую).*

### **«Самолет»**

Педагог предлагает детям перебраться на самолет:

Полетел самолет,

С ним собрался я в полет.

*(дети смотрят вверх, следя взглядом за «пролетающим самолетом»)*

Правое крыло отвел – посмотрел,

*(поднимают правую руку вверх, отводят ее вправо, следят глазами, не поворачивая головы)*

Левое крыло отвел – посмотрел.

*(поднимают левую руку вверх, отводят ее влево, следят глазами, не поворачивая головы)*

Я мотор завожу

И внимательно гляжу.

*(вращательные движения глазами по часовой и против часовой стрелки)*

Поднимаюсь ввысь, лечу,

Возвращаться не хочу.

*(поднимаются на носочки смотрят вверх и по сторонам)*

### **«Нарисуй геометрические фигуры»**

Педагог предлагает детям встать, посмотреть на противоположную стену, и «нарисовать глазами» заданную геометрическую фигуру (квадрат, круг, треугольник).

Педагог проговаривает стихотворение:

Словно стол стоит квадрат.

Он гостям обычно рад.

Он квадратное печенье

Положил для угощения.

Круглый круг похож на мячик,

Он по небу солнцем скачет.

Круглый словно диск луны,

Как бабулины блины.

Треугольный треугольник

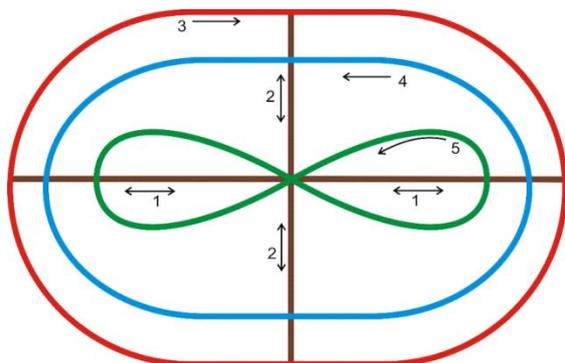
Угловатый своевольник.

Он похож на крышу дома

И на шапочку у гнома.

## «Гимнастика»

Выполните плакат-схему зрительно-двигательных траекторий в максимально возможную величину (лист ватмана, потолок, стена и т.д.). На ней с помощью специальных стрелок указаны основные направления, по которым должен двигаться взгляд в процессе выполнения упражнения: вверх - вниз, влево - вправо, по часовой стрелке и против неё, по траектории "восьмерки". Каждая траектория имеет свой цвет: № 1, 2 - коричневый, № 3 - красный, № 4 - голубой, № 5 - зеленый. Упражнения выполняются только стоя.



Каждая траектория имеет свой цвет: № 1, 2 - коричневый, № 3 - красный, № 4 - голубой, № 5 - зеленый. Упражнения выполняются только стоя.

### 3. Кинезиологические упражнения. Двигательные упражнения

Подготовила: Рябова Татьяна Александровна,  
музыкальный руководитель с/п «Детский сад «Солнышко»  
МБОУ «СОШ №2»

Кинезиологические упражнения – это комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие.

Для результативности необходимо учитывать определенные условия:

- Упражнения необходимо проводить ежедневно. Начинать учить выполнять игры от простого к сложному.
- Занятия проводятся утром;
- Занятия проводятся ежедневно, без пропусков;
- Занятия проводятся в доброжелательной обстановке;
- От детей требуется точное выполнение движений и приемов.

Все упражнения целесообразно проводить с использованием музыкального сопровождения. Спокойная, мелодичная музыка создает определенную настрой у детей. Она успокаивает, направляет на ритмичность выполнения упражнений в соответствии с изменениями в мелодии. Возможно выполнять с речевым сопровождением.

#### «Цепочка»

Большой и указательный пальцы левой руки в кольцо (Рис.1). Через него попеременно пропускаются колечки из пальчиков правой руки: большой— указательный, большой — средний и т. д. В упражнении участвуют все пальчики. Затем то же самое левой рукой.

Речевое сопровождение:

Хоть и вредный мухомор,  
Я его не трону.  
Вдруг понадобится он  
Жителю лесному.



Рисунок 1.

### «Змейка»

Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

### «Зайчик-колечко-цепочка»

#### Зайчик

Поочередно соединяем большой палец с указательным, со средним и т. д. и через них попеременно «пропускаем» «колечки» из пальчиков другой руки. Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем (Рис.2)

#### Колечко

Указательный и большой пальцы соединяются. Средний, безымянный и мизинец вытянуты вперед.

#### Цепочка

соединяем большой палец с указательным, со средним и т. д. и через них попеременно «пропускаем» «колечки» из пальчиков другой руки.

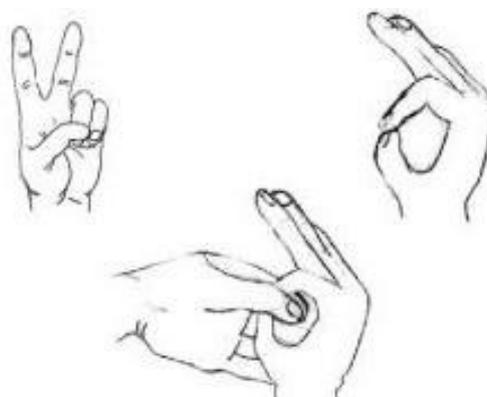


Рисунок 2.

### Упражнение «Зайчик-коза-вилка»

#### Зайчик

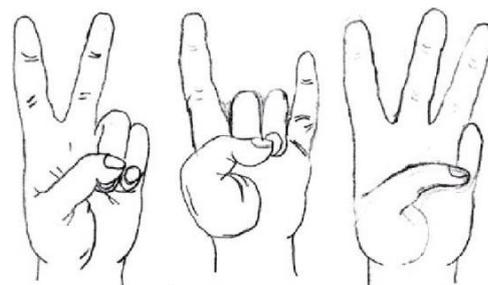
Указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем (Рис.3).

#### Коза

Указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный – прижать большим.

#### Вилка

Указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх, расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.



### Упражнение «Флажок-рыбка-лодочка»

#### Флажок

Ладонь ребром, большой палец вытянут.

#### Рыбка

Пальцы вытянуты и прижаты друг к другу. Указательный палец опирается на большой палец.



## Лодочка

Обе ладони поставлены на ребро и соединены «ковшиком», большие пальцы прижаты к ладони.

## Упражнение «Дом-ежик-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.



## Упражнение «Ножницы-собака-лошадка»

### Ножницы

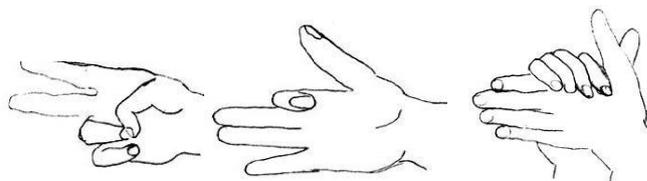
Указательный и средний пальцы вытянуть в сторону, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем

### Собака

Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть.

Указательный палец согнуть.

У собаки острый носик,  
Есть и шейка, есть и хвостик.



### Лошадка

Большой палец правой руки поднять вверх, сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх.

## Телесные упражнения

**Двигательные (телесные) упражнения** – это тренировки, которые развивают межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения (синкинезии) и мышечные зажимы.

### «Маршировка»

Педагог приглашает детей стать друг за другом, так как на велосипеде уже прокатились, теперь идут пешком, маршируя под ритмичную музыку.

Речевое сопровождение:

Мы идем походкой бравой -  
Ножкой левой, ножкой правой  
Далеко, далеко,  
Дружно, весело легко!  
День пригожий! Красота!  
Впереди ждут чудеса!

Но шагать необходимо на месте, и поднимая левую ногу - дети взмахивают левой рукой, поднимая правую - правой. Главное не ошибиться, когда начнет получаться, начинают шагать по кругу под хлопки педагога. Педагог постепенно увеличивает темп выполнения упражнения

#### **«Перекрестное марширование»**

Дети выполняют 6-8 пар перекрестных движений высоко поднимая колени попеременно касаясь правым и левым локтем по противоположному колену. Закончить касаниями по противоположной ноге.

Любим мы маршировать,  
Руки, ноги поднимать.

#### **«Марионетка»**

Дети поочередно поднимают левую прямую ногу и правую руку изображая, что управляют своею ногой с помощью невидимой нити.

На утренник детский  
Артисты спешат.

У них в чемоданах  
Артисты лежат.

#### **«Мельница»**

Дети выполняют движения так, чтобы рука и противоположная нога двигалась одновременно, с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. При этом касаться рукой противоположного колена, «пересекая среднюю линию». Время упражнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

Дуйте, дуйте, ветры в поле,  
Чтобы мельницы мололи,  
Чтобы завтра из муки,  
Испекли мы пирожки!

#### **«Астры»**

Дети кладут правую руку на живот и гладят его по часовой стрелке, левую кладут на голову и слегка похлопывают по макушке ладонью. Упражнение выполняется одновременно левой и правой рукой. Затем меняют положение рук.

Мы астры, астры, астры  
На клумбе мы растем,  
Нас любят не напрасно,  
Когда мы расцветем!

#### **«Слон»**

Педагог вместе с детьми встает в расслабленную позу, слегка согнув колени. Наклоняют голову к плечу и от плеча вытягивают руку вперед, как хобот. Рисуют рукой лежащую восьмерку, 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. Педагог следит за правильностью выполнения упражнения.

Длинный хобот у слона,  
Воду им он пьёт с реки,  
Достает все с висока,  
Он ему вместо руки.

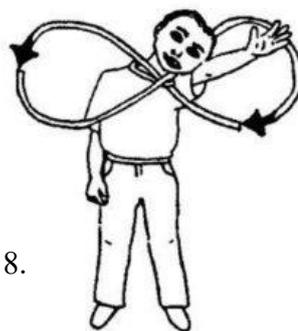


Рисунок 8.

### «Я - робот»

Педагог расспрашивает детей, что они знают о роботах. Дети встают лицом к стене, опираются ладонями об стену на уровне глаз, расставляют ноги на ширине плеч. По команде педагога начинают передвигаться вдоль стены приставным шагом. Левая рука и левая нога должны двигаться одновременно параллельно друг другу. По звуковому сигналу останавливаются и меняют направление движения.

Это чей там слышен топот?  
На работу вышел робот.  
Мышцы металлические,  
Мысли электрические.

### «Гостеприимная кошка»

Педагог приглашает детей сесть на ковер, проговаривает текст, дети повторяют за педагогом:

Позвала нас в гости кошка	(Ладони на щеках, качают головой)
И пошли мы по дорожке	(Пальчиками «шагают по коленям»)
Топ-топ,	(хлопают ладонями по коленям)
Прыг-прыг,	(стучат кулачками по коленям)
Чики-брики,	(хлопают поочередно ладонями по коленям)
Чики-брик.	(стучат поочередно кулачками по коленям)
Видим дерево высокое,	(наставляют кулачки друг на друга)
Видим озеро глубокое.	(волнообразные движения кистями)
Топ-топ,	(хлопают ладонями по коленям)
Чики-брики,	(хлопают поочередно ладонями по коленям)
Чики-брик.	(стучат поочередно кулачками по коленям)
Нас встречают кот и кошка,	(наставляют кулачки друг на друга)
Мы немножко погостим,	(хлопают поочередно ладонями по коленям)
И обратно побежим.	(стучат поочередно кулачками по коленям)

## «Зеркальное рисование»

Педагог предлагает детям одновременно обеими руками нарисовать симметричные рисунки, геометрические фигуры и т.д. (Рис. 9). Необходимо обратить внимание детей, что по мере выполнения расслабляются глаза и руки, движения становятся более четким выполнением задания, дети закрывают глаза, и представляют, что окне, видят пейзаж на улице, свет солнца, и одновременно рисуют.

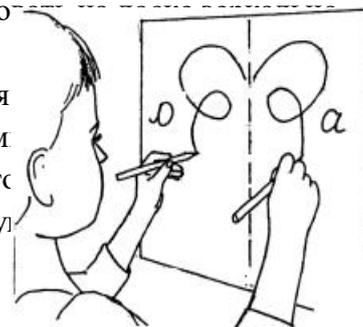


Рисунок 9.

## «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.

## «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.

## «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.

## «Яйцо»

Сесть на пол, подтянуть колени к животу, обхватить их руками, голову спрятать в колени. Раскачиваться из стороны в сторону, стараясь расслабиться.

Спрячемся от всех забот,  
только мама нас найдет.

## «Дерево»

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).

Мы растем, растем, растем  
И до неба достаем.

## «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.

#### 4. Речь с движениями. Пальчиковые игры.

Подготовила: Сафиханова Елена Викторовна,  
воспитатель с/п «Детский сад «Гнёздышко»  
МБОУ «СОШ №1»

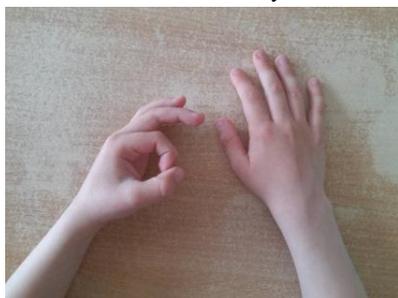
##### Пальчиковые игры

**Цель:** Развить мелкую моторику рук ребенка, координацию движений. Развитие межполушарных связей и межполушарного взаимодействия. Развитие речи. Развитие памяти и внимания.

##### Игра «Колечко» (Первый вариант)

**Ход игры:** Последовательно соединять большой палец сначала с указательным (*Рисунок 1*), потом со всеми остальными – это будет прямой порядок. Задание сначала нужно сделать пальцами одной руки, затем другой (*Рисунок 2*). Усвоив алгоритм, движения выполняют синхронно обеими руками.

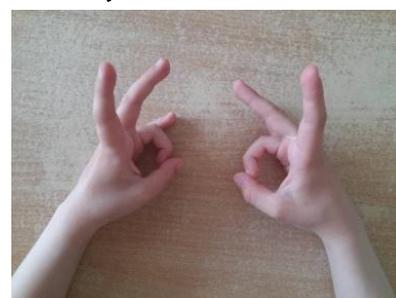
*Рисунок 1.*



*Рисунок 2.*



*Рисунок 3.*



##### Игра «Колечко» (Второй вариант)

**Ход игры:** Обратные колечки – самый сложный вариант. Левая рука смыкает мизинец и большой пальцы, правая — большой и указательный (*Рисунок 1*). В такт счету левая и правая руки совершают одновременные разнонаправленные движения: левая рука смыкает большой палец поочередно с безымянным, средним и указательным, а правая соответственно со средним, безымянным и мизинцем. Затем следуют движения в противоположном направлении.

*Рисунок 1.*



##### Игра «Кулак – ребро – ладонь»

**Ход игры:** Выполнять движения желательнее на поверхности стола. Движения должны быть четкими, с четкой последовательностью. Во втором и третьем положении следите,

чтобы пальцы были выпрямлены. Сначала сделайте упражнение вместе с ребенком (Рисунок 1). Затем предложите повторить самостоятельно (Рисунок 2).

Рисунок 1.



Рисунок 2.



### Игра «Лягушка»

#### Ход игры:

Поочередно одна рука сжимается в кулак, а другая – ладонью на столе (Рисунок 1). Происходит смена положения рук (Рисунок 2).

#### Речевое сопровождение:

Лягушке скучно тут,  
Лягушка хочет в пруд,

А пруд зарос травой,  
Зеленой и густой.

Рисунок 1.



Рисунок 2.



### Игра «Лезгинка»

**Ход игры:** Правая рука развернута ладонью к себе, сжата в кулак, отставлен в сторону большой палец. Ладонь левой руки – параллельна полу, упирается кончиками пальцев в кулак у основания мизинца (Рисунок 1). Теперь нужно повторить позицию зеркально,

правая рука собрана в кулак, левая распрямлена (*Рисунок 2*). Вернуться к исходному положению, и повторить еще 6-8 раз. Ускоряйте темп выполнения, не забывая прижимать и оттопыривать большие. Упражнения требует тренировки, оно может получиться далеко не сразу.

*Рисунок 1.*



*Рисунок 2.*



### Пальчиковая гимнастика

**Ход игры:** Пальцы левой руки соединить и положить ладонью на стол, а пальцы правой руки разъединить (*Рисунок 1*). Поочередно соединять и разъединять пальцы рук (*Рисунок 2*)

*Рисунок 1.*



*Рисунок 2.*



### Речь с движениями

**Ход игр:** дети свободно двигаются по площадке и выполняют движения, одновременно читая текст:

#### Игра «Осень»

Осень, осень, (*трем ладошки друг о друга*)

Приходи! (*зажимаем кулаки по очереди*)

Осень, осень, (*трем ладошки друг о друга*)

Погляди! (*ладони на щеки*)

Листья желтые кружатся, (*плавное движение ладонями*)

Тихо на землю ложатся. (*ладони гладят по коленям*)

Солнце нас уже не греет, (*сжимаем и разжимаем кулаки по очереди*)

Ветер дует все сильнее, (*синхронно наклоняем руки в разные стороны*)

К югу полетели птицы, (*«птица» из двух скрещенных рук*)

Дождик к нам в окно стучится. (*барабанить пальцами то по одной, то по другой ладони*)

Шапки, куртки надеваем (*имитируем*)

И ботинки обуваем (*топаем ногами*)  
Знаем месяцы: (*ладони стучат по коленям*)  
Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. (*кулак, ребро, ладонь*)

### **Игра «Грибы да ягоды»**

Я в лесу нашел грибок.  
Я сорвать его не смог: (*ладонь одной руки лежит на кулаке другой (меняем)*)  
Дождь грибочек поливал, (*пальцы ласково глядят по щекам*)  
И грибочек подрастал, (*руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг называем грибы*)  
Ягодка росла в лесу.  
Я домой ее несу. (*кулак одной руки лежит на ладони другой (меняем)*)  
Солнце ягодку согрело, (*пальцы ласково гладят по щекам*)  
Наша ягодка поспела. (*делаем круги, соединяя по очереди все пальцы с большим, одновременно на двух руках*) - называем ягоды.

### **Пальчиковая гимнастика (выполняется, сидя)**

#### **«Новый год»**

Наступает Новый год! (*хлопаем в ладоши*)  
Дети водят хоровод. (*кисти сцеплены пальцами, руки вытянуты, кисти внутрь-наружу*)  
Висят на елке шарики, (*поочередно соединяем пальцы на двух руках, образуя шар*)  
Светятся фонарики. (*фонарики*)  
Вот сверкают льдинки, (*сжимать и резко разжимать кулаки по очереди*)  
Кружатся снежинки. (*легко и плавно двигать кистями*)  
В гости дед Мороз идет, (*пальцы шагают по коленям или по полу*)  
Всем подарки он несет. (*трет друг об друга ладони*)  
Чтоб подарки посчитать, Будем пальцы загибать: (*хлопаем по коленям или по полу, одна рука — ладонью, другая — кулаком, а затем меняем*)  
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10. (*по очереди массируем каждый палец*)

#### **«Найди животных»**

Мы тихонько в лес зайдем. (*пальцы шагают по столу (коленям)*)  
Что же мы увидим в нем? (*одна ладонь закрывает глаз, вторая — ухо (меняем)*)  
Там деревья подрастают,  
К солнцу ветки направляют. (*одна рука «растет» через отверстие, образованное пальцами другой руки (и наоборот)*)  
Тики-ти, тики-ти, (*два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза — кулаками*)  
Животных мы хотим найти. (*одна рука — ребро, вторая рука — кулак (и наоборот)*) - дети по очереди называют диких животных  
По деревне мы шагаем, (*пальцы шагают по столу (коленям)*)  
Видим будки и сарай. (*одна ладонь закрывает глаз, вторая — ухо (меняем)*)  
Тики-ти, тики-ти, (*два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза — кулаками*)  
Животных мы хотим найти. (*одна рука — ребро, вторая рука — кулак (и наоборот)*) - дети по очереди называют домашних животных

В жарких странах оказались, *(пальцы шагают по столу (коленям))*  
Очень долго удивлялись *(одна ладонь закрывает глаз, вторая — ухо (меняем))*  
Тики-ти, тики-ти, *(два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза — кулаками)*  
Животных мы хотим найти. *(одна рука — ребро, вторая рука — кулак (и наоборот))* - дети по очереди называют животных жарких стран.

### «Путешествие»

Тук-тук-тук, Тук-тук-тук.  
Наши ушки слышат стук. *(возле уха каждый палец стучит о большой 3 раза)*  
Вот ладошечки шуршат, *(потирание ладоней друг о друга)*  
Наши пальчики трещат. *(потирание кулачков друг о друга)*  
Теперь в ладоши громко бей, *(хлопки)*  
А теперь ты их согрей. *(ладони на щеки)*  
К путешествию готовы? *(кулаки на коленях)*  
Да! *(руки вверх, ладони раскрыть)*  
В путь отправимся мы снова: *(вращательные движения кистями)*  
Сядем мы на самолет  
И отправимся в полет. *(руки в стороны, ладони напряжены)*  
Мы теперь на корабле,  
Нас качает на волне. *(ладони лодочкой, одна вверх, вторая вниз)*  
Едет поезд, *(ребром ладони двигаем по коленям или по столу)*  
Колеса стучат. *(кулачки стучат по коленям или по столу)*  
С поезда много веселых ребят *(зверят)*. *(подушечками пальцев поочередно нажимаем на колени или на стол)*  
Перечислить имена детей *(зверей)*. *(Дети повторяют и хлопают ладонями по коленям или по столу).*

### «Магазин одежды»

Открываем магазин, *(соединить ладони, круговые движения в противоположные стороны)*  
Протираем пыль с витрин. *(ладонь 1 руки массирует тыльную сторону другой и наоборот)*  
В магазин заходят люди, *(подушечки 4 пальцев одной руки двигаются по тыльной стороне другой)*  
Продавать одежду будем *(костяшки сжатых в кулак пальцев двигать вверх- вниз по ладони другой руки)* - дети называют различную одежду  
Магазин теперь закроем, *(фаланги сжатых в кулак пальцев вращать по центру другой ладони)*  
Каждый пальчик мы помоем *(массаж каждого пальца между фалангами указательного и среднего пальцев другой руки)*  
Потрудились мы на «пять» — *(протираем ладони)*  
Пальцы могут отдыхать *(поглаживаем каждый палец)*

### «Внимательный мишка»

По полянке мишка шел *(пальцы одной руки шагают по ладони другой)*  
И в бочонке мед нашел *(царапающие движения пальцев одной руки по ладони другой)*

Лапкой мед он доставал, *(надавливание на центр ладони указательным пальцем другой)*  
Язычком его лизал *(круговые движения указательным пальцем по центру ладони др.)*  
Нету меда! *(крепко зажать кулаки)*  
Где же мед? *(выпрямить напряженные пальцы)*  
Ищет мишка — не найдет *(ладони на щеках, качаем головой)*  
Нужно обязательно Мишке быть внимательным *(указательными пальцами обеих рук стучим по коленям в ритме фразы)*

## 5. Упражнения с карандашами.

Подготовила: Третьякова Ольга Анатольевна,  
воспитатель с/п «Детский сад «Гнёздышко»  
МБОУ «СОШ №1»

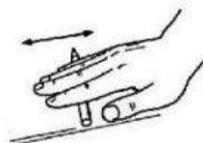
### Рекомендации

- 1) Сначала все упражнения надо выполнять медленно. Следите, чтобы ребенок правильно воспроизводил положение кисти или пальцев и переключался с одного движения на другое. При необходимости помогите ему или научите помогать себе второй рукой.
- 2) Упражнения отрабатываются сначала одной рукой, затем другой, после этого двумя руками одновременно.
- 3) Каждому упражнению соответствует своя рифмовка. Если ребенок будет выполнять упражнения, сопровождая их знакомыми рифмованными строчками, то его речь станет более четкой, ритмичной, яркой и ему будет легче контролировать выполнение заданных движений.

### «Утюжок»

*(Прокатывание карандаша по поверхности стола).*

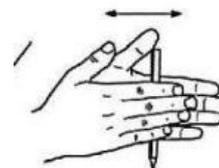
Я качу, качу, качу  
Карандаш куда хочу.  
Вправо - влево, вверх и вниз.  
Карандаш, крутись, крутись!



### «Добывание огня»

*(Прокатывание карандаша между ладонями).*

Карандашик тру, кручу,  
Я огонь добыть хочу!

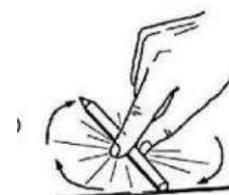


### «Волчок»

*Вращение карандаша указательным и большим пальцами.*

Инструкция: «Вращай карандаш на столе двумя пальцами сначала одной рукой, а потом другой. Попробуй это сделать то же большим и средним пальцами».

По столу круги катаю,  
Карандаш не выпускаю.



### «Горка»

Скатывание карандаша с тыльной поверхности кисти руки.

Инструкция: «Положи карандаш на верхнюю сторону кисти. Наклони руку вниз. Придерживай карандаш другой рукой. Пусть он скатится вниз с твоей руки, как с горки».

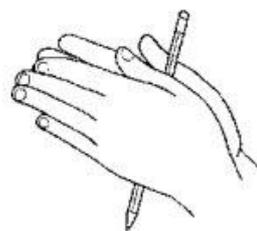
Во дворе стоит гора  
Мы катаемся с утра.



### «Мотор»

Соединить ладони пальцами вперёд. Карандаш в вертикальном положении между ладонями. Перемещать ладони вперёд-назад, передвигая карандаш, постепенно ускоряя темп, затем замедляя.

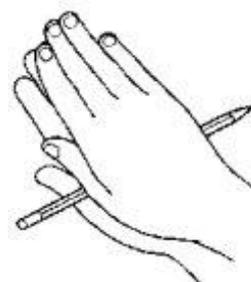
Заводи мотор скорей  
И ладони разогрей.  
Всё быстрее, быстрее, быстрее,  
Сил, приятель, не жалеи.  
Ход немного замедляем.  
Видно, к дому подъезжаем.  
Едем тише, тише, тише.  
И мотор уже не слышен.



### «Скалка»

Соединить ладони пальцами вперёд так, чтобы одна была сверху, другая – снизу. Карандаш в горизонтальном положении между ладонями. Перемещать верхнюю ладонь вперёд-назад, передвигая карандаш по ладони и пальцам.

Мы пирог испечь решили.  
Ловко тесто замесили.  
Хорошенько раскатаем,  
В печку жаркую поставим.



### «Вертушка»

Положить кисть одной руки на стол, выпрямить пальцы. Разместить карандаш так, чтобы мизинец и указательный пальцы были на карандаше, а средний и безымянный – под ним. Ладонь поворачивать над столом вправо и влево, стремясь поставить её на ребро. Однако стола должна касаться не ладонь, а только конец карандаша. Движения ладони напоминают вертушку.

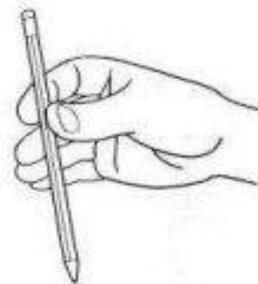
Свою печаль и скуку  
Развеять я смогу:  
Возьму вертушку в руку.  
С ней быстро побегу.



### «Закрутим винтик»

Взять карандаш за один конец и держать в вертикальном положении тремя пальцами: указательным, средним и большим. Перетирающими движениями этих пальцев перемещать карандаш вниз до тех пор, пока пальцы не окажутся у противоположного конца. Движения напоминают закручивание винтика.

Вертится туда-сюда  
Всё закрутит без труда.  
Крепко-накрепко скрепляет  
В мебели она детали.  
Как в работе своей вёртка  
Неуёмная отвёртка.



## Игры с цветными карандашами

### «Ловкие пальчики»

Предстоит взять все карандаши по одному только правой или левой рукой. Чтобы они все поместились в руке. После их по одному выкладывать на стол, не помогая другой рукой. Выигрывает тот, у кого дорожка из карандашей получилась ровнее.

### «Кто последний»

Разложите произвольное количество карандашей в ряд. Дети по очереди берут по одному карандашу. Кто последний, тот исполняет песенку, читает стихотворение и т.д.

### «Будь внимателен»

Игра предназначена для детей от 6 лет, играть могут не менее двух человек.

Цель: развитие логического мышления.

Материал: коробка с 12 или 15 цветными карандашами.

#### Правила игры:

На столе в ряд лежат карандаши. Двое играющих берут по очереди 1, 2 или 3 карандаша. Проигрывает тот кто вынужден будет взять последний карандаш.

### «Превращения в фигуры»

Задания:

- 1) Составить из карандашей 1 квадрат. Сколько для этого понадобится карандашей? (4).
- 2) Добавить 3 карандаша, чтобы получилось 2 квадрата.
- 3) Составить из 10 карандашей 3 квадрата.
- 4) Составить из карандашей 1 треугольник, добавить 2 карандаша, чтобы получилось 2 треугольника.
- 5) Составить из 7 карандашей 3 треугольника.
- 6) Из 9 карандашей составить 1 большой и 4 маленьких треугольника.
- 7) Из 10 карандашей составь 1 большой и 1 маленький квадрат.
- 8) Составить домик из 6 карандашей, потом переложить 2 карандаша, чтобы получился флажок.

### «Речевой ком»

Игра предназначена для детей от 5 лет, играть могут от 2-х человек.

Цель: формирование правильного звукопроизношения, навыков словообразования, грамматического строя речи.

Материал: коробка с цветными карандашами на каждого ребенка, фишки.

### Правила игры :

Ведущий (взрослый) предлагает детям по очереди взять с закрытыми глазами из коробочки один цветной карандаш.

Задача игрока быстро называть цвет попавшегося карандаша, потом словосочетание с ним и, наконец, предложение.

Игрок быстро, правильно и интересно составивший словосочетание и предложение с попавшимся цветом получает фишку.

Выигрывает игрок набравший большее количество фишек.

### **«Реактивный ответ»**

Ведущий достает из коробки 1 цветной карандаш и показывает его игроку. Задача игрока быстро назвать 5 предметов этого цвета. Потом игроки меняются ролями.

## **6. Нейродорожки, нейротренажеры, нейроигры**

Подготовила: Садило Наталья Сергеевна,  
воспитатель с/п «Детский сад «Солнышко»  
МБОУ «ОСОШ №2»

### **Нейротаблицы на развитие внимания**

**Цель:** развитие навыка концентрации внимания, а также на улучшение кратковременной памяти и расширение угла зрительного охвата; упражнять детей в классификации предметов. В данных играх необходимо находить и одновременно двумя руками показывать (прикасаться пальчиком или ладошкой) одинаковые объекты слева и справа. Объекты могут быть абсолютно разные: дикие и домашние животные, цифры, буквы и многое другое.

Можно полностью изменить изображения по вашим педагогическим

потребностям. Можно играть всей группой на скорость.

Можно делиться на команды или научить детей играть вдвоем. Также в эту игру можно играть

индивидуально, например, с ребенком с ОВЗ.



*Рис.1 Нейротаблица «Домашние животные»*

### «Межполушарные доски»

Для развития межполушарных связей полезно играть со специальными тренажерами.

Цель: стимулировать работу обоих полушарий головного мозга, улучшение синхронизации глаз и рук, а также развитие концентрации, усидчивости, внимательности и мелкой моторики.

Это приспособление сделано из дерева и выглядит как два зеркально отображенных лабиринта. Ребенку нужно передвигать два бегунка одновременно.



Рис.2 Межполушарные доски



Рис.3 Нейродорожка по сказке «Колобок»

- «**Нейробусы**» - по заданному образцу «собрать» бусины, провести линию по бусинам, не отрывая фломастер от бумаги.

Рис.1 Нейробусы  
«Цветные кружочки»



### «Нейроперчатки»

Первый вариант «нейроперчаток» – с пуговицами на пальчиках, по цветам пуговицы расположены одинаково, и на правой и на левой перчатке (симметрично).

Игровые действия: прикоснуться большим пальцем до определенной пуговицы (задания выполняется по инструкции педагога или карточкам-схемам) сначала каждой рукой отдельно, затем одновременно.



*Рис.1 Нейроперчатки, 1 вариант*



Второй вариант «нейроперчаток» – усложнен, пуговицы по цветам расположены в разноряд.

*Рис.1 Нейроперчатки, 2 вариант*

## 7. Игры на разнотипичное согласование движений рук.

Подготовила: Анфёрова Светлана Леонидовна,  
воспитатель с/п «Детский сад «Солнышко»  
МБОУ «ОСОШ №2»

Все используемые игры и упражнения имеют одну цель: развитие межполушарного взаимодействия через согласование разнотипных движений рук. Обеспечение регуляции, программирования и контроля психической деятельности.

Выполнение определенных движений ладошками и пальчиками, переключение с одной позиции на другую очень сложно для ребенка, поэтому:

- не торопите ребенка. Давайте ему достаточное количество времени для тренировки.
- помогайте – многократно показывайте нужное положение пальцев на своей руке, на его руке.
- меняйте темп игры: при первом знакомстве с упражнением (упражнениями) медленно и не спеша двигайте руками и пальчиками, затем постепенно увеличивайте скорость движений.

### Упражнение «Капитанское»

Одна рука приложена козырьком к бровям, а вторая рука показывает знак "Класс". Меняем руки местами. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой рук. Упражнение «Класс» Одну ладошку выставляем вперед, а второй рукой показываем знак "Класс". Меняем руки. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой положения рук.

### Упражнение «Колечки»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия через согласование разнотипных движений рук. На одной руке большой палец последовательно соединяется со всеми остальными пальцами, начиная с указательного пальца. То же самой делает другая рука, но начинает с мизинца. Задача – делать упражнение одновременно двумя руками. «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»

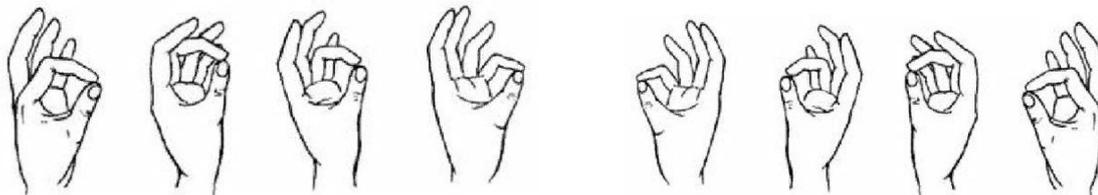
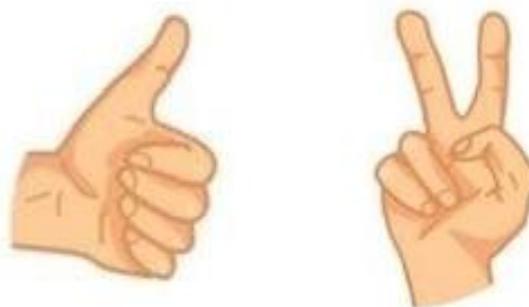


Рисунок 1 Упражнение «Колечки»

### Упражнение «Класс – заяц»

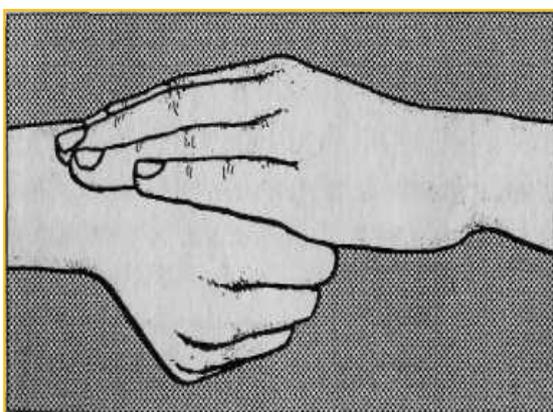
Левой рукой показывать «класс», правой – «зайчика». Затем одновременно менять положение рук, правой рукой показывать «класс», левой – «зайчика» и постепенно наращивать скорость.

Рисунок 2 Упражнение «Класс – заяц»



### «Окошко»

Большой палец правой руки соединяем с указательным пальцем левой руки, а указательный правой руки соединяют с большим пальцем левой руки, попеременно меняем положение рук.



### «Стол»

Накрыть ладонью левой руки вертикальный кулак правой руки, затем поменять руки.

Рисунок 1 «Стол»

### «Лезгинка»

Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Прямой ладонью правой руки, поставленной горизонтально, прикоснитесь к мизинцу левой руки. После этого одновременно смените положение правой и левой руки.

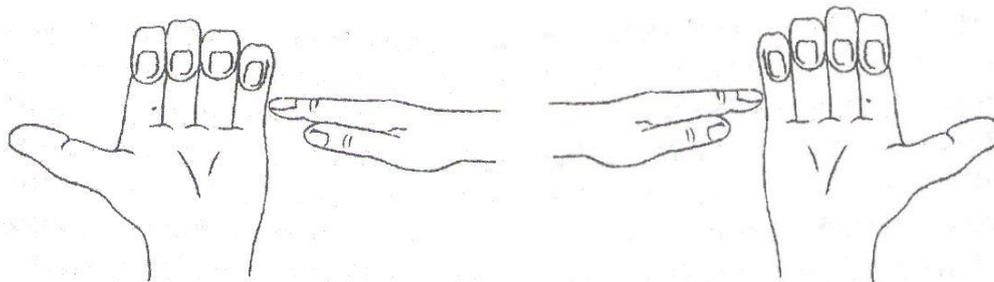


Рисунок 1 «Лезгинка»

### Упражнение «Ухо – нос – хлопок»



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

Рисунок 1 Упражнение «Ухо – нос – хлопок»

### Упражнение «Цветные ладошки»

В этом упражнении взрослый показывает на цветные круги по одному по-порядку или произвольно (Рис 1.), а ребёнку нужно поднять соответствующий пальчик (Рис.2.)

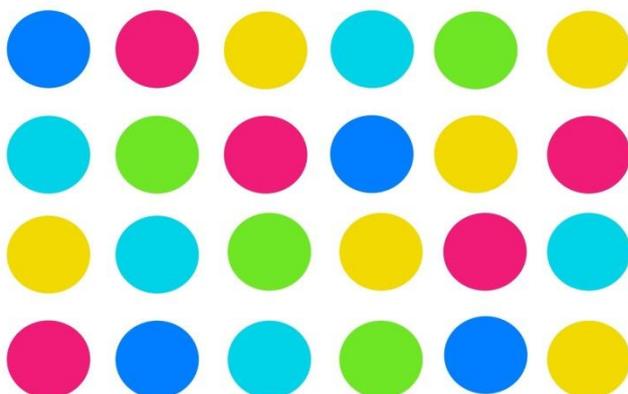


Рисунок 1.  
Упражнение  
«Цветные ладошки»



Рисунок 2. Упражнение «Цветные ладошки»

### Настольная игра «Сокровища фараона»

Правила игры: Взрослый играет с одним или двумя детьми. Ребёнок или дети по очереди кидают кубик, ребёнок ходит на нужное количество шагов по игровому полю и выполняет выпавшее упражнение нейрогимнастики, чтобы двигаться дальше.



## 8. Игры с мячом.

Подготовила: Вдовина Ирина Владимировна,  
педагог-психолог МБОУ «ОСОШ №3»

### Упражнения с мячом

#### Упражнение 1.

Взрослый и ребенок садятся на пол напротив друг друга, расставив ноги. Взрослый и ребенок катают мяч (диаметром 20 см) друг другу. Необходимо учить ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 2.

Ребенок берет мяч (диаметром 20 см) и катит его по линии (край ковра, протянутая по полу нитки, веревочка) сначала одной рукой, затем другой и двумя руками вместе. Взрослый учит ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 3.

Взрослый и ребенок бросают друг другу мяч (диаметром 20 см) из рук в руки. Нужно научить ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 4.

Взрослый и ребенок бросают мяч (диаметром 20 см) друг другу, ударяя об пол. Нужно учить ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 5.

Ребенок подбрасывает мяч (диаметром 20 см) двумя руками вверх и ловит. Нужно учить ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 6.

Ребенок подбрасывает мяч (диаметром 20 см) двумя руками вверх, хлопает один раз в ладоши и ловит. Взрослому необходимо учить ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 7.

Взрослый и ребенок садятся на пол напротив друг друга, расставив ноги. Они катают мяч (диаметром 10-12 см) друг другу. Нужно учить ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 8.

Ребенок катит мяч (диаметром 10-12 см) по линии (край ковра, протянутая по полу нитки, веревочка) сначала одной, потом другой рукой, а затем двумя руками вместе. При этом он обязательно должен смотреть на мяч. Нужно учить ребенка следить глазами за мячом.

#### Упражнение 9.

Взять мяч диаметром 10-12 см. Взрослый учит ребенка следить глазами за мячом.

1. Взрослый и ребенок бросают мяч друг другу из рук в руки.
2. Взрослый и ребенок бросают мяч друг другу с ударом об пол.

#### Упражнение 10.

Взять мяч диаметром 10-12 см. Взрослый учит ребенка следить глазами за мячом.

1. Ребенок подбрасывает мяч двумя руками вверх и ловит.
2. Ребенок подбрасывает мяч двумя руками вверх, один раз хлопает в ладоши и ловит мяч.

#### Упражнение 11.

Взрослый и ребенок садятся на пол напротив друг друга, расставив ноги. Они катают теннисный мяч друг другу. Нужно учить ребенка следить глазами за мячом.

### Упражнение 12.

Ребенок берет теннисный мяч. Катит его по линии (край ковра, протянутая по полу нитка, веревочка) сначала одной, затем другой рукой и двумя руками вместе, при этом обязательно смотрит на мяч. Нужно учить ребенка следить глазами за мячом.

### Упражнение 13.

Ребенок сидит на стуле, который стоит на расстоянии 50 см от корзины. Взрослый предлагает ему попасть мячом в корзину (ведро, коробку). Ребенок берет у взрослого мячик и захватом сверху бросает его в корзину попеременно то правой, то левой рукой. Если мяч не попал в корзину, прежде чем его поднять, обсудите с ребенком, куда упал мяч: справа или слева от корзины, перед корзиной или за корзиной, близко или далеко от корзины.

## 9. Игры с кинезиологическими мешочками.

Подготовила: Сентемова Елена Юрьевна,  
учитель-дефектолог МБОУ «ОСОШ №3»

### **Кинезиологические мешочки: их роль и применение в улучшении физической активности и координации**

#### **В чем польза:**

- обогащают двигательный опыт детей;
- закрепляют основные виды движений;
- помогают сохранять правильную осанку при ходьбе с мешочком на голове;
- развивают умение подбрасывать мешочек одной рукой и ловить другой;
- развивают умение ползать на четвереньках с мешочком на спине;
- для мозжечковой стимуляции, для наращивания нейронных связей;
- можно изучать цвета;
- отрабатывать меткость;
- развитие музыкальности и чувства ритма;
- занятия с кинезио мешочками показаны как часть нейрокоррекции деткам с СДВГ, аутизмом, дислексией, дисграфией.

**Упражнения начинаются с простых упражнений**, где ребенок и взрослый сидят напротив друг друга и перекидывают мешочки или мячи друг другу на небольшом расстоянии. С каждым последующим занятием упражнения усложняются, их уровень зависит от того, насколько успешно ребенок освоил программу, которая была разработана нейропсихологом. Уровень сложности упражнений может быть увеличен до таких уровней, как подбрасывание мяча стоя на двух ногах, стоя на одной ноге, на балансире и так далее.

**Главные правила:** Когда речь идет об упражнениях, существуют несколько принципов, которые следует соблюдать, чтобы достичь наилучших результатов.

1) Первое правило заключается в соблюдении естественного ритма выполнения упражнений. Это помогает сделать упражнения более естественными и простыми, а также закрепить навыки на уровне мышечной памяти.

2) Второе правило заключается в необходимости двигать глаза и ориентироваться в пространстве во время выполнения упражнений. Нужно переводить взгляд и менять фокусировку зрения по трем основным осям: лево-право, вверх-вниз, ближе-дальше. Это помогает улучшить зрительные функции.

3) Третье правило связано с необходимостью сотрудничества. Большинство упражнений являются парными или групповыми, и требуют синхронности выполнения. Такой подход помогает развивать навыки работы в команде.

Соблюдение этих принципов важно для достижения наилучших результатов в упражнениях и развития соответствующих навыков.

**Определение основных составляющих** коррекционно-развивающих занятий включает в себя различные упражнения, которые могут использоваться в начале, середине или в конце занятия. Один из таких элементов - это физкультминутка, которая может использоваться для разминки или завершения занятия.

При обучении упражнениям с кинезио-мешочками необходимо сначала освоить технику



движений. Постепенно увеличивая время и сложность упражнений, можно научиться выполнять их правой и левой рукой, а затем обеими руками вместе. Если возникают затруднения, можно использовать команды, которые произносятся вслух или про себя.

Продолжительность коррекционно-развивающих занятий зависит от возраста участников и может колебаться от 5-10 до 15-20 минут (рисунок 1).

*Рис. 1 Кинезиологические мешочки для выполнения упражнений*

### **Варианты упражнений:**

- Изучать цвета;
- Изучать ритм (похлопывания по мешочкам подряд, через 1, комбинировать одиночные и двойные хлопки);
- Изучать и автоматизировать счет;
- Играть в игру на память и внимание (выкладывать по порядку, убирать один из них или менять местами);
- Передавать из рук в руки самостоятельно (перед собой, за спиной, над головой) при балансировке на тренажерах;
- Передавать по кругу и перекидывать мешочки в паре с родителем/педагогом — захватом снизу, захватом сверху — дополнительно работают кисти;
- По 1-2 мешочка — прямая передача «правая рука — правая рука», перекрестная передача «правая рука — левая рука»;
- Подкидывать 1-2 мешочка, балансируя на тренажере;

- Ловить падающий мешочек разными руками по очереди, или двумя вместе;
- Соединять упражнения с хлопками, со счётом, изучением букв, слов, автоматизацией звуков, стихами и скороговорками;
- Положить мешочек в центр балансира, при балансировке контролировать силу движения, чтобы мешочек не слетел с тренажера;
- Использовать как элемент сенсорной комнаты.

### **Игры с одним ребенком:**

#### **Упражнение «Пальма»**

1. Руки на поясе, мешочек на голове.
2. Вращение на полный круг, вправо и влево, по одному разу на 360 градусов.
3. Приседаем
4. Имитируем позу журавля, стоя на правой ноге, затем на левой, держа каждую ногу в течение 5 секунд.
5. Ловим мешочек, спуская его с головы в обе руки.
6. Ходим с мешочками на голове, спине, плечах и так далее.
7. Усложняем задания на балансирах.

#### **Упражнение «Ловишка»**

Ловим мешочек двумя руками и одной, подкидываем ногой. Ловля требует согласования глаз и рук.

### **Групповые игры:**

**1 Упражнение:** Передаем по кругу мешочки и держим темп.

**Стихотворение для заучивания, кстати, хорошо автоматизирует звук «Р»**

В огороде	— Безобразник! Сорванец!
Помидор	— Ай-ай-ай, Помидор!
Взгромоздился на забор:	Стыд тебе и позор!
Притворяется,	Огорчился старый Лук:
Негодник,	— Не терплю подобных штук! —
Будто сам он —	Ай-ай-ай, Помидор!
Огородник!	Стыд тебе и позор!
Ай-ай-ай, Помидор!	Покраснел сорванец,
Стыд тебе и позор!	Устыдился наконец —
Возмутилась тетя Репа:	И скатился
— Это глупо и нелепо! —	Чин по чину
Ай-ай-ай, Помидор!	К огороднику
Стыд тебе и позор!	В корзину!
Крикнул дядя Огурец:	

**2. Упражнение:** Задача в паре поймать мешочек и переместить второй мешочек в другую руку.

## 10. Игры на развитие пространственных представлений.

Подготовила: Егорова Юлия Михайловна,  
педагог-психолог с/п «Детский сад «Гнёздышко»  
МБОУ «ОСОШ №1»

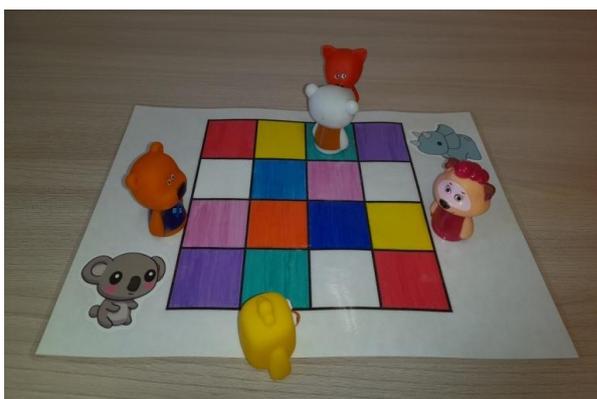
### Игра «Разноцветное путешествие»

**Возраст:** от 5 лет.

**Цель:** формирование умения ориентироваться на плоскости с крупной клеткой, развитие воображения.

**Материал:** игровое поле, состоящее из клеток разных цветов (*количество клеток варьируется от 9 до 16-20*), игрушка (*любое животное, герои мультфильмов или сказок*).

**Ход игры:** Ребёнку предоставляется игровое поле. На первую клетку ставится игрушка, которая сейчас отправится в путешествие. Педагог задаёт направление перемещения игрушки командами: 1 клетка вверх, 2 вправо, стоп! Где оказался твой герой? Ребёнок видит, какого цвета клетка, на которой остановилась его игрушка, и в соответствии с цветом придумывает место нахождения его героя (например: клетка голубого цвета может означать, что герой прибыл на море, зелёного – на лесную полянку, жёлтого – на песчаный пляж и т.д.).



*Рис.1. Игра «Разноцветное путешествие»*

Второй вариант игры:

- взять героев из известного мультфильма, который нравится детям, и предложить совершить прогулку вместе с ними. Например: герой м/ф «Ми-ми-мишки» белый медвежонок Тучка отправляется в путешествие. Следуя инструкции взрослого, нужно также перемещаться по клеточкам, но когда герой встретит одного из своих друзей, то цвет клетки будет означать, что необходимо придумать лакомство, которым Лисичка угостит Тучку (например: клетка зелёного цвета – яблоко, груша, киви).

### Нейропсихологическая игра «Муха»

**Возраст:** от 5 лет.

**Цель:** закрепление умения оценивать расположение предмета на плоскости (листе бумаги в клетку); развитие зрительного и слухового внимания, воображения, пространственного мышления, умения точно выполнять учебную задачу.

**Материал:** игровое поле (таблица) и фишка («муха»).

**Ход игры:** Помещаем «муху» в центральной клетке.

1-й вариант. Скажите ребёнку: «В центре поля сидит муха. Она пытается выбраться из клетки. На каждый ход она может пролететь только одну клетку. Я буду говорить тебе, куда полетела муха, а ты внимательно следи за её передвижениями. Как только муха вылетит за пределы поля, сразу же хлопай в ладоши, чтобы её поймать». Задача взрослого (родителя, педагога) – диктовать ребёнку траекторию передвижения мухи. Например: «Муха полетела вверх, вправо, вниз, вправо (если ребёнок внимательно следил за перемещением мухи, то в этот момент он должен хлопнуть в ладоши)».

Если ребёнку пока сложно уследить за полётом мухи только глазами, то в первое время для визуализации лучше взять муху бумажную или игрушечную.

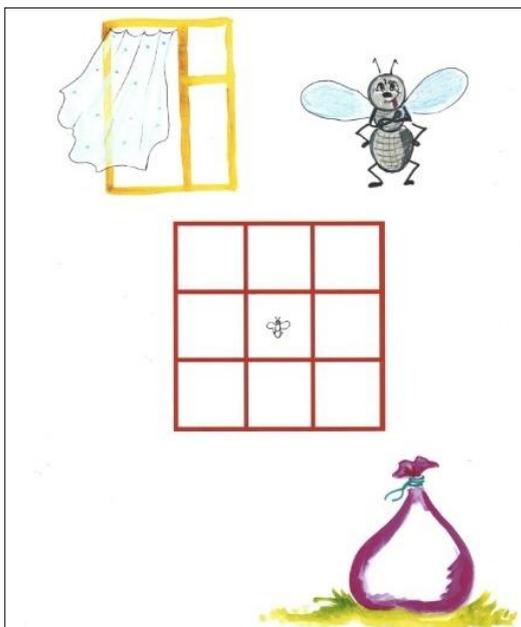


Рис.1. Игровое поле для игры

количеству «пойманных» и «упущенных» мух.

Если ребёнку трудно даётся игра, пометьте стороны листа «верх», «низ», «право», «лево» соответствующими словами или буквами. Если ребенок пугает право, лево, то промаркируйте левую руку ребенка. Это могут быть детские часы, браслет, резинка для волос и т.д.

Рис.2. Игра «Муха»

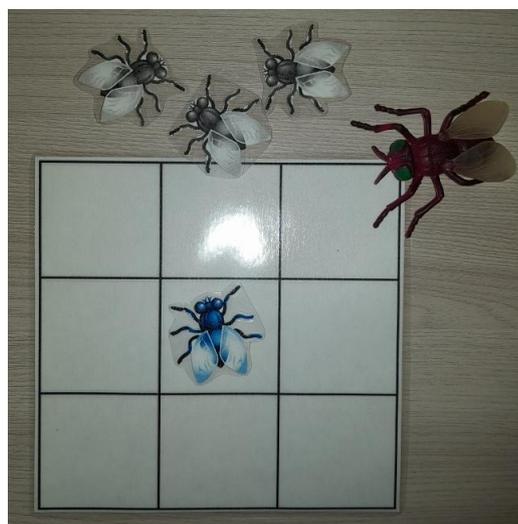
Для начала можно играть на маленьком поле. Если ребенок легко справляется с заданиями, переходить на поле с большим количеством клеток.

2-й вариант. Игра «Муха» с цифрами от 1 до 9. По инструкции взрослого ребёнок следит за передвижениями мухи и называет цифру, которая расположена в клетке, где муха остановилась.

Рис.3. Игра «Муха» с цифрами

Чтобы увлечь ребёнка игрой, можно добавить: «Если ты успеешь хлопнуть до того, как я назову следующий ход, то пойманную муху мы сажаем тебе в мешок, а если муха сможет обхитрить тебя и вылететь из клетки незаметно, то мы выпускаем её в окно. Всего будет 5 мух. Каждая муха начинает свой полёт из центра. Если в конце игры мух будет больше в твоём мешке – ты победил, если мух в окне окажется больше – значит, им удалось тебя запутать».

На мешок или окно, изображённые на листе бумаге, можно класть небольшие пуговицы, камушки или делать отметки карандашом – по



3-й вариант. Игра «Муха» с координатами. Муха перелетает по клеткам в соответствии с инструкцией взрослого. Ребёнку необходимо назвать координаты (по типу игры «Адрес») клетки, в которой остановилась муха (например, Б2, Г4 и т.д.).

Игра с усложнением: муха летает по заданным взрослым координатам. Ту клетку, которая была названа последней, можно закрывать камушками или ставить метки, а в конце игры предложить ребёнку посчитать, сколько остановок сделала муха.

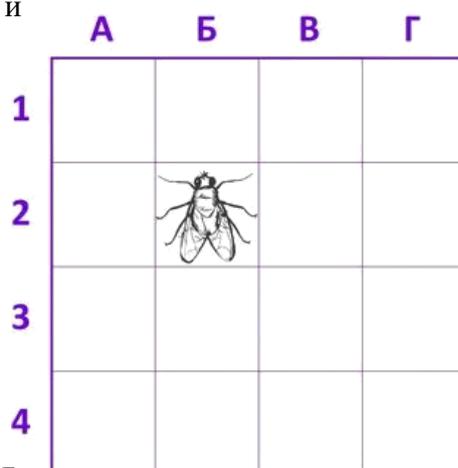


Рис.4. Игра «Муха» с координатами

Вариантами игры «Муха» являются упражнения:

➤ **Упражнение «Куда прилетит божья коровка (бабочка)?»**

**Цель:** уметь ориентироваться на листе бумаги по схеме.

**Ход:** Ребёнок берёт схему и, глядя на неё, определяет место – «листок» («цветок») на который божья коровка (бабочка) сядет.

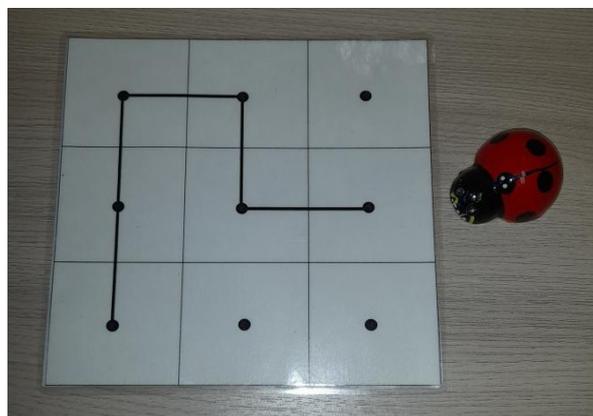


Рис.5. Схема к упражнению



Рис.6. Упражнение «Куда прилетит божья коровка?»

➤ **Упражнение «Покажи путь лягушке»**

**Цель:** уметь ориентироваться на листе бумаги по схеме.

**Ход:** Ребёнок по схеме находит «путь» лягушки и место, где она сядет «отдохнуть».

➤ **Упражнение «Помоги ёжику»**

**Цель:** уметь ориентироваться по схеме.

**Ход:** По схеме ребёнок определяет, куда приведёт ёжика дорожка.

## Нейроигра «Прыжки по квадратам»

**Возраст:** от 5 лет.

**Цель:** развитие зрительно-моторной координации, пространственного мышления, мелкой моторики.

**Материал:** таблица, разделённая на 4 части (количество квадратов в таблице может быть увеличено до 6 или 9), в каждой из которых изображен какой-то знак, символ, буква или цифра либо узор; простой карандаш (ручка) или маркер, предмет для подачи звукового сигнала (колокольчик, звонок с кнопкой, молоток-пищалка).



**Ход игры:** Ребёнок по команде взрослого начинает писать данный символ в первом квадрате. В какой-то момент взрослый подаёт звуковой сигнал и называет номер другого квадрата. Через какое-то время необходимо переключить ребенка на следующий квадрат. Он должен быстро сориентироваться и продолжить рисовать нужный символ.

Когда ребёнок усвоит данное упражнение, задание можно усложнить, добавив количество квадратов и символов в них. Также можно использовать не речевую инструкцию, а показывать карточки по цвету фигур, например: карточка жёлтого цвета – ребёнок выполняет задание в квадрате 4 (таблица №2); карточка синего цвета – квадрат 2 (таблица №2) и т.д.

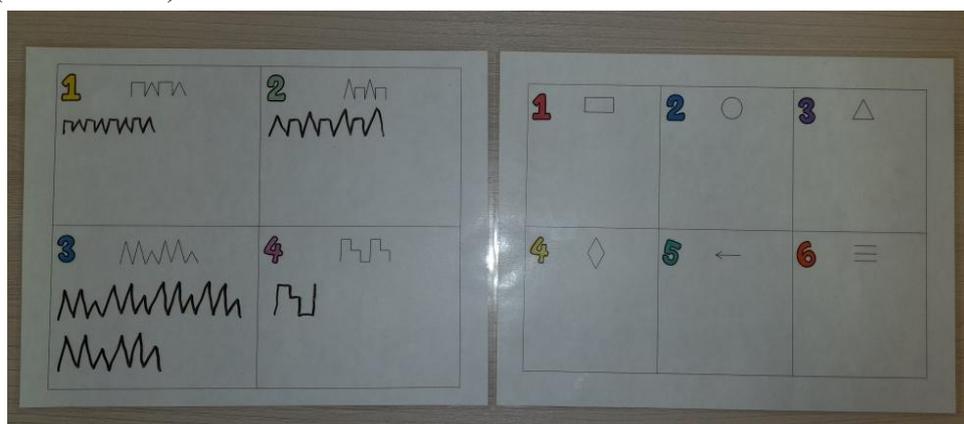


Рис.1. Нейроигра «Прыжки по квадратам»

## Нейроупражнение «Цветные карточки»

**Возраст:** от 5 лет.

**Цель:** развитие ориентации в пространстве, относительно своего тела, умение быстро переключаться.

**Материал:** четыре цветные карточки (жёлтая, красная, синяя, зелёная).

**Ход игры:** Взрослый показывает карточки в произвольном порядке и сопровождает инструкцией. Ребёнок должен делать шаги согласно инструкции. Например: «Жёлтая – шаг вперёд, зелёная – шаг назад, синяя – влево, красная – вправо».

Спустя время инструкцию к цвету карточки можно поменять, тем самым сломав стереотип.

## Нейроигра «Окошко»

**Возраст:** от 4 лет.

**Цель:** развитие целостного зрительного восприятия и образного мышления.

**Материал:** сюжетная картинка, лист бумаги с окошком (круглая дырочка).

**Ход игры:** Большую, насыщенную деталями картинку прикрывают листом бумаги с окошком. Передвигая лист, показывают предметы не целиком, а только их часть

(например, половину часов). Ребёнок должен узнать и назвать предметы, которые видит через окошко, а потом представить и описать всю картинку. Например: «На картинке изображена комната, за столом стоит красный стул, на кровати лежит игрушка медвежонок, у кровати стоят тапочки...»

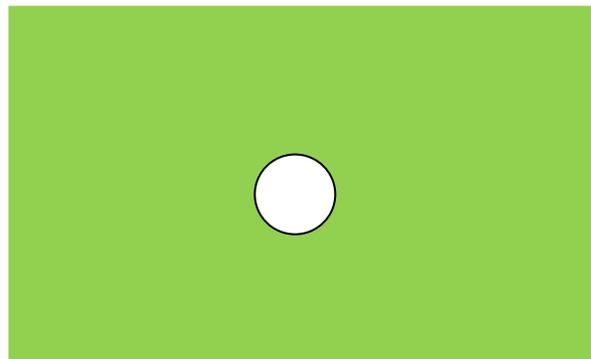


Рис.1. Нейроигра «Окошко»

Рекомендуемый формат картинки А4 или А5. Размер листа с окошком должен быть в два раза больше картинки. Размер окошка 2х2 см.

### Игра «Художник»

**Возраст:** от 5-6 лет.

**Цель:** ориентирование в речевом обозначении пространства с опорой на зрительный образ.

**Материал:** лист плотной бумаги (можно для фона взять цветную); карточки любого лото (можно начать с 5-6 карточек, постепенно увеличивая их количество до 11); карандаш или фломастер.

**Ход игры:**

*1-й вариант.* Ребенок выкладывает на листе бумаги «картину» из карточек с различными изображениями, располагая эти карточки там, где скажет педагог.

Инструкция: «Представь, что ты – художник! Сейчас мы будем с тобой создавать картину. Я буду твоим помощником. Чтобы тебе было легче, я буду называть тебе картинку, нарисованную на карточке, и говорить, где ты должен ее разместить.

Начнем с солнышка. Расположи его, пожалуйста, в верхнем левом углу. Вверху и посередине листа мы поместим облако. Птичка у нас будет лететь под облаком и слева от него. В нижнем левом углу у нас будет стоять забор, а справа от забора дом. В нижнем правом углу растет ель, а слева от нее гриб. Слева от гриба куст, справа от куста



гуляет петушок. Справа от дома сидит котенок, а за ним цыплята (можно накладывать одну картинку на другую). Улитка ползет вправо от цыплят. Молодец, у тебя получилась очень красивая картина! Давай мы теперь придумаем к ней название».

Рис.1. Игра «Художник» (1-й вариант)

2-й вариант. Педагог и ребенок меняются ролями.

Инструкция: «Теперь ты будешь моим помощником. Придумай другую картину и скажи мне, как разложить изображения».

3-й вариант. Ребенок может рисовать различные изображения по указаниям педагога. Здесь важно сказать ребенку, что главное – правильно расположить предметы, а не красиво их нарисовать.

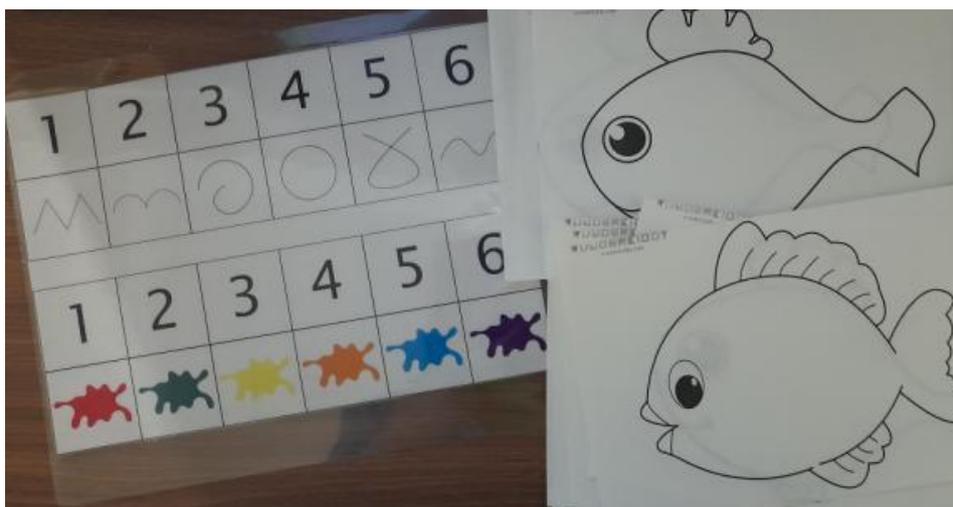
### Развивающее задание «Раскрась рыбку»

**Возраст:** от 3-4 лет.

**Цель:** развитие графических навыков, зрительно-моторной координации и закрепление навыков счёта в пределах 6.

**Материал:** схемы со значениями линий и цветов; игровой кубик (1 или 2 шт.); цветные карандаши или фломастеры.

**Ход игры:** Для малышей 3-4 лет используйте два кубика, а дети старше могут запоминать первое значение и бросать один кубик 2 раза последовательно. Одно значение поможет выбрать тип линии, а второе значение – цвет. Затем ребёнку (детям) нужно нарисовать соответствующую линию карандашом на шаблоне рыбки. Повторяйте действие с бросанием кубика несколько раз, чтобы получилось заполнить пустую область на шаблоне рыбки.



*Рис.1. Схемы к заданию «Раскрась рыбку»*

### Игры и упражнения со счетными палочками.

#### Копирование.

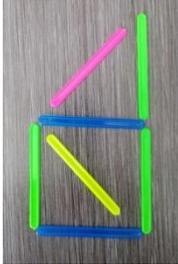
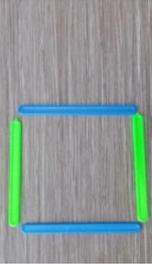
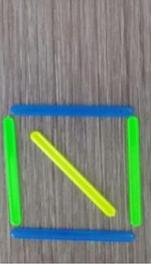
Подготовила: Грига Ирина Александровна,  
старший воспитатель с/п «Детский сад «Солнышко»  
МБОУ «СОШ №2»

Такие задания должны быть предшественниками графических диктантов, так как учат ребенка ориентироваться на плоскости и пользоваться пространственным словарем (предлогами, наречиями и другими частями речи, обобщенно отражающими знания о предметно-пространственном окружении).

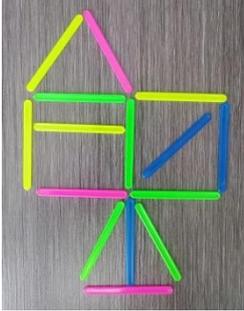
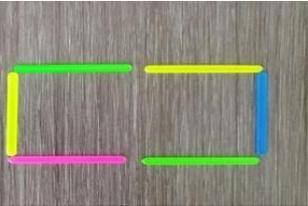
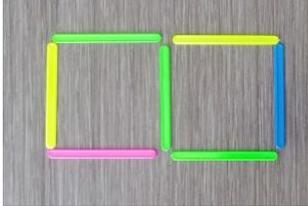
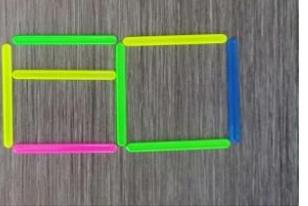
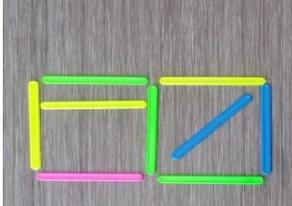
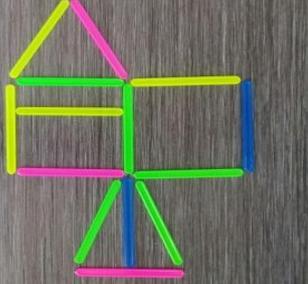
### Упражнение «Палочки-1» [2; 21]

*Вариант 1.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет (Рис.1). Ребенок должен сложить фигуру по образцу взрослого. Взрослый вместе с ребенком проговаривает стратегию выкладывания. Сначала выкладываются стороны фигуры, затем фигура делится на части (заполняется внутри), затем выкладываются детали с внешней стороны фигуры (Рис.2).

*Образец для детей до 7 лет*

<i>Рис.1.</i>	<i>Рис.2. Стратегия копирования</i>			
<i>Образец</i>	<i>Этап 1</i>	<i>Этап 2</i>	<i>Этап 3</i>	<i>Этап 4</i>
				

*Образец для детей от 7 лет*

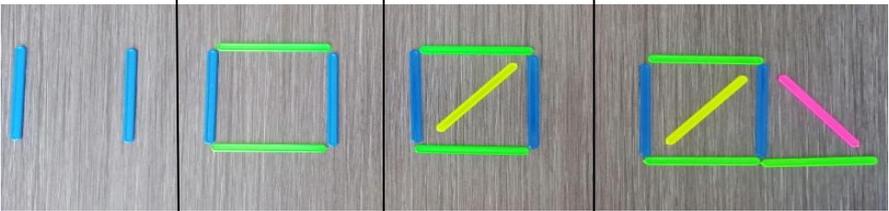
<i>Рис.1 Образец</i>	<i>Рис.2 Стратегия копирования</i>	
	<i>Этап 1</i>	<i>Этап 2</i>
	<i>Этап 3</i>	<i>Этап 4</i>
	<i>Этап 5</i>	<i>Этап 6</i>
		
		
		

*Вариант 2.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет (Рис.1). Ребенок запоминает фигуру, затем отворачивается. Взрослый перекладывает 2-3 палочки на образце и/или заменяет 2-3 палочки на другой цвет. Ребенок поворачивается и говорит, что изменилось.

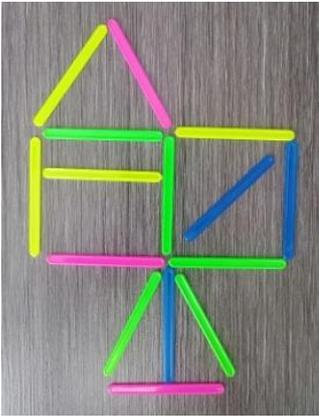
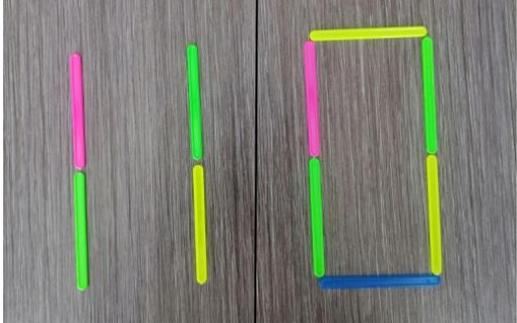
### Упражнение «Палочки-2»

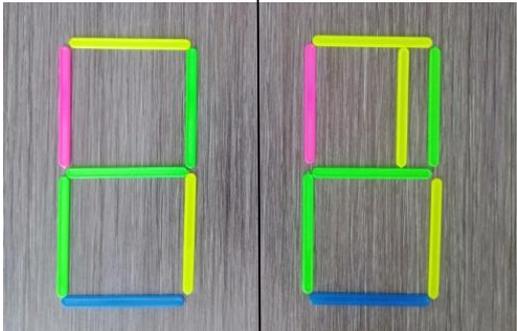
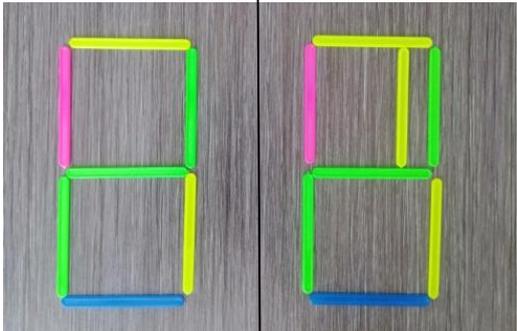
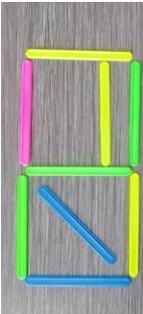
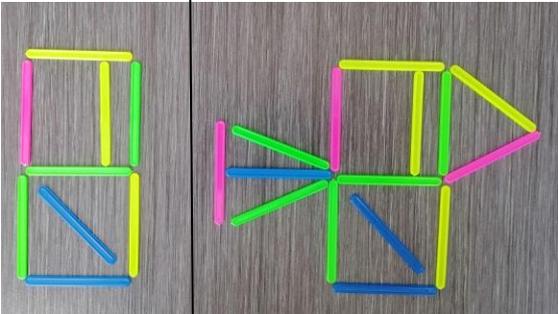
*Вариант 1.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет. Ребёнок должен сложить такую же фигуру, повернув ее на 90 градусов. Ребёнок не должен пересаживаться. Взрослый вместе с ребёнком проговаривает стратегию выкладывания фигуры. Сначала выкладываются стороны фигуры, затем фигура делится на части (заполняется внутри), затем выкладываются детали с внешней стороны фигуры.

#### Образец для детей до 7 лет

<i>Рис.1.</i> <i>Образец</i>	<i>Рис.2. Стратегия копирования</i>			
	<i>Этап 1</i>	<i>Этап 2</i>	<i>Этап 3</i>	<i>Этап 4</i>
				

#### Образец для детей от 7 лет

<i>Рис.1</i> <i>образец</i>	<i>Рис.2 Стратегия копирования</i>	
	<i>Этап 1</i>	<i>Этап 2</i>
		

	<i>Этап 3</i>	<i>Этап 4</i>
		
	<i>Этап 5</i>	<i>Этап 6</i>
		

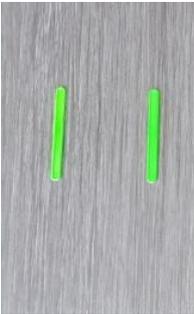
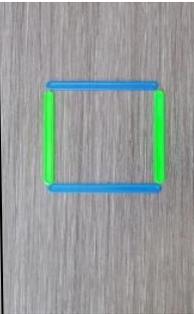
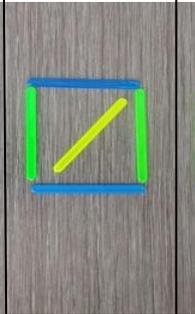
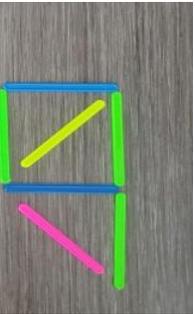
*Вариант 2.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет (Рис.1). Ребенок запоминает фигуру, затем отворачивается. Взрослый перекладывает 2-3 палочки на образце и/или заменяет 2-3 палочки на другой цвет. поворачивает фигуру на 90 градусов. Ребенок поворачивается и говорит, что изменилось.

### Упражнение «Палочки-3»

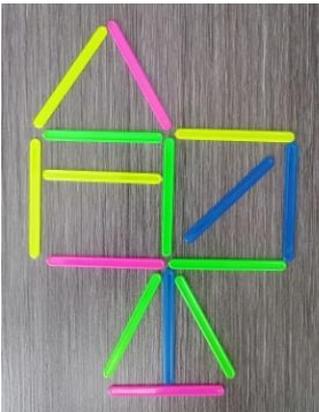
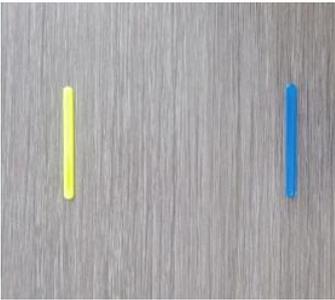
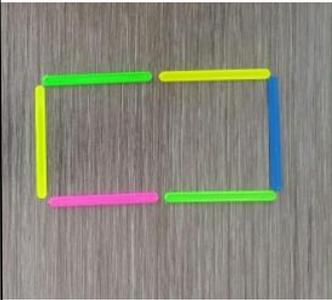
*Вариант 1.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет. Ребёнок должен сложить такую же фигуру, повернув ее на 180 градусов. Ребёнок не должен пересаживаться. Взрослый вместе с ребёнком проговаривает стратегию выкладывания фигуры. Сначала выкладываются стороны фигуры, затем фигура делится на части (заполняется внутри), затем выкладываются детали с внешней стороны фигуры.

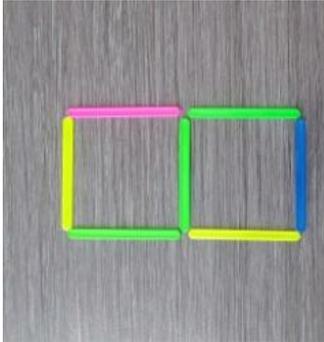
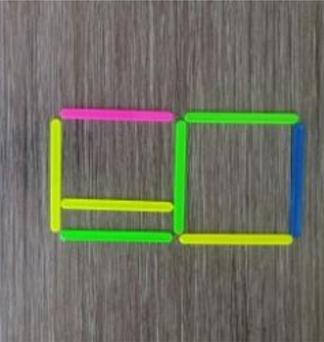
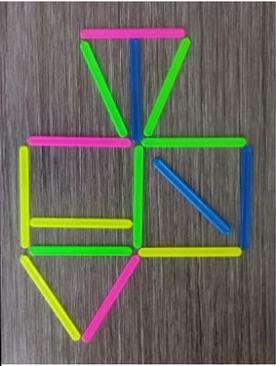
*Вариант 2.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет (Рис.1). Ребенок запоминает фигуру, затем отворачивается. Взрослый перекладывает 2-3 палочки на образце и/или заменяет 2-3 палочки на другой цвет. поворачивает фигуру на 180 градусов. Ребенок поворачивается и говорит, что изменилось.

*Образец для детей до 7 лет*

<i>Рис.1.</i>	<i>Рис.2. Стратегия копирования</i>			
<i>Образец</i>	<i>Этап 1</i>	<i>Этап 2</i>	<i>Этап 3</i>	<i>Этап 4</i>
				

*Образец для детей от 7 лет*

<i>Рис.1</i>	<i>Рис.2 Стратегия копирования</i>	
<i>образец</i>	<i>Этап 1</i>	<i>Этап 2</i>
		
	<i>Этап 3</i>	<i>Этап 4</i>

		
	<p><i>Этап 5</i></p> 	<p><i>Этап 6</i></p> 

#### **Упражнение «Палочки-4»**

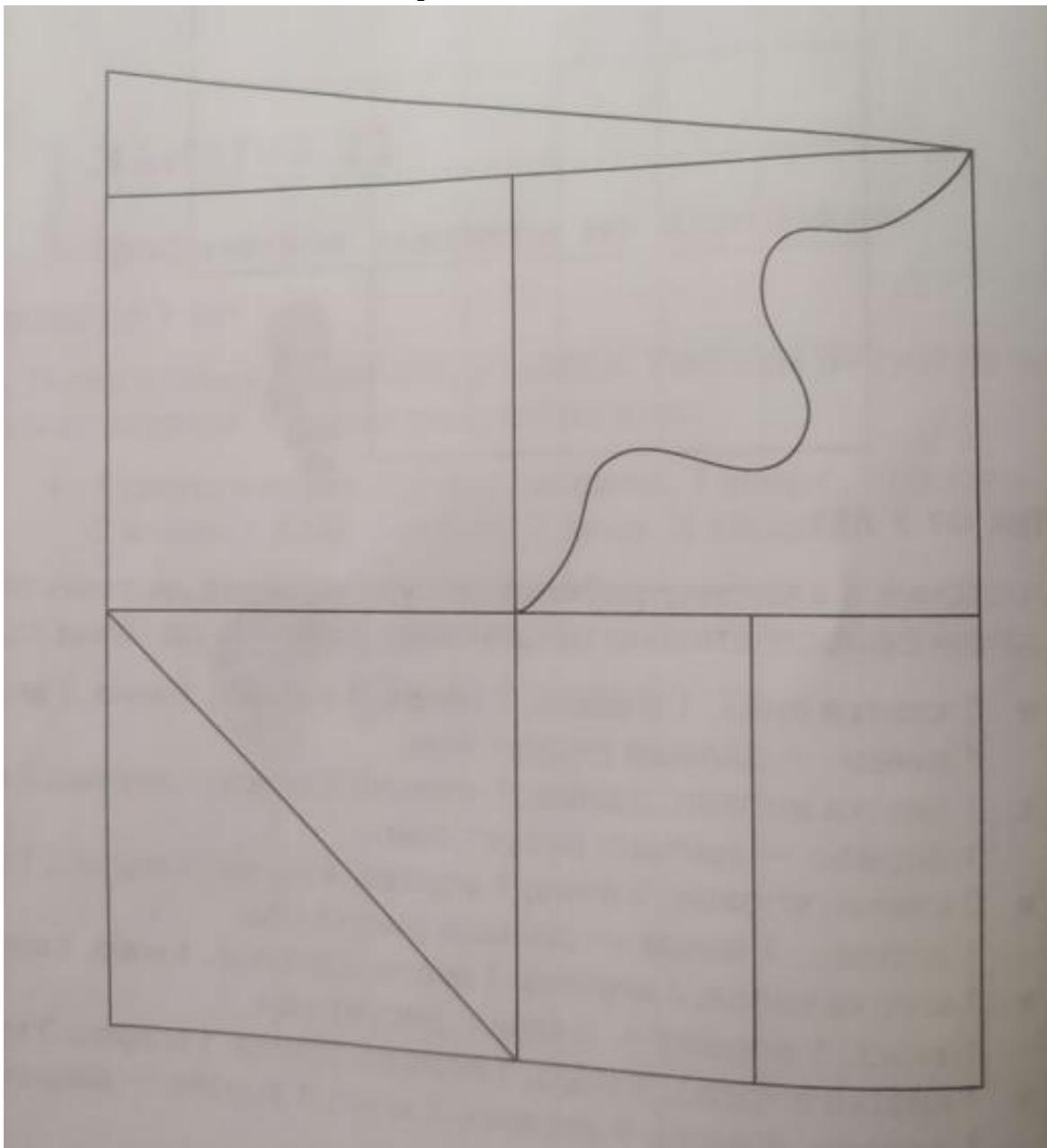
*Вариант 1.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет. Ребёнок должен сложить такую же фигуру, повернув ее сначала на 90 градусов, потом на 180 градусов. Ребёнок не должен пересаживаться. Без проговаривания стратегии.

*Вариант 2.* Взрослый сидит рядом с ребенком, складывает геометрическую фигуру из счётных палочек, имеющих разный цвет, - образец. Ребёнок запоминает фигуру, затем отворачивается. Взрослый перекладывает 2-3 палочки на образце и/или заменяет 2-3 палочки на другой цвет, поворачивает фигуру на 90 или на 180 градусов. Ребёнок поворачивается и говорит, что изменилось.

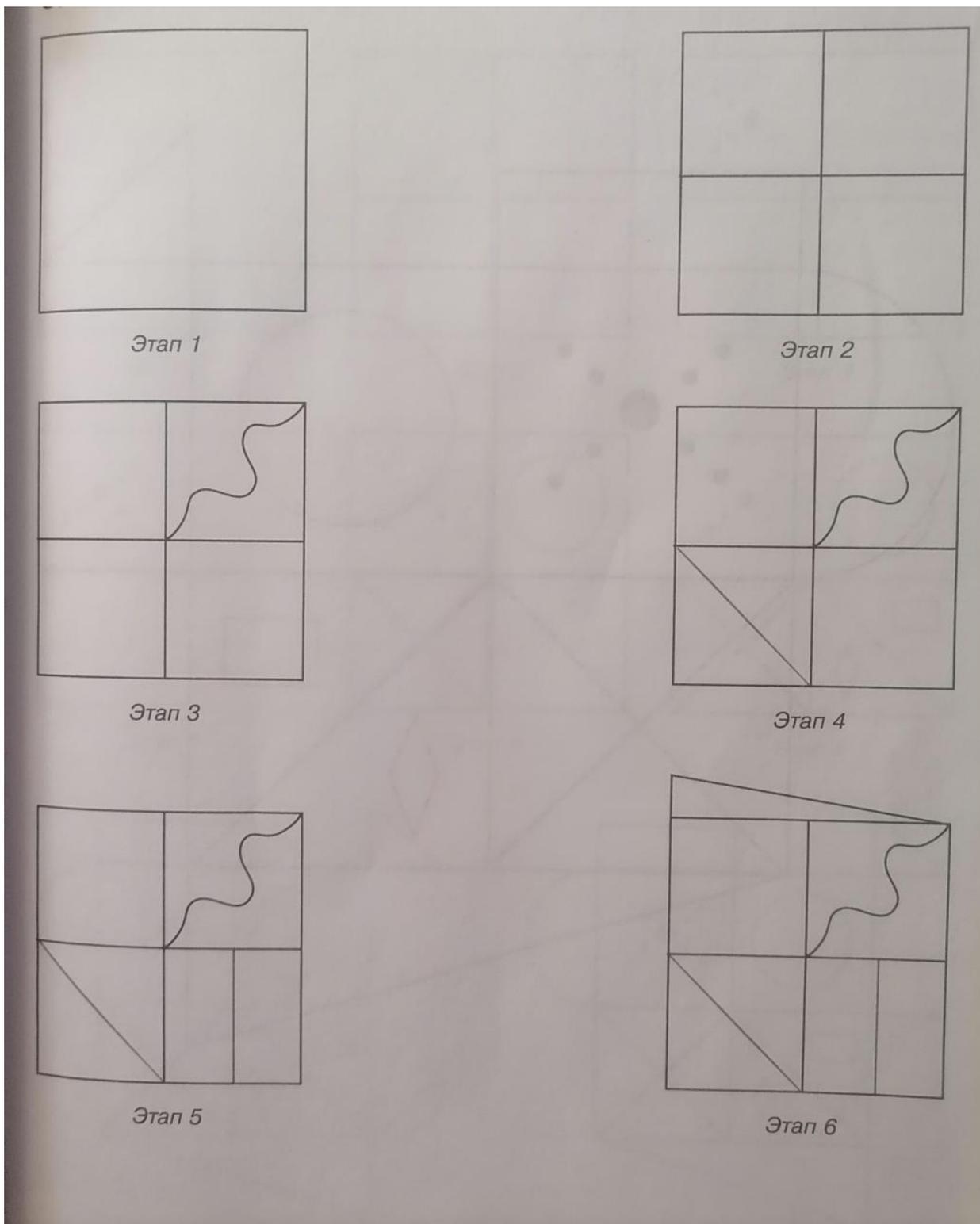
### Упражнение «Копирование – 1» [2;32-35]

Взрослый кладёт перед ребёнком образец геометрической фигуры. Ребёнок на листе бумаги копирует фигуру. Образец поворачивать нельзя, желательно, чтобы размер фигуры соответствовал образцу. Вначале взрослый вместе с ребёнком проговаривает стратегию копирования.

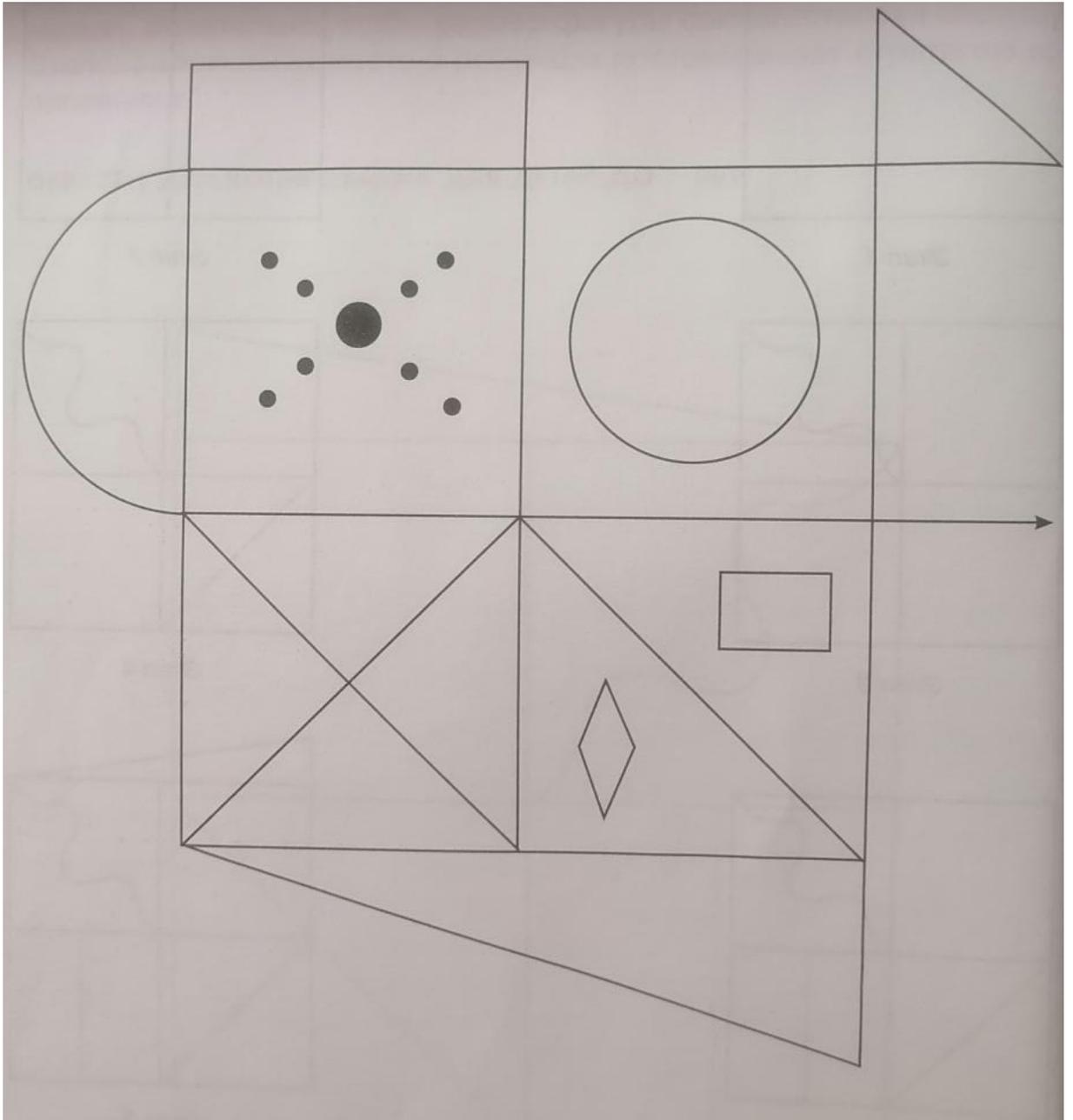
*Образец для детей до 7 лет*



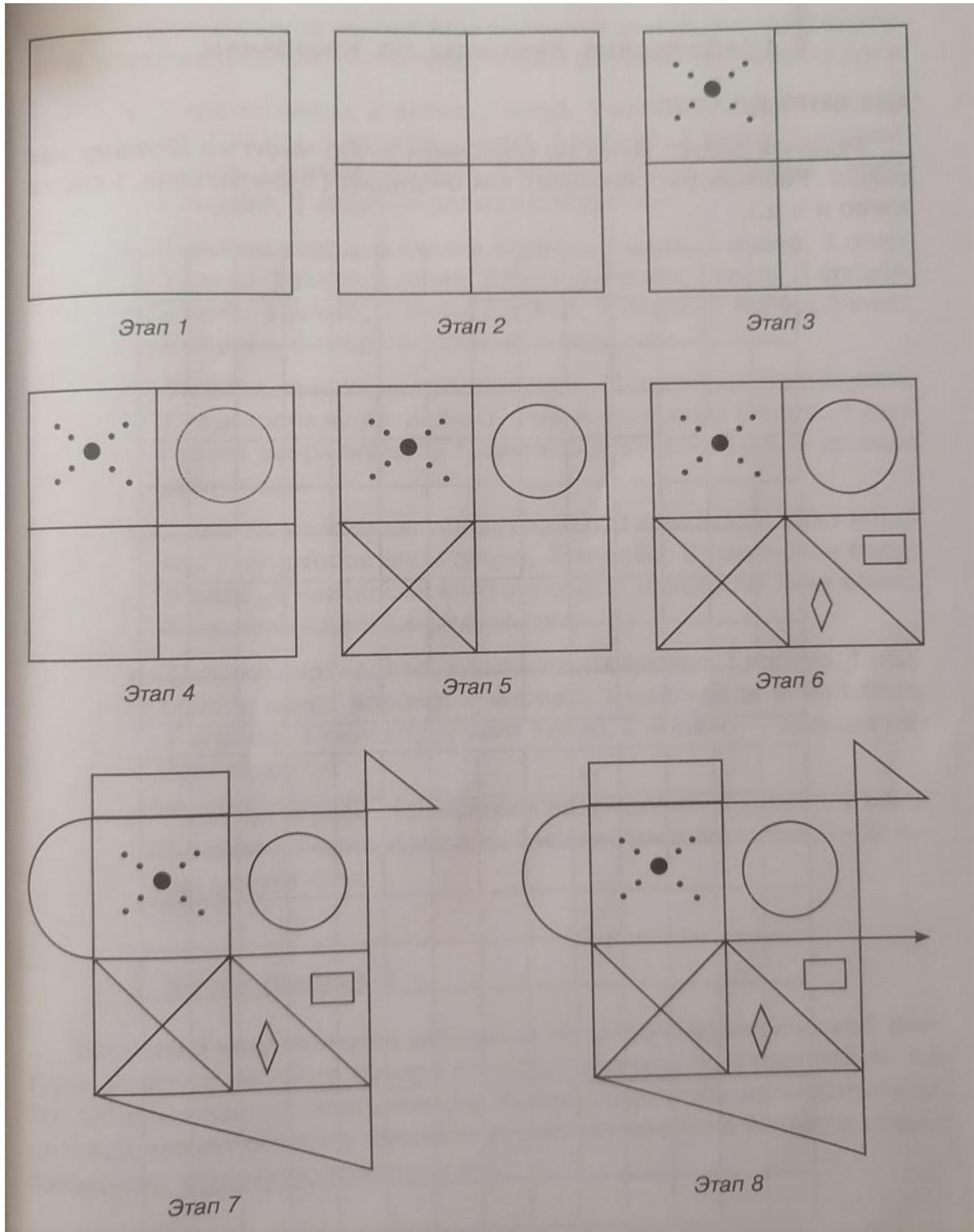
# Стратегия копирования



*Образец для детей от 7 лет*



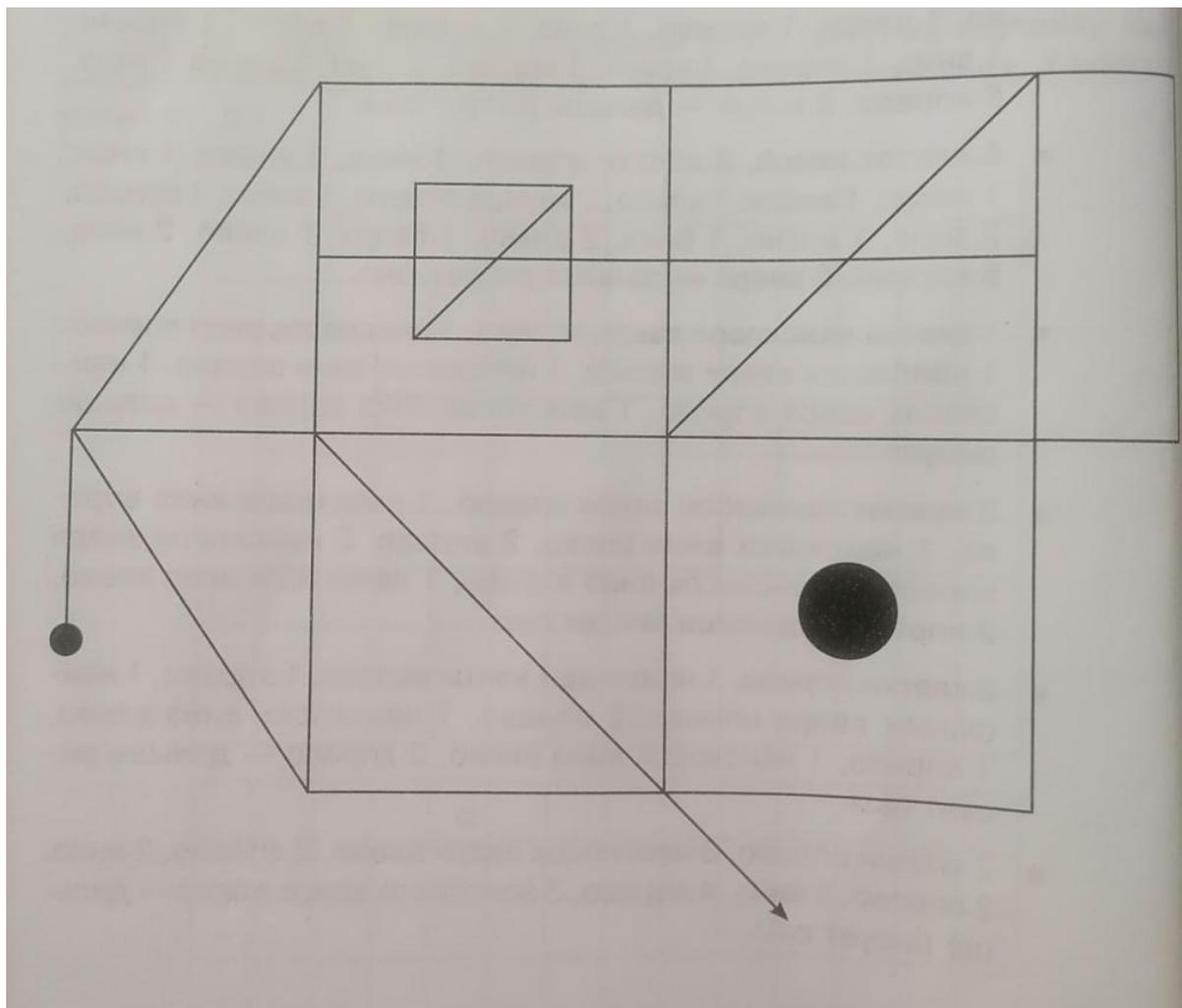
## Стратегия копирования



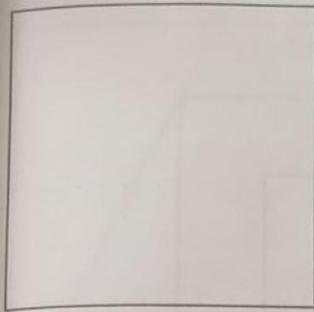
### Упражнение «Копирование – 2» [2;37-41]

Взрослый кладёт перед ребёнком образец геометрической фигуры. Ребёнок на листе бумаги копирует фигуру, поворачивая её на 90 градусов. Образец поворачивать нельзя, желательно, чтобы размер фигуры соответствовал образцу. Вначале взрослый вместе с ребёнком проговаривает стратегию копирования.

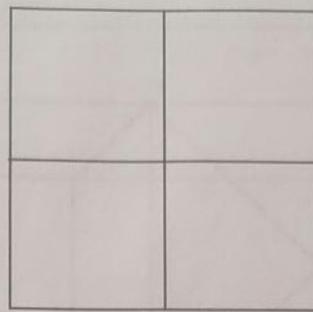
*Образец для детей до 7 лет*



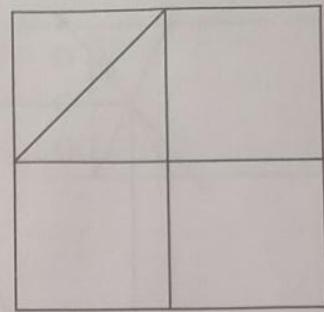
## Стратегия копирования



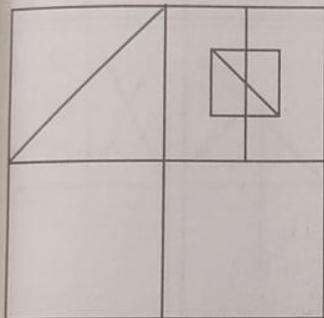
Этап 1



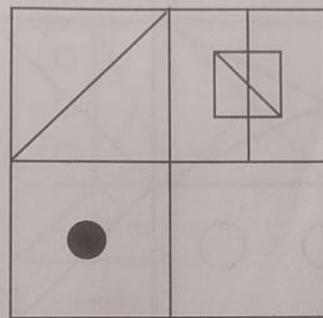
Этап 2



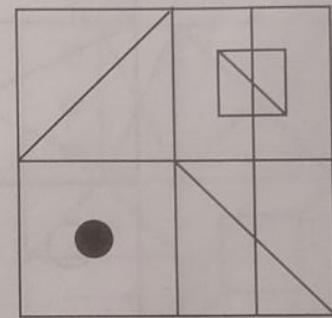
Этап 3



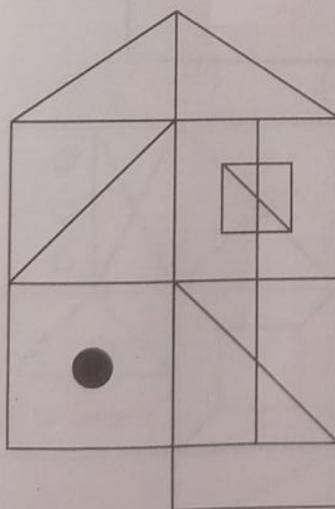
Этап 4



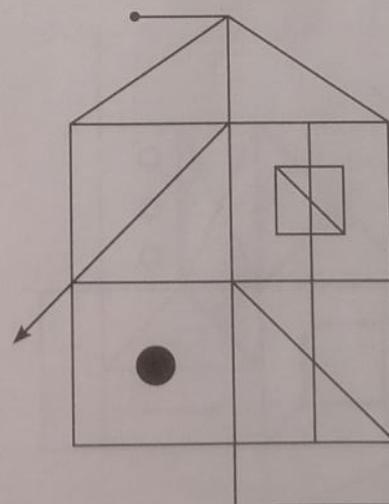
Этап 5



Этап 6

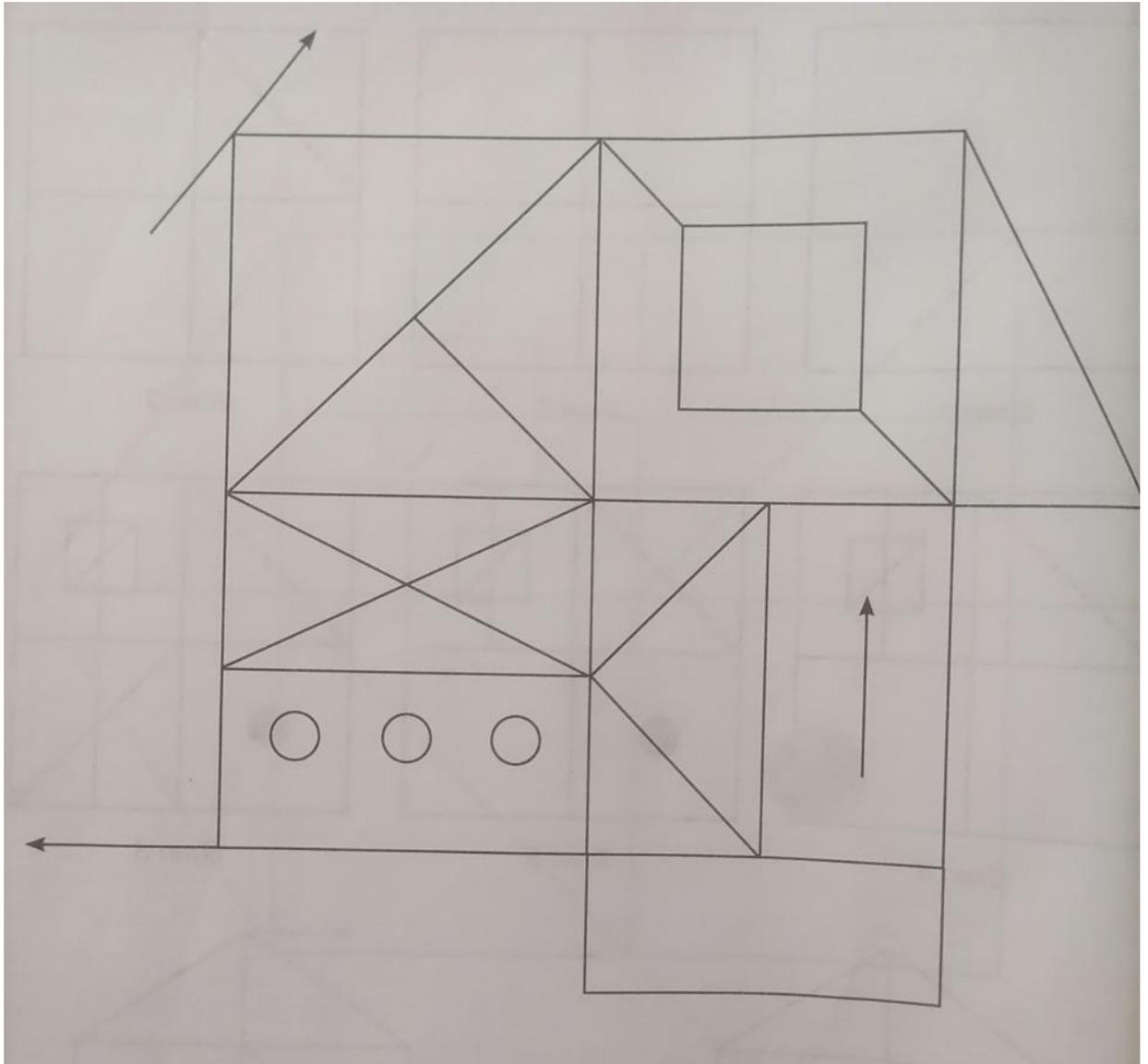


Этап 7

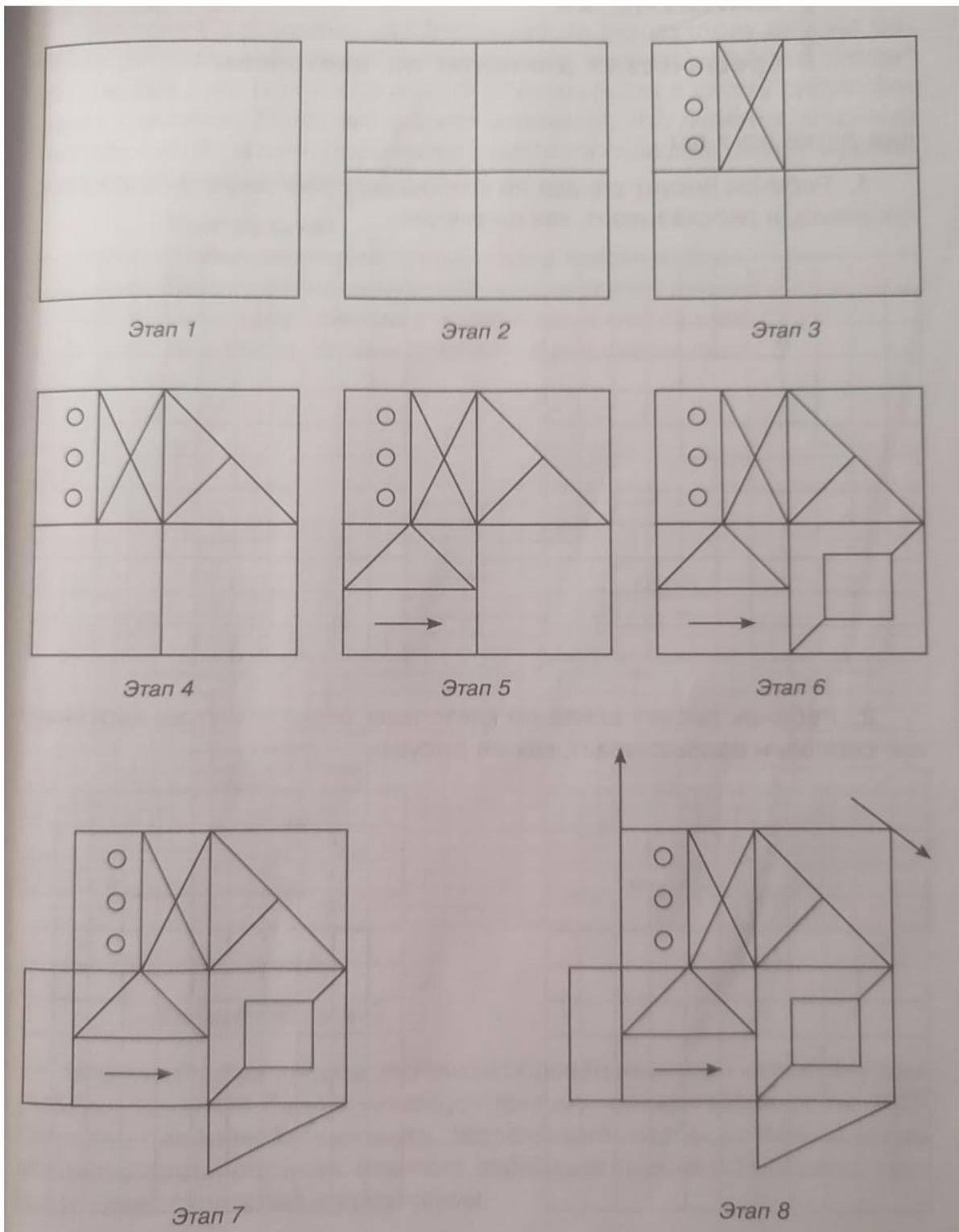


Этап 8

*Образец для детей от 7 лет*



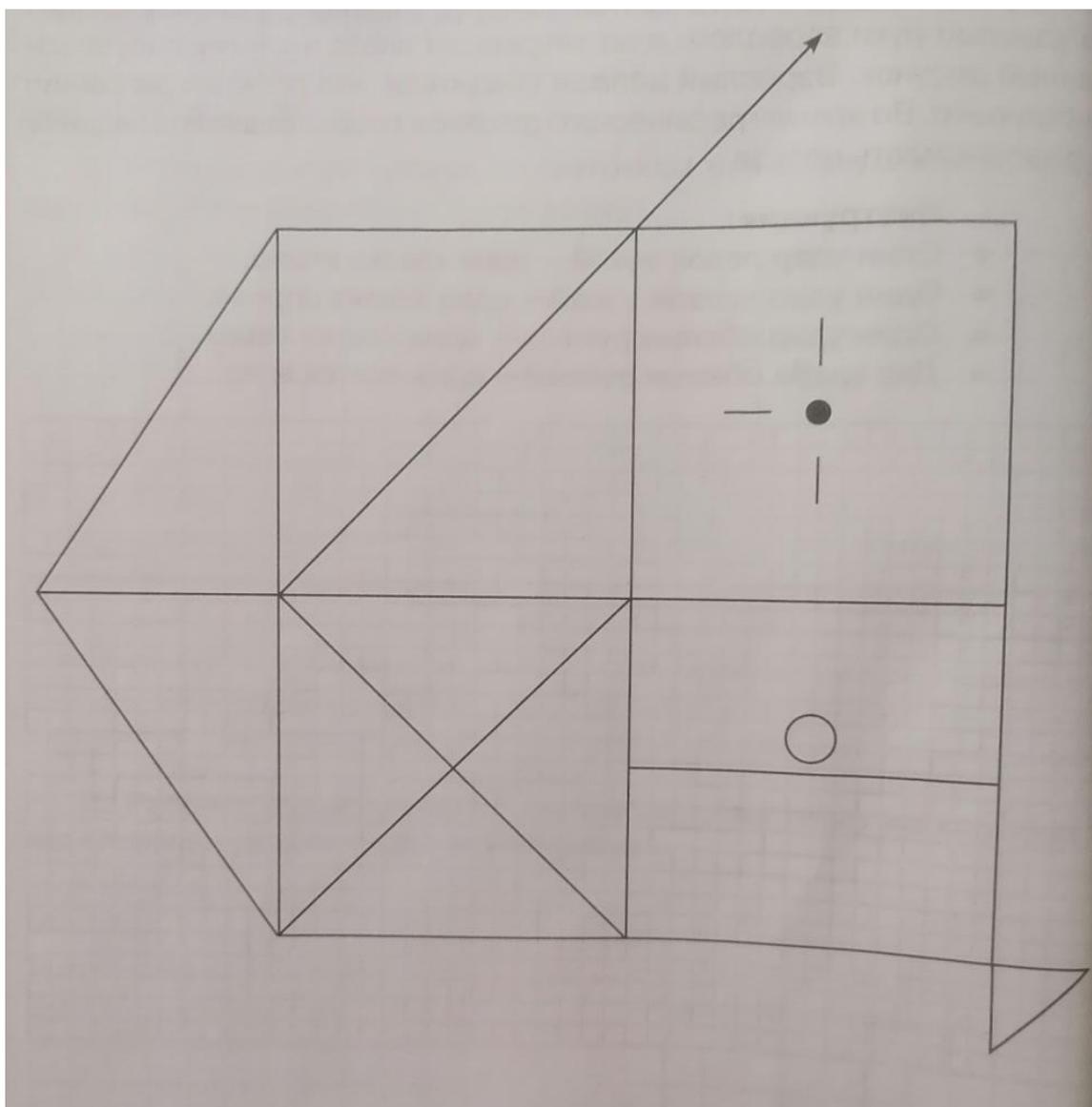
## Стратегия копирования



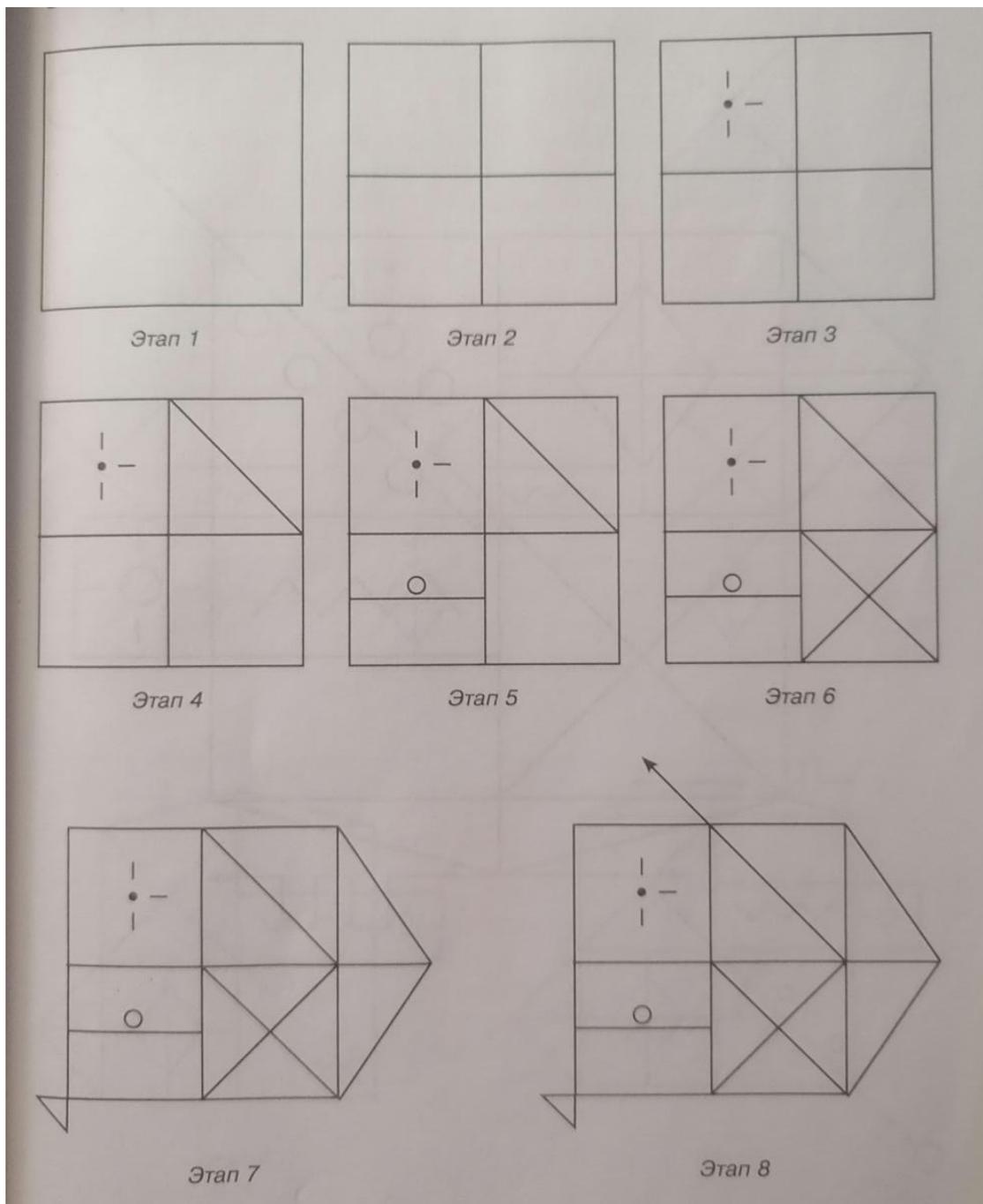
### Упражнение «Копирование – 3» [2;44-47]

Взрослый кладёт перед ребёнком образец геометрической фигуры. Ребёнок на листе бумаги копирует фигуру, поворачивая её на 180 градусов. Образец поворачивать нельзя, желательно, чтобы размер фигуры соответствовал образцу. Вначале взрослый вместе с ребёнком проговаривает стратегию копирования.

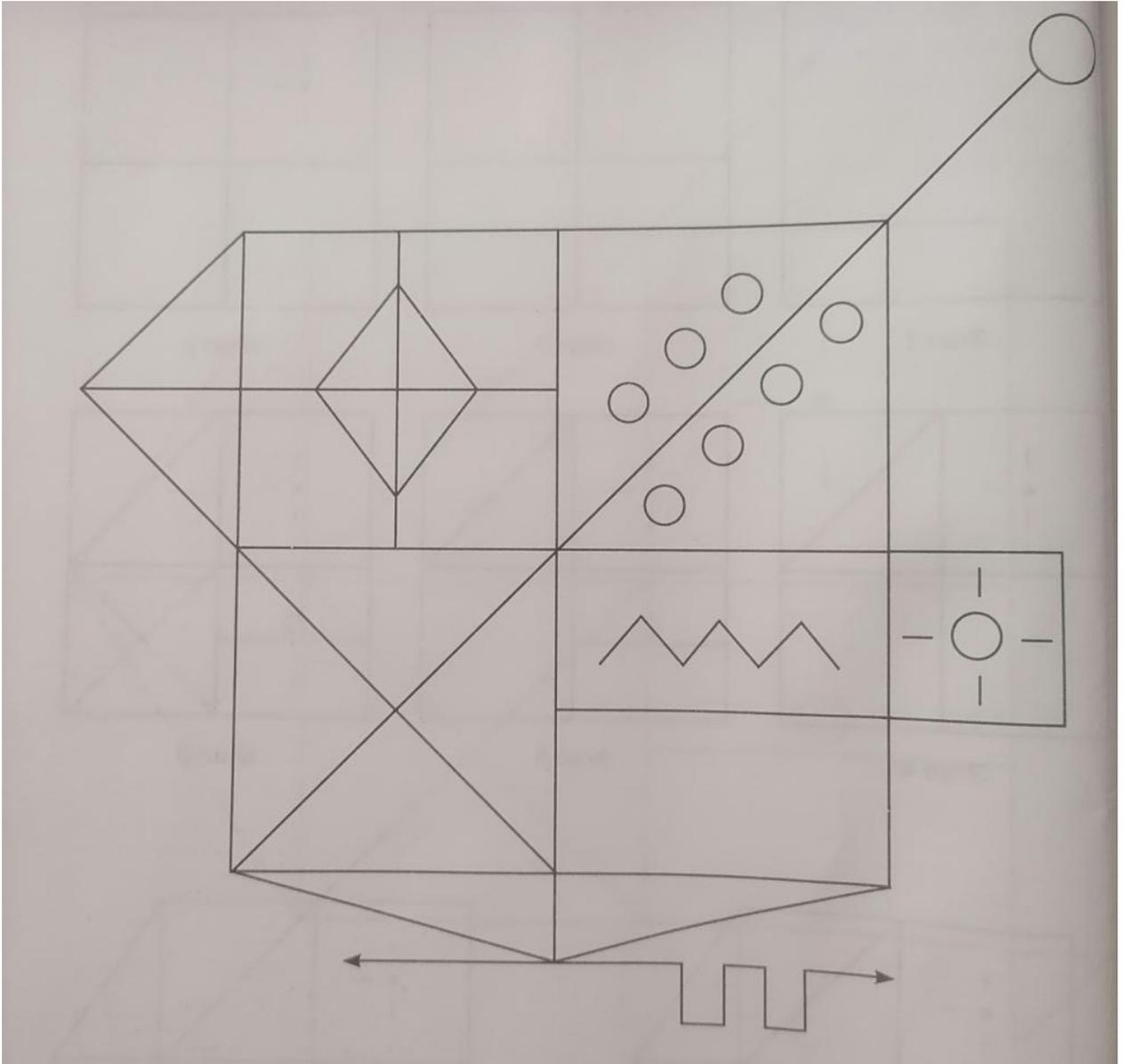
*Образец для детей до 7 лет*



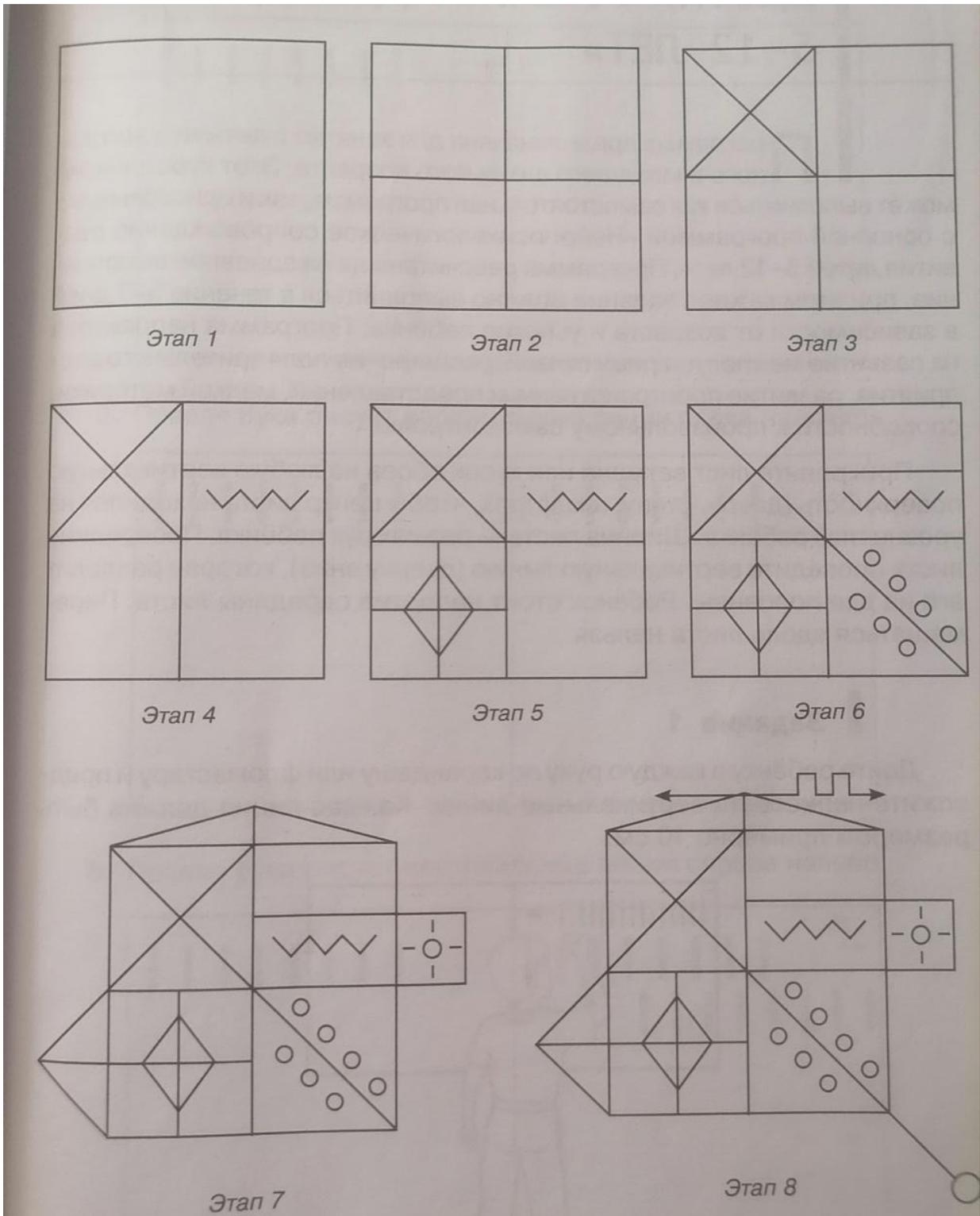
## Стратегия копирования



*Образец для детей от 7 лет*



## Стратегия копирования



## Графические диктанты

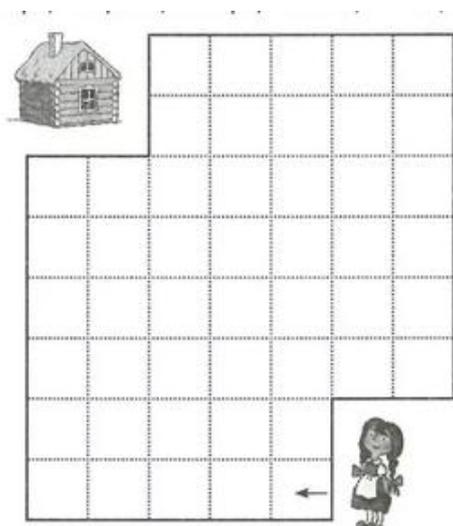
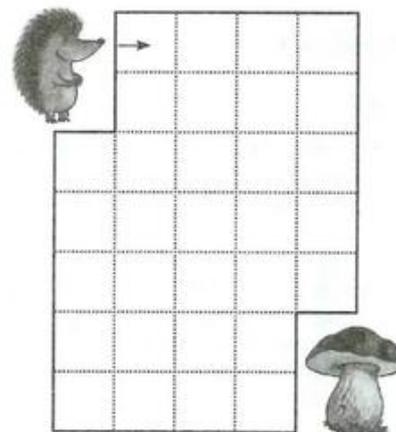
Перед тем, как начать обучать детей работать с графическими диктантами, важно убедиться, что каждый ребенок владеет достаточным уровнем сформированности пространственных представлений. Ребёнок должен понимать и ориентироваться в понятиях: «вперед», «позади», «вверху», «внизу», «слева», «справа», «сбоку», «между»; а так же ориентироваться в пространстве тетрадного листа - различать верхнюю левую и верхнюю правую, нижнюю левую и нижнюю правую части листа, понимать, как отступить через клеточку, через 2 клеточки и т.д.

Графические диктанты необходимо вводить поэтапно. Для примера предлагаем следующие варианты:

1) Для детей до 7 лет.

### «Помоги ёжику добраться до грибов»

Ребёнок рисует путь ёжика, начиная со стрелки, под диктовку взрослого: 1 клетка вправо, 2 вниз, 1 вправо, 1 вверх, 1 вправо, 2 вниз, 2 влево, 1 вниз, 1 влево, 1 вниз, 3 вправо.



### «Как девочке добраться до дома?»

Ребёнок рисует путь девочки, начиная со стрелки, под диктовку взрослого: 1 клетка вверх, 2 влево, 2 вверх, 1 вправо, 1 вниз, 1 вправо, 2 вверх, 1 вправо, 2 вверх, 1 влево, 1 вниз, 2 влево, 1 вверх.

2) Для детей от 6 лет.

Подготовила: Егорова Юлия Михайловна,  
педагог-психолог с/п «Детский сад «Гнёздышко»  
МБОУ «ОСОШ №1»

**Возраст:** от 6 лет.

**Цель:** развитие пространственной ориентации на листе бумаги, произвольного внимания.

**Материал:** лист бумаги в клетку, простой карандаш (в дальнейшем ручка), бланки с заданиями для 3 варианта.

**Ход игры:**

1-й вариант. Ребёнок рисует по устной инструкции взрослого (не видя рисунок), начиная от обозначенного взрослым места на листе в клеточку (точка). Например: 2 клетки вправо, 7 клеток вниз, 4 клетки вправо и т.д.

2-й вариант. Графический диктант «Наоборот». Ребёнок рисует по устной инструкции взрослого, но всё делает наоборот. Если взрослый говорит «2 клетки влево», ребёнок рисует 2 клетки вправо и т.д.

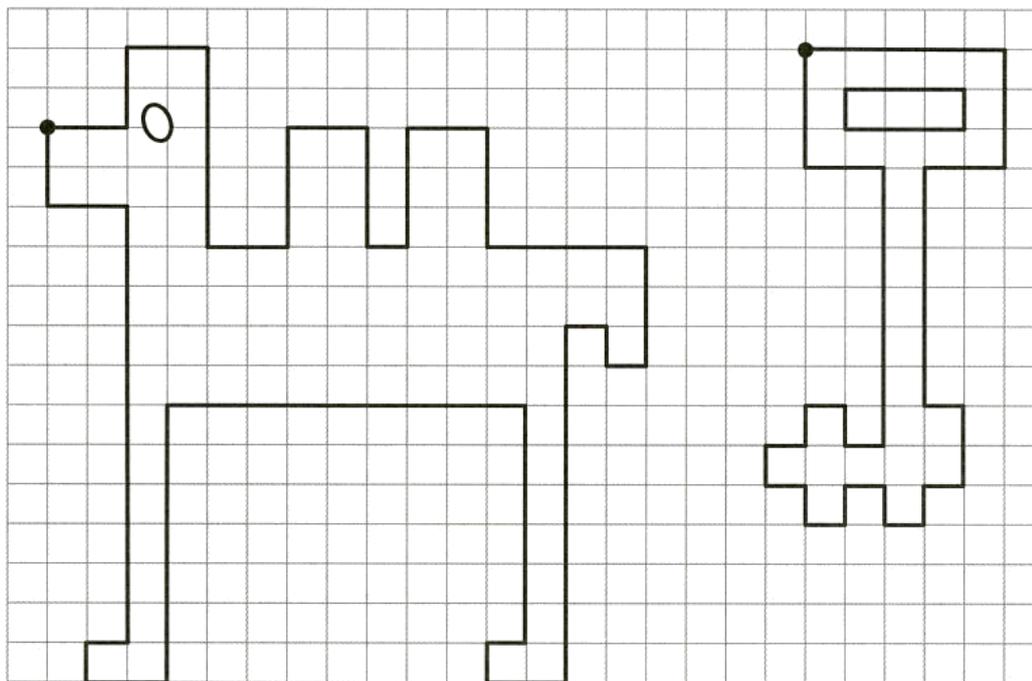


Рис.1. Графический диктант «Наоборот»

3-й вариант. Предложите ребёнку рисовать, опираясь на зрительную инструкцию в таблице. Цифрами указано количество шагов, стрелками – направление. Начинать графический диктант нужно с обозначенного педагогом места (точка).

1→	2↓	6→	1↑	1←
1↑	2→	7↓	2←	1↑
1→	1↑	5←	2↓	2←
1↑	1→	2↑	3←	2↑
2→	2↑			

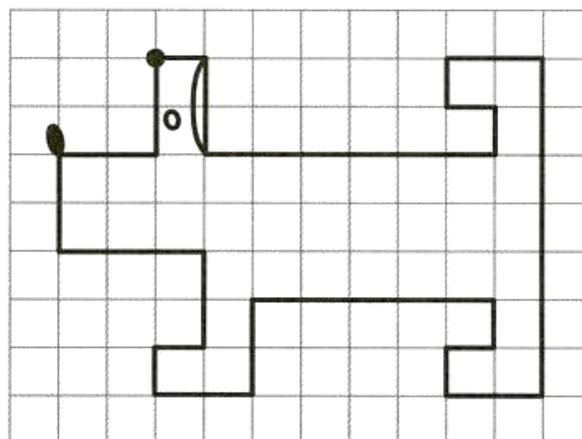


Рис.1. Графический диктант со зрительной инструкцией

## Источники и авторы материала картотеки

1. В.С.Колганова, Е.В.Пивоварова, «Нейропсихологические занятия с детьми»: В 2ч. Ч 1, М.: Айрис-пресс, 2021. – 416с.
2. В. С. Колганова, Е.В.Пивоварова «Нейропсихологические занятия с детьми» Часть2. – М.: АЙРИС-пресс, 2021.
3. Брейн Джим «Гимнастика мозга»
4. Назаревская Т.Н. «Звуковые нейроупражнения. 24 таблички»
5. Назаревская Т.Н. «Смотри и повторяй». 45 карточек для развития мозга.
6. Трясорукова Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика»
7. Пол и Гейл Деннисон «Гимнастика мозга». Книга для учителей и родителей.
8. В.Ф. Сазонов, Л.П. Кириллова, О.П. Мосунов Учебно-методическое пособие «Кинезиологическая гимнастика против стрессов»;
9. А.Л. Сиротюк. Практическое пособие «Упражнения для психомоторного развития дошкольников»
10. Н.П.Иманова «Картотека «Дыхательная гимнастика» для детей старшего возраста»  
<https://infourok.ru/kartoteka-dyhatelnaya-gimnastika-dlya-detej-starshego-vozrasta-6246941.html>
11. И.В.Попова «Картотека дыхательной гимнастики для детей дошкольного возраста»  
<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2023/03/08/kartoteka-dyhatelnoy-gimnastiki>
12. А.О.Лазарева «Картотека дыхательной гимнастики для всех возрастных групп»  
<https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2021/11/30/kartoteka-dyhatelnoy-gimnastik-dlya-vseh-vozrastnyh>
13. М.А. Роттер «Нейропсихологические игры и упражнения в коррекции речевых нарушений у дошкольников с ОВЗ»
14. <https://k-dou4.ru/main/> Сайт МБДОУ № 4 г. Кировска
15. А.П.Дерикьянц Картотека по коррекционной педагогике. Глазодвигательные упражнения  
<https://nsportal.ru/detskii-sad/korreksionnaya-pedagogika/2021/03/10/kartoteka-kinezilogicheskikh-uprazhneniy>
16. С.А. Пискарева «Нейропсихологические игры и упражнения»  
<https://nsportal.ru/detskiy-sad/logopediya/2023/05/09/neyropsihologicheskie-igry-i-uprazhneniya>

17. И.Я.Болотина «Нейроигры как средство развития межполушарных связей у детей дошкольного возраста» <https://nsportal.ru/detskiy-sad/logopediya/2024/02/05/neyroigry-kompleks-uprazhneniy-palchikovyh-gimnastik-s-elementami>
18. Т.Ф.Садулина «Картотека упражнений для детей дошкольников "Играем с карандашами"» <https://ped-kopilka.ru/blogs/tamara-fedorovna-sadiulina/kartoteka-uprazhnenii-igraem-s-karandashami.html>
19. «Картотека игр и упражнений с карандашами для развития мелкой моторики» <https://rused.ru/irk-mdou89/wp-content/uploads/sites/116/2024/02/Картотека-игр-и-упражнений-с-карандашами-для-развития-мелкой-моторики.pdf>
20. А.А.Лазарева «Игры с цветными карандашами для подготовки детей к школе» <https://www.maam.ru/detskijasad/igry-s-cvetnymi-karandashami-dlja-podgotovki-detei-k-shkole.html>
21. С.М.Голикова «Картотека игр с детьми разного возраста с использованием цветных карандашей» <https://infourok.ru/kartoteka-igr-s-karandashami-doma-ili-v-detskom-sadu-4298517.html>
22. Кинезиологические мешочки: их роль и применение в улучшении физической активности и координации <https://waldorfboard.com/blogs/blog/kineziologicheskie-meshochki-dlya-chego>
23. О.Н. Харитонова «Игры по закреплению пространственной ориентировки в старшей группе»/ <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2016/12/16/igry-po-zakreplenyu-prostranstvennoy-orientirovki-v-starshey>
24. Е.А. Волкова «Нейропсихологическая игра «Муха»» [https://vk.com/wall-122823195\\_12732](https://vk.com/wall-122823195_12732)
25. О.Н. Харитонова «Игры по закреплению пространственной ориентировки в старшей группе» <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2016/12/16/igry-po-zakreplenyu-prostranstvennoy-orientirovki-v-starshey>
26. [https://vk.com/wall-149479910\\_49574](https://vk.com/wall-149479910_49574)
27. Ж.Е.Ермолаева «Нейроупражнения для преодоления трудностей обучения» <https://www.eduneo.ru/nejrouprazhneniya-dlya-preodoleniya-trudnostej-obucheniya/>
28. Л. Мелинг «Нейроигра «Окошко»» / [https://vk.com/wall-191311010\\_151](https://vk.com/wall-191311010_151)
29. С.В. Мореева «Нейропсихологические игры для развития дошкольников» / [https://www.defectologiya.pro/zhurnal/nejropsixologicheskie\\_igryi\\_dlya\\_razvitie\\_prostranstvennyix\\_predstavlenij\\_u\\_doshkolnikov/](https://www.defectologiya.pro/zhurnal/nejropsixologicheskie_igryi_dlya_razvitie_prostranstvennyix_predstavlenij_u_doshkolnikov/)
30. Рабочие листы «Раскрась рыбку» <https://wunderkiddy.com/ru/preschool-activity/color-the-fish>

31. Нейропсихологические игры и упражнения. Публикация №8. – Издательство «АЙРИС-пресс» / [https://vk.com/wall-38916456\\_2695](https://vk.com/wall-38916456_2695)
32. Сергей Копылов «Пальчиковая гимнастика. Крутые упражнения на раскоординацию рук (Независимость движений)»  
Канал «Палец вверх» @palecvverh  
#ПалецВверх #ПальчиковаяГимнастика #Логоритмика #Нейромоторика #Руки  
#Пальцы #Рука #Палец #Вверх #ЛовкостьРук #FingerFitness
33. Как пальчиковая гимнастика влияет на развитие мозга / Пошаговая зарядка для пальчиков [https://www.youtube.com/watch?v=-4BNsU\\_bJMw](https://www.youtube.com/watch?v=-4BNsU_bJMw)
34. Евгения Бекетова/Скорочтение для педагогов  
<https://clever-akademia.ru/tetrad1>
35. Игры и упражнения на разно типичное согласование движений рук. Сообщество в ВК «Аутизм. Развитие ребенка»  
[vk.com/wall-199599101\\_783](https://vk.com/wall-199599101_783)