

Одобрено педагогическим советом
МБОУ СОШ №30 г. Пензы
«29» августа 2023 г., протокол № 14

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 160-од от 29.08.2023
Директор МБОУ СОШ № 30 г. Пензы
_____ А.А. Долов

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №30 г. Пензы

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

«Двигательное развитие»

1 дополнительный класс

(ФГОС УО (ИН), 2 вариант)

Пояснительная записка

Программа коррекционного курса «Двигательное развитие» предназначена детям с интеллектуальными нарушениями, для которых рекомендовано обучение по 2 варианту ФГОС УО (ИН). Программа коррекционного курса учитывает особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности, обеспечивает коррекцию нарушений развития и способствует улучшению социальной адаптации детей.

Программа разработана на основе ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ СОШ № 30 г Пензы с учетом Приказа МинПросвещения РФ от 24.11.2022 №1026 «Об утверждении Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), авторской программы нейропсихолога Е.В.Пивоваровой (ЦППРиК «Строгино» СЗАО г. Москвы).

Целью образования детей является формирование необходимых для жизни в обществе практических представлений, умений, навыков, позволяющих достичь максимально возможной самостоятельности в повседневной жизни.

Из-за органического поражения ЦНС у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и тяжелыми множественными нарушениями развития нарушены /искажены психические функции и процессы двигательной активности имеют свои особенности. Однако двигательная активность является необходимым условием психомоторного развития, формирования и развития психических функций.

Цель коррекционного курса: поддержание и развитие у детей способности к движению и функциональному использованию движений, формирование, коррекция двигательных навыков.

Задачи:

- стимуляция двигательной активности, поддержка имеющихся движений, расширение диапазона движений;
- коррекция движений;
- формирование целенаправленности действий в целом;
- формирование, коррекция представлений о себе и своих возможностях.

Итоговые достижения обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР определяются индивидуальными возможностями детей и тем, что их образование нацелено на максимальное развитие жизненной компетенции.

Форма проведения занятий: индивидуальная.

Общая характеристика коррекционного курса «Двигательное развитие»

Коррекционный курс «Двигательное развитие» направлен на поддержание и коррекцию у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и ТМНР способности к движению и функциональному использованию движений, формирование и коррекцию двигательных навыков, которые адаптируют ребенка к жизни в обществе.

В основе курса лежит метод замещающего онтогенеза (МЗО) школы А.Р. Лурия— Л.С. Цветковой. Идеология метода замещающего онтогенеза основывается на теории А.Р. Лурия о трех функциональных блоках мозга и Л.С. Цветковой о нейропсихологической реабилитации психических процессов. В качестве основополагающего в МЗО выступает принцип соотнесения актуального статуса ребенка с основными этапами формирования мозговой организации психических процессов и последующим ретроспективным воспроизведением (если это возможно) тех участков его онтогенеза, которые по тем или иным причинам не были эффективно освоены.

Регресс ребенка, попадание его в группу риска по повышенной возбудимости порогов мозговой активности является показанием для корректировки упражнений в

рамках календарно-тематического планирования по курсу «Двигательное развитие». Поэтому в рамках курса предусмотрен мониторинг тактильно-двигательной активации (см. Приложение 1).

Специалисту, работая с искаженной, модифицированной и дезадаптивной «программой развития» ребенка с нарушением развития, следует «навязать» неискаженные компоненты «программы развития», поэтому работая в рамках программы курса «Двигательное развитие», следует применять директивный подход, опираясь на закономерности онтогенетического развития, а именно последовательно проходить все этапы формирующего обучения - простого повторения, заучивания и имитации, так как именно это и служит цели формирования произвольной саморегуляции поведения. Мишенью МЗО является формирование у ребенка осевых (телесных, органных, оптико-пространственных) вертикальных и горизонтальных сенсомоторных взаимодействий. Таковыми являются, например, язык—глаза, руки—ноги—дыхательная система, суставно-мышечная—дыхательная системы и т.п. Здесь максимально используется психомоторная коррекция, включающая, помимо собственно нейропсихологических, телесно-ориентированные, этологические, восточные (йога, тай-чи, даосские мудры и т.п.) психотехники. Формируемое на этом уровне сенсомоторное обеспечение всех психических функций в силу единства мозговой организации активирует общий энергетический, эмоциональный и тонический статус. Комплекс этих технологий, ориентированных на коррекцию 1-го функционального блока мозга, позволяет постоянно удерживать ребенка в «зоне двигательной активности». Начало направленной коррекции познавательных процессов (2-й функциональный блок мозга) – «навешанные конструкции» - зависит от исходного статуса ребенка, однако со второго-третьего занятия необходимо (начиная с микродоз, вызывающих может быть полное неприятие и негодование ребенка) включать эти упражнения. Это связано с фактом, что более высокоорганизованные психические функции обладают существенно большей потенциальной энергией для активации процессов развития в целом, они постепенно создают и все больше расширяют зону ближайшего развития ребенка. Мишенями здесь становятся те психические функции, которые надстраиваются в онтогенезе над сенсомоторным фундаментом, это соматогнозис, моторная кинетика, память, пространственные представления. Наиболее труднодостижимым, но самым ценным результатом, на который ориентирован МЗО, является формирование у ребенка оптимального для него уровня произвольной саморегуляции. Поскольку произвольная саморегуляция человека прямо зависит от обобщающей и смыслообразующей функции речи, интеллектуальных процессов, завершающий этап МЗО акцентирует автоматизацию этих (опосредуемых 3-м функциональным блоком мозга) форм психической деятельности. Психологические паттерны, опосредуемые 3-м функциональным блоком мозга, выступают «на арену» дважды: сначала в пассивном, репродуктивном варианте отражения и многократного воспроизведения ребенком извне заданных моделей поведения, затем — в продуктивном, активном, когда он сам, без посторонней помощи реализует и, что самое важное, создает алгоритмы произвольной саморегуляции.

Ось взаимодействия (восходящего и нисходящего) 1-го и 3-го блоков мозга остается жесткой - это инвариантная часть МЗО, которая актуализируется в коррекционном воздействии вне зависимости от исходного синдрома ребенка. Гибкими звеньями являются технологии, ориентированные на оптимизацию 2-го функционального блока мозга - коррекцию специализации правого и левого полушарий мозга и их взаимодействий на всех уровнях психических процессов. Это корректируемая часть МЗО, ее первый шаг. Вторым корректируемым шагом МЗО является смещение акцентов на автоматизацию наработанных произвольных программ и «свертывание» их до уровня операций (направленная трансляция их в сферу влияния 2-го функционального блока мозга). Если это удастся — состоится интериоризация осознанного и контролируемого поведения до уровня непроизвольной саморегуляции (1-й функциональный блок мозга).

Например, ребенок без привлечения дополнительных средств сможет неосознанно контролировать тонус своего тела и ритм дыхания, удерживать в медианной амплитуде собственные аффективные реакции.

Важным моментом двигательной коррекции является формирование у ребенка двух психологических факторов: умение разворачивать во времени и пространстве плавную кинетическую мелодию и автоматически осуществлять элементарные конкурирующие действия (двигательная динамика и «реакции выбора»). «Реакции выбора» осуществляются по единому алгоритму: эхо (движение) с увеличением количества элементов от 1 до 5 – неправильное эхо (движение-искаженное движение) с увеличением количества элементов от 1 до 5. Далее следует совмещение действий, которое осуществляется как двигательная ритмизация (топаем+хлопаем и др.). Таким образом формируются циклы коррекционных упражнений, задачей в работе с которыми является возможное ускоренное выполнение.

Возможности регулирования дыхания отводится свое место в коррекционных занятиях. Ритм дыхания – единственный из всех телесных ритмов, подвластный спонтанной, сознательной и активной регуляции. Основным является полное дыхание (сочетание грудного и брюшного дыхания), выполняемое сначала лежа, потом сидя и, наконец, стоя. Далее следуют упражнения, в которых дыхание согласуется с движением. Движения осуществляются на фазе вдоха и выдоха, во время пауз происходит удержание позы.

Психосоматическая технология «Мудры» может быть применена вариативно по времени как дополняющий элемент комплексов либо как один из основных элементов занятия согласно текущим задачам (Приложение 2).

Фундаментальный цикл сопровождения детей по МЗО — формирование и коррекция базовых сенсомоторных (синергических и реципрокных) взаимодействий — паттернов поведения, лежащих в основании онтогенеза межполушарных взаимодействий (путь инициации и стабилизации парной работы полушарий мозга, подкорково-корковых сетей и распределенных систем – конвергенция глаз, ползание, ходьба и т.д. — отражение на поведенческом уровне системно-динамической организации ипси- и контралатеральных (то есть соответственно полушарных и межполушарных) мозговых структурно-функциональных взаимодействий).

Курс «Двигательное развитие» предполагает индивидуальную коррекционную работу в соответствии с особыми образовательными потребностями детей. Поэтому содержание курса может быть индивидуализировано.

Коррекционная направленность: в ходе двигательной активности решаются задачи сенсорного, психомоторного развития, пространственной ориентировки, развития психических функций, коррекции двигательных нарушений и формирования и развития двигательных навыков.

Методы контроля: наблюдение в течение всего периода обучения.

Описание места коррекционного курса «Двигательное развитие» в учебном плане

Коррекционный курс «Двигательное развитие» входит в коррекционно-развивающую область адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 2 в части, формируемой участниками образовательных отношений. Количество занятий в неделю - 1, количество занятий в год - 33, исходя из 33 учебных недель в 1 дополнительном классе. Продолжительность занятия не превышает 20 минут.

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие» в 1 дополнительном классе

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. Основным ожидаемым результатом освоения обучающимися АООП 2 варианта является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с физическими и психическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества.

Ожидаемые личностные результаты:

- проявляет интерес к занятиям;
- проявляет усилие для овладения необходимыми движениями;
- имеет опыт конструктивного взаимодействия и использует его;
- выполняет движения как результат коммуникации.

Возможные предметные результаты:

- фиксирование взгляда на движениях педагога;
- освоение движений, предусмотренных в планировании (индивидуально), активное выполнение движений по показу педагога.

Данная программа направлена на формирование БУД:

1. Формирование учебного поведения:

- направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание) – фиксирует взгляд на лице взрослого (с использованием утрированной мимики, голоса), на игрушке, на изображении, на экране, переводит взгляд с одного предмета на другой;
- выполнение инструкций педагога – выполняет стереотипную инструкцию (отрабатывается с конкретным учеником на данном этапе обучения).

2. Формирование умения выполнять задание:

- в течение определенного периода времени – 3-4 мин удержания внимания на выполнении посильного задания;
- от начала до конца – при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца;
- с заданными качественными параметрами – ориентируется в качественных параметрах задания в соответствии с содержанием программы курса.

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие» в 1 дополнительном классе

На занятиях коррекционного курса «Двигательное развитие» предусмотрено поддержание и развитие у детей способности к движению и функциональному использованию движений, коррекция психических функций с применением базового алгоритма МЗО.

Содержание коррекционного курса имеет практическую направленность и предусматривает оказание коррекционной помощи в следующих задачах:

- удержание головы в положении лежа на спине (на животе, на боку (правом, левом), в положении сидя;
- выполнение движений головой: наклоны (вправо, влево, вперед в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), повороты (вправо, влево в положении лежа на спине или животе, стоя или сидя), "круговые" движения (по часовой стрелке и против часовой стрелки);
- выполнение движений руками: вперед, назад, вверх, в стороны, "круговые";
- выполнение движений пальцами рук: сгибание или разгибание фаланг пальцев, сгибание пальцев в кулак и разгибание;
- выполнение движений плечами;
- опора на предплечья, на кисти рук;

- бросание мяча двумя руками (от груди, от уровня колен, из-за головы), одной рукой (от груди, от уровня колен, из-за головы), отбивание мяча от пола двумя руками (одной рукой), ловля мяча на уровне груди (на уровне колен, над головой);

- изменение позы в положении лежа: поворот со спины на живот, поворот с живота на спину;

- изменение позы в положении сидя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево);

- изменение позы в положении стоя: поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево);

- вставание на четвереньки, ползание на животе (на четвереньках);

- сидение на полу (с опорой, без опоры), на стуле, садиться из положения "лежа на спине".

В ходе проведения занятий необходимо учитывать следующее:

- важно ввести и выполнять ритуалы и правила работы, воспроизводимые в течение всех занятий;

- все двигательные упражнения (дыхательные, глазодвигательные, передвижения на спине, животе, четвереньках, растяжки и т.д.) должны выполняться регламентированно, в медленном темпе 6—8 раз в течение занятия, по команде взрослого (если это невозможно, то в пассивном режиме);

- в структуре каждого занятия в обязательном порядке должны присутствовать технологии, обозначенные как «диафрагма жесткости» и «навешанные конструкции»;

- в ходе занятий важно получать и обсуждать отклик на осязаемый результат.

Могут выполняться тактильная активация и тактильно-двигательная стимуляция (приложение 1), психосоматическая технология «Мудры» (приложение 2).

В коррекционном курсе предусмотрено наблюдение (мониторинг) за поведением ребенка.

Тематическое планирование занятий с определением основных видов деятельности обучающихся

№	Темы занятий	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1	Установочное занятие	1	Установочное занятие: наблюдение за поведением ребенка, установление правил и ритуалов. Дыхательные и глазодвигательные упражнения.
2-3	Качалочка, лодочка, ползание	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения.</u> Ребенок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде взрослого ребенок делает вдох через нос, выдох через широко открытый рот.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения.</u> Исходное положение (и.п.) — лежа на спине, голова фиксирована (лежит неподвижно). Взрослый берет небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит предметом слева — направо и в обратном направлении, вверх — вниз и к носу (ребенок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, когда предмет оказывается у носа, глаза должны сходиться к переносице). Необходимо на 3—4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.</p> <p>3. <u>«Качалочка».</u> И.п. — ребенок сидит, обхватив согнутые ноги руками, затем откатывается назад, ложась на спину, и возвращается в И.п. Во время выполнения всего упражнения ноги у ребенка согнуты, и он обхватывает их руками.</p> <p>4. <u>«Лодочка».</u> Ребенок ложится на живот, руки вытягивает вперед,</p>

			<p>приподнимает прямые ноги. По команде взрослого он должен прогнуться и покачаться в таком положении. (Полупассивное выполнение – вытягивание рук вперед и при показе игрушки смотрим на игрушку и тянемся за ней).</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползает на спине, на животе (как сможет).</p> <p>6. <u>Массаж ладоней и пальцев</u> массажными мячами.</p> <p>7. <u>Рисование на спине и руках геометрических фигур</u>. Вспомните с ребенком, какие геометрические фигуры он знает (круг, квадрат, треугольник, овал, прямоугольник, ромб), покажите их на карточке. Затем нарисуйте пальцем на спине ребенка одну из геометрических фигур и попросите его показать, какая фигура нарисована. То же сделайте на руках ребенка, рисуя на обеих сторонах кисти (во время рисования на кистях рук глаза у ребенка должны быть закрыты).</p>
4-5	Растяжки, бревнышко	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. Исходное положение (И.п.) — лежа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде взрослого ребенок делает глубокий вдох через нос, втягивая при этом живот, затем — выдох через широко открытый рот, надувая живот как шарик.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 1, только рот ребенка открыт, язык высунут и спокойно лежит на нижней губе.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Ребенок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, руки лежат вдоль тела. По команде взрослого ребенок на вдохе через нос прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе через широко открытый рот возвращается в исходное положение.</p> <p>4. <u>«Бревнышко»</u>. Ребенок должен покататься по полу, как «бревнышко»: 1) с прямыми руками и ногами, руки прижаты к бокам; 2) с вытянутыми прямыми ногами и руками, руки над головой, ладони касаются друг друга. Во время выполнения упражнения ноги следует держать вместе и не сгибать.</p> <p>5. <u>Ребенок лежит на полу, руки и ноги не скрещиваются</u>. По команде взрослого ребенок должен дотянуться до предмета в руке взрослого: 1) приподнять голову (взрослый следит, чтобы в это время ребенок не напрягал и не поднимал плечи) и опустить ее; 2) сесть из положения лежа без помощи рук.</p> <p>6. <u>Определение фактуры поверхности предметов</u>. Покажите, назовите и дайте потрогать ребенку предметы с разной фактурой поверхности (гладкие, шершавые, колючие, мягкие и т.д.). Затем предложите ребенку ощупать материал двумя руками вслепую (с закрытыми или завязанными глазами) и назвать/показать такой же предмет, то же самое сделайте с каждой рукой по отдельности. Если ребенок затрудняется узнать предмет, предложите ему ощупать материал одной рукой и найти этот же материал сначала этой же рукой, а затем другой.</p> <p>7. <u>Массаж ступней</u>. Предложите ребенку походить босиком по неровной поверхности, массажным коврикам.</p> <p>8. <u>«Игра в животных»</u>. Предложите ребенку показать вам животное на картинке (корову, собаку, кошку, лягушку и т.д.), подвигаться, как это животное, воспроизвести звуки, которые издает это животное.</p>
6-7	Растяжки, ползание, змейки	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине. По команде взрослого ребенок делает глубокий вдох через нос, надувая живот, как шарик, затем ребенок делает выдох через широко открытый рот, втягивая живот.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 1, при этом рот ребенка открыт, язык поворачивается в ту же сторону, что и глаза (глаза за предметом вправо — язык вправо, глаза вверх — язык вверх и т.д.).</p>

		<p>3. <u>«Растяжки»</u>. И.п. — ребенок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, одна рука лежит на диафрагме, другая на животе. По команде взрослого на вдохе ребенок прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе возвращается в исходное положение, при этом руки, надавливая на живот и диафрагму, помогают ему сделать это.</p> <p>4. <u>Ползание на животе</u>. Ребенок должен поползть на животе:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) только при помощи ног (руки лежат на спине); 2) только при помощи рук, отталкиваясь сразу обеими руками; 3) только при помощи рук, отталкиваясь каждой рукой попеременно. <p>5. <u>Ползание на спине</u>. Ребенок должен поползть на спине с помощью только ног (руки лежат на животе):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) отталкиваясь одновременно обеими ногами; 2) отталкиваясь попеременно то левой, то правой ногой. <p>6. <u>«Змейки»</u>. Предложите ребенку представить, что его пальцы — маленькие змейки. Они могут двигаться-извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. Последовательно каждый палец изображает «змейку»; если движение не получается, взрослый помогает.</p> <p>7. <u>«Волшебный мешочек»</u>. Положите в непрозрачный мешочек различные небольшие предметы: ключ, кольцо, монету, орех, камешек, мелкие игрушки и т.д. Ребенок должен на ощупь угадать, какие предметы лежат в мешочке. При этом ребенок должен ощупывать предмет как двумя руками, так и каждой рукой по очереди. Перед началом игры следует показать ребенку предметы из мешочка и обсудить, что это за предметы. Так же можно поиграть с вырезанными из картона геометрическими фигурами.</p>
8-9	Растяжки, ползание, сортировка, звуки, мяч	<p>2</p> <p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине. По команде взрослого, делая вдох через нос, ребенок поднимает правую руку так, чтобы она «смотрела» в потолок. Делая выдох через широко открытый рот, ребенок опускает руку. Затем ребенок выполняет упражнение, поднимая и опуская левую руку.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 1, при этом рот ребенка открыт, язык поворачивается в другую от глаз сторону (глаза за предметом вправо — язык влево, глаза вверх — язык вниз, глаза к кончику носа — язык высовывается и т.д.).</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Лечь на спину, ноги согнуты в коленях, руки за голову. По команде взрослого на вдохе ребенок прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе голова и руки приподнимаются так, чтобы ребенок увидел свои колени, локти к голове не сводятся.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок должен поползть на животе «по-пластунски»:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) одновременно сгибаются правая рука и нога — ребенок отталкивается ими от пола, затем — левая рука и нога; 2) одновременно сгибаются правая рука и левая нога — ребенок отталкивается ими, затем левая рука и правая нога. <p>5. <u>«Сортировка»</u>. Смешайте небольшое количество фасоли и гороха или мелких и крупных бусинок и попросите ребенка положить фасоль в одну тарелку, горох во вторую, важно, чтобы ребенок работал обеими руками.</p> <p>6. <u>«Угадай, что за звук»</u>. Предложите ребенку послушать, как звучат любые предметы и материалы (погребите карандашами в коробочке или стакане, пошуршите смятой бумагой, пощелкайте ножницами, позвените ложечкой в стакане, пошуршите пакетом и т.д.). Затем предложите ребенку с закрытыми глазами определить, какой из предметов издает шум. После того как ребенок хорошо научится определять источник звуков, усложните задание, предлагая ребенку для угадывания последовательность из двух или трех шумов.</p> <p>7. <u>«Игры с мячом»</u>. Научите ребенка ударять мяч об пол, сначала держа его двумя руками, затем попеременно правой и левой руками.</p>

10-11	Растяжки, ползание, мяч, шумы	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине. По команде взрослого, делая вдох через нос, ребенок поднимает правую ногу так, чтобы она «смотрела» в потолок. Делая выдох через широко открытый рот, ребенок опускает ногу. То же самое упражнение проделать с левой ногой.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. Упражнение выполняется также, как на занятии 1, при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно (рука в руке), держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево), а потом двумя руками (ведет предмет вверх, вниз и к носу); руки во время этого упражнения прямые и не сгибаются в локтях. Затем это упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Лечь на спину, ноги согнуты в коленях, правая рука под головой, левая рука держит левое колено. По команде взрослого на вдохе ребенок прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе локоть правой руки касается левого колена. Повторить это упражнение, поменяв руки местами (левая рука под головой, правая рука держит правое колено).</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок стоит на четвереньках (на руках и коленях).</p> <p>1) Делает шаг сначала правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой и т.д. Важно, чтобы ребенок одновременно переставлял руку и ногу. После этого упражнение выполняется в обратном направлении (ребенок пятится назад).</p> <p>2) Ребенок делает шаг сначала правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой. Потом это же упражнение он выполняет в обратном направлении.</p> <p>5. <u>«Игры с мячом»</u>. Научите ребенка ударять об пол мячом и, прежде чем он поймает мяч, хлопать в ладоши один раз.</p> <p>6. <u>«Шумящие коробочки»</u>. Поиграйте с ребенком с коробочками, заполненными различными материалами (песок, крупа, скрепки, фасоль, горох, бумажные шарики и т.д.). Если потрясти коробочки, они создают различные шумы. Необходимо иметь два идентичных набора: для себя и ребенка. Взрослый берет коробочку из своего набора и трясет ее, ребенок прислушивается к шуму с закрытыми глазами. Затем ребенок берет по одной коробочке из своего набора и, потряхивая, находит аналогично шумящую. Игра продолжается до тех пор, пока для каждой коробочки из набора взрослого не будет найдена пара.</p> <p>7. <u>«Развитие чувства ритма»</u>. Взрослый задает ритм, отстукивая его правой рукой, например «1-2-1», ребенок повторяет ритмический рисунок той же рукой. Затем ритм задается взрослым левой рукой, ребенок воспроизводит ритмический рисунок левой рукой.</p>
12-13	Растяжки, ползание, ладушки, мяч	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине. По команде взрослого, делая вдох через широко открытый рот, ребенок поднимает правую руку и ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок. Делая выдох через нос, ребенок опускает руку и ногу. То же самое проделать с левой рукой и ногой.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. Упражнение выполняется также, как на занятии 2 (язык высунут и спокойно лежит на нижней губе), при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно (рука в руке), держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево), а затем двумя руками (ведет предмет вверх, вниз и к носу). Руки во время упражнения прямые и не сгибаются в локтях. Затем то же самое ребенок проделывает согнутыми в локтях руками.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Лечь на спину, правая рука под головой, левая лежит вдоль тела, ноги согнуты в коленях. По команде взрослого ребенок на вдохе прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе локоть</p>

			<p>правой руки касается правого колена. Затем он должен повторить это упражнение, поменяв руки местами (левая рука под головой, правая рука лежит вдоль тела).</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая:</p> <p>1) Делает шаг сначала правой рукой и правой ногой, затем левой рукой и левой ногой и т.д. Важно, чтобы ребенок одновременно переставлял руку и ногу. Затем он выполняет это же упражнение, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>2) Делает шаг сначала правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой. Затем ребенок выполняет это же упражнение, двигаясь назад.</p> <p>5. <u>«Ладушки»</u>. Играют взрослый с ребенком: каждый делает хлопок в ладоши, затем хлопок двумя руками с партнером, снова хлопок в ладоши, затем хлопок в ладоши с партнером «левая—правая», еще раз хлопок в ладоши, затем хлопок с партнером «правая—левая» и т.д.</p> <p>6. <u>«Игры с мячом»</u>. Научите ребенка ударять об пол мячом и, прежде чем он поймает мяч, хлопать в ладоши два раза.</p> <p>7. <u>«Развитие чувства ритма»</u>. Взрослый задает ритм двумя руками, например, два удара правой рукой, три — левой рукой; ребенок воспроизводит ритм двумя руками в том же порядке. По мере усвоения ребенком этого задания ритмы можно усложнять и удлинять, например, «1» — правой рукой, «3» — левой рукой, «2» — правой рукой и т.п.</p>
14-15	Растяжки, ползание, ритм, дострой фигуры	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине. По команде взрослого, делая вдох через нос, ребенок поднимает правую руку и левую ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок. Делая выдох через широко открытый рот, ребенок опускает руку и ногу. То же самое упражнение проделать с левой рукой и правой ногой.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. Упражнение выполняется также, как на занятии 3 (язык поворачивается в ту же сторону, что и глаза), при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно (рука в руке), держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево), а затем двумя руками (ведет предмет вверх, вниз и к носу). Руки остаются прямыми и не сгибаются в локтях. Затем упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. «Звездочка»: ребенок лежит на спине в позе звезды — слегка разведя руки и ноги. Взрослый берет одну руку ребенка и немного растягивает ее (другая рука и ноги лежат расслабленно), затем другую. То же — с ногами. Затем ребенок самостоятельно тянет правую руку на вдохе, на выдохе — расслабляет, то же — с левой ногой, затем левой рукой, затем правой ногой.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, руки параллельно друг другу (см. занятие 5), при этом он одновременно перемещает одноименные руку и ногу (либо разные — как ему удобнее). Рот открыт, язык высунут и двигается в сторону «шагающей» руки (перемещается правая рука — язык поворачивается вправо, перемещается левая рука — язык поворачивается влево). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, руки параллельно друг другу. Рот открыт, язык высунут и двигается в противоположную от «шагающей» руки сторону (перемещается правая рука — язык поворачивается влево, перемещается левая рука — язык поворачивается вправо). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>«Развитие чувства ритма»</u>. Психолог задает ритм, отстукивая его правой ногой, например «1-2-1», ребенок повторяет ритмический рисунок той же ногой. Затем ритм задается левой ногой, ребенок воспроизводит ритмический рисунок левой ногой.</p> <p>7. <u>«Дострой фигуры»</u>. Предложите ребенку по изображению фигур с</p>

			неполным количеством элементов составить целые фигуры из палочек.
16-17	Растяжки, ползание, ритм, внимание		<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине. По команде взрослого, делая вдох через нос, ребенок поднимает правую руку и левую ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок. Делая выдох через широко открытый рот, ребенок опускает руку и ногу. То же самое упражнение проделать с левой рукой и правой ногой.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. Упражнение выполняется также, как на занятии 3 (язык поворачивается в ту же сторону, что и глаза), при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно (рука в руке), держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево), а затем двумя руками (ведет предмет вверх, вниз и к носу). Руки остаются прямыми и не сгибаются в локтях. Затем упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Лечь на спину, ноги согнуты, руки вытянуты в стороны, руки одновременно перекачиваются по полу таким образом, чтобы правая рука оказалась вытянутой вверх, а левая рука лежала вдоль тела, голова наклоняется в сторону правой руки, колени — в сторону левой руки. Затем упражнение выполняется наоборот — левая рука перекачивается вверх, правая рука перекачивается вниз.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, руки параллельно друг другу. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза смотрят вправо, шаг делает левая рука — глаза смотрят влево). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, руки параллельно друг другу. Глаза поворачиваются в противоположную от «шагающей» руки сторону (шаг делает правая рука — глаза смотрят влево, шаг делает левая рука — глаза смотрят вправо). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>6. <u>«Развитие чувства ритма»</u>. Взрослый задает ритм двумя ногами, например, «2» — правой ногой, «3» — левой ногой, ребенок воспроизводит ритм двумя ногами, в том же порядке. По мере усвоения ребенком этого задания ритмы можно усложнять и удлинять, например, «1» — правой ногой, «3» — левой ногой, «2» — правой ногой и т.п.</p> <p>7. <u>«Развитие внимания»</u>. Предложите ребенку задание на развитие внимания: если вы хлопаете в ладоши один раз — ребенок хлопает в ладоши два раза, если вы хлопаете в ладоши два раза — ребенок хлопает один раз; во время выполнения упражнения хлопните три раза — ребенок должен понять, что на три хлопка делать ничего не надо.</p>
18-19	Растяжки, ползание, ритм, сортировка	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь. По команде взрослого ребенок:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) делает вдох через нос; 2) делая выдох через широко открытый рот, поднимает правую ногу так, чтобы она «смотрела» в потолок; 3) затем, делая вдох через нос, опускает правую ногу. <p>Далее повторять пункты 2 и 3. Это же упражнение ребенок проделывает левой ногой.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Взрослый берет небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит им слева — направо и в обратном направлении, вверх — вниз и к носу (ребенок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3—4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок</p>

			<p>должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Ребенок лежит на спине, ноги согнуты, руки вытянуты перед собой лодочкой (они не на полу, а «смотрят» в потолок). По команде взрослого ребенок кладет сложенные руки на пол вправо (верхняя рука может скользить по другой руке), колени в противоположную сторону — влево. Это упражнение выполняется и на оборот: руки кладутся влево, ноги вправо.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, руки параллельно друг другу. Глаза и язык поворачиваются в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза и язык поворачиваются вправо, шаг делает левая рука — глаза и язык поворачиваются влево). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, руки параллельно друг другу. Глаза и язык поворачиваются в противоположную от «шагающей» руки сторону (шаг делает правая рука — глаза и язык поворачиваются влево, шаг делает левая рука — глаза и язык поворачиваются вправо). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>6. <u>«Развитие чувства ритма»</u>. Взрослый задает ритм руками и ногами, например, «2» — левой рукой, «2» — правой ногой, «3» — правой рукой; ребенок воспроизводит ритм в том же порядке.</p> <p>7. <u>«Сортировка геометрических фигур»</u>.</p>
20-21	Растяжки, ползание, обводилки, сортировка	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь. По команде взрослого ребенок:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) делает вдох через нос; 2) делая выдох через широко открытый рот, поднимает правую руку и ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок; 3) затем, делая вдох через нос, опускает правую руку и ногу. <p>Далее повторять пункты 2 и 3. То же самое делать с левой рукой и ногой.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Рот ребенка открыт, язык высунут и спокойно лежит на нижней губе (см. занятие 2). Взрослый берет небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит предметом слева — направо и в обратном направлении, вверх — вниз и к носу (ребенок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3—4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Лечь на спину, руки и ноги вытянуты и не скрещиваются. На счет «раз» ребенок сгибает правую ногу в колене, на счет «два» кладет ногу на пол коленом наружу, на счет «три» возвращает ногу в исходное положение. Затем упражнение выполняется с левой ногой. 2) Упражнение выполняется сразу двумя ногами. <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, руки параллельно друг другу. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную сторону (шаг делает правая рука — глаза поворачиваются вправо, а язык влево; шаг делает левая рука — глаза поворачиваются влево, а язык вправо). Затем это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>5. <u>«Обводилки»</u>. Попросите ребенка обвести предметы по краю пальцем и выбрать из карточки похожие на них геометрические фигуры.</p> <p>6. <u>«Сортировка»</u>.</p>

22-23	Растяжки, ползание, предлоги, изображения	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь. По команде взрослого ребенок:</p> <p>1) делает вдох через нос;</p> <p>2) делая выдох через широко открытый рот, поднимает правую руку и левую ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок;</p> <p>3) затем, делая вдох через нос, опускает правую руку и левую ногу. Далее повторять пункты 2 и 3. То же упражнение делать левой рукой и правой ногой.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Рот ребенка открыт, язык высунут и движется в ту же сторону, что и глаза. Взрослый берет небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит им слева — направо и в обратном направлении, вверх — вниз и к носу (ребенок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3—4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u></p> <p>1) Лечь на спину, руки и ноги вытянуты и не скрещиваются. На счет «раз» ребенок сгибает правую ногу в колене, на счет «два» кладет ногу на пол коленом внутрь, на счет «три» возвращает ногу в исходное положение. Затем упражнение выполняется левой ногой.</p> <p>2) Упражнение выполняется двумя ногами одновременно.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Рот открыт, язык высунут и движется в сторону «шагающей» руки (рука делает шаг вправо — язык поворачивается вправо, рука делает шаг влево — язык поворачивается влево). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Рот открыт, язык высунут и движется в противоположную от «шагающей» руки сторону (рука делает шаг вправо — язык поворачивается влево, рука делает шаг влево — язык поворачивается вправо). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>«Изучаем предлоги»</u>. Встаньте вместе с ребенком перед зеркалом и выполните с проговариванием следующие действия: «рука над головой», «рука под носом», «рука за ухом», «рука перед глазами», «рука на груди», «рука между глазами» и т.д.</p> <p>7. <u>«Наложенные или зашумленные изображения»</u>. Ребенок должен найти спрятанное на картинке изображение либо назвать все нарисованные предметы на картинке, где изображения накладываются друг на друга.</p>
24-25	Растяжки, ползание, предлоги, последовательность	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине. Ребенок выполняет четырехфазное дыхание: вдох — задержка дыхания — выдох — задержка дыхания. Все четыре интервала равны по времени. Упражнение выполняется на счет «три» взрослый отсчитывает продолжительность каждой фазы. Взрослый командует ребенку «Вдох!» и считает: «Раз, два, три»; затем взрослый командует ребенку «Не дыши!» и считает: «Раз, два, три» и т.д.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Рот ребенка открыт, язык высунут и движется в противоположную от глаз сторону. Взрослый берет небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит предметом слева — направо и в обратном направлении,</p>

		<p>вверх — вниз и к носу (ребенок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, когда предмет оказывается у носа, глаза должны сходиться к переносице). Необходимо на 3—4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен удерживать взгляд в этих крайних точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Лечь на спину, одна нога согнута в колене, другая вытянута, нога, согнутая в колене, упирается в пол пяткой, другая нога вытягивается и наоборот, при выполнении этого упражнения не следует сильно выгибать спину.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Глаза смотрят (поворачиваются) в сторону «шагающей» руки (рука делает шаг вправо — глаза поворачиваются вправо, рука делает шаг влево — глаза поворачиваются влево). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Глаза поворачиваются в противоположную от «шагающей» руки сторону (рука делает шаг вправо — глаза поворачиваются влево, рука делает шаг влево — глаза поворачиваются вправо). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>«Изучаем предлоги»</u>. Возьмите стул и попросите ребенка показать вам следующие действия: «ребенок на стуле», «ребенок под стулом», «ребенок перед стулом», «ребенок за стулом», «ребенок стоит около стула», «ребенок ходит вокруг стула», «ребенок отходит от стула», «ребенок подходит к стулу», «ребенок выходит из комнаты», «ребенок входит в комнату».</p> <p>7. <u>«Выкладывание последовательности»</u> (по стихотворению «Муха-чистюха».</p> <p>МУХА-ЧИСТЮХА Жила-была Муха-чистюха. Все время купалась Муха. Купалась она в воскресенье В отличном клубничном варенье. В понедельник — в вишневой наливке. Во (вторник) — в томатной подливке. В (среду) — в лимонном желе. В (четверг) — в киселе и смоле. В (пятнице) — в простокваше, В компоте и манной каше. В (субботу), помывшись в чернилах, Сказала: «Я больше не в силах! Ужасно-жужжасно устала, Но, кажется, чище не стала!» Я. Бжехва</p>
26-27	Растяжки, ползание, предлоги, отгадай	<p>2</p> <p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на предыдущих занятиях, только на счет «четыре».</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Упражнение выполняется так же, как на занятии 9, при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно, держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево), а потом двумя руками (ведет предмет вверх, вниз и к носу), руки во время этого упражнения прямые и не сгибаются в локтях. Затем это упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Ребенок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого</p>

			<p>локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде взрослого ребенок поднимает локоть, а кисть остается лежать на полу. Затем упражнение выполняется наоборот — левая рука согнута, правая рука лежит вдоль тела.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Глаза и язык поворачиваются в сторону «шагающей» руки (рука делает шаг вправо — глаза и язык поворачиваются вправо, рука делает шаг влево — глаза и язык поворачиваются влево). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Глаза и язык поворачиваются в противоположную от «шагающей» руки сторону (рука делает шаг вправо — глаза и язык поворачиваются влево, рука делает шаг влево — глаза и язык поворачиваются вправо). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>«Изучаем предлоги»</u>. Возьмите две игрушки, например, машинку и какую-нибудь коробочку. Попросите ребенка показать вам следующие действия: «машина стоит перед коробкой», «машина стоит за коробкой», «машина стоит на коробке», «машина стоит под коробкой», «машина едет к коробке», «машина отъезжает от коробки», «машина выезжает из коробки», «машина въезжает в коробку», «машина едет вокруг коробки».</p> <p>7. <u>«Отгадай»</u>. Поиграйте с ребенком в следующую игру: загадайте какой-нибудь предмет и опишите его так, чтобы ребенок узнал его в ряду картинок (например, круглый, зеленый, внутри красный, сладкий — арбуз).</p>
28-29	Растяжки, ползание, 5 предметов, память	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 24-25, только на счет пять.</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Упражнение выполняется так же, как на занятии 11 (язык поворачивается в ту же сторону, что и глаза), при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно, держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево), а потом двумя руками (ведет предмет вверх, вниз и к носу), руки во время этого упражнения прямые и не сгибаются в локтях. Затем это упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Ребенок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде взрослого ребенок поднимает голову так, чтобы он смог увидеть свои пятки, рука остается лежать на полу. Затем упражнение выполняется снова, однако теперь левая рука согнута, а правая лежит вдоль тела.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках, при этом руки ставит перекрещивая. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную сторону (рука делает шаг вправо — глаза поворачиваются вправо, а язык влево; рука делает шаг влево — глаза поворачиваются влево, а язык вправо). Это же упражнение ребенок выполняет, двигаясь назад (пятясь).</p> <p>5. <u>«Покажи 5 предметов»</u>. Предложите ребенку показать пять предметов: больших (маленьких), красных (зеленых, синих и т.д.), квадратных (круглых, овальных и т.д.), сладких (горьких, соленых, кислых), пушистых (гладких, холодных) и т.д.</p> <p>6. <u>«Память»</u>. Взрослый показывает несколько движений, ребенок должен повторить эти движения как можно точнее в той же последовательности. □</p>
30-	Растяжки, ползание,	2	<p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 24-25, только на счет «шесть».</p>

31	право-лево, шпирон	<p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Упражнение выполняется так же, как на занятии 24-25 (язык поворачивается в противоположную сторону от глаз), при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно, держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), затем левой рукой (ведет предмет влево), а затем двумя руками (ведет предмет вверх, вниз и к носу), руки во время этого упражнения прямые и не сгибаются в локтях. После этого упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Ребенок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде взрослого ребенок поднимает голову вместе с локтем так, чтобы он увидел свои пятки, левая рука остается лежать на полу. Затем это упражнение выполняется наоборот — левая рука согнута, правая лежит вдоль тела.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) шаг делают одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т.д. (приставной шаг); 2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога и т.д. <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках боком:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) шаг делают одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются; 2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются. <p>6. <u>«Право—лево»</u>. Попросите ребенка показать на себе (на теле ребенка) правую руку, левую руку, левую ногу, правый глаз, левое ухо, правый локоть, левое колено и т.д. Если ребенок успешно справился с этим заданием, попросите его проделать все то же самое, но с закрытыми глазами.</p> <p>7. <u>«Шпирон»</u>. Возьмите 4—5 разных игрушек и поставьте на стол, в это время ребенок стоит, повернувшись спиной к столу. Затем, по вашей команде, ребенок поворачивается к игрушкам лицом, смотрит на них несколько секунд и снова отворачивается. После этого ребенок должен перечислить игрушки, стоящие на столе, желательно в том порядке, в каком они расположены. Затем взрослый меняет две игрушки местами либо добавляет одну игрушку или убирает одну, ребенок, повернувшись к игрушкам лицом, должен сказать, что изменилось. В качестве усложнения этой игры можно постепенно увеличивать количество игрушек.</p>
32-33	Растяжки, ползание, право-лево, восьмерка	<p>2</p> <p>1. <u>Дыхательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 24-25, только на счет «семь».</p> <p>2. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок стоит. Ноги вместе, руки вдоль тела. Взрослый берет небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит предметом слева — направо и в обратном направлении, вверх — вниз и к носу (ребенок должен смотреть на предмет обоими глазами, не поворачивая голову, и его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3—4 секунды задерживать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребенок должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.</p> <p>3. <u>«Растяжки»</u>. Ребенок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде взрослого ребенок поднимает левую ногу, нога в колене не сгибается. Затем упражнение</p>

		<p>выполняется с левой рукой, согнутой в локте, и правой ногой.</p> <p>4. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и левая нога и т.д. (приставной шаг), при этом ребенок поворачивает язык в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — язык вправо, шаг делает левая рука — язык влево);</p> <p>2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога, при этом ребенок поворачивает язык в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — язык вправо, шаг делает левая рука — язык влево).</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Ребенок ползет на четвереньках боком:</p> <p>1) шаг делают одновременно правые рука и нога, затем левые рука и нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются; язык поворачивается в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — язык вправо, шаг делает левая рука — язык влево);</p> <p>2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются, язык поворачивается в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — язык вправо, шаг делает левая рука — язык влево).</p> <p>6. <u>Ползание</u>. Прodelать упражнения 4 и 5 этого занятия, только язык поворачивается в противоположную от «шагающей» руки сторону (шаг делает правая рука — язык поворачивается влево, шаг делает левая рука — язык поворачивается вправо).</p> <p>7. <u>«Право—лево»</u>. Ребенок изображает робота, точно и правильно выполняющего команды взрослого: «один шаг вправо», «два шага назад», «два шага влево», «три шага вперед», «один шаг вправо» и т.д.</p> <p>8. <u>«Горизонтальная восьмерка»</u>. Предложите нарисовать в воздухе одновременно двумя руками «восьмерки».</p>
Итого за год: 33 часа		

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Оборудование сенсорной комнаты.
2. Разнообразные предметы для демонстрации, названия, перемещения, звучащие предметы для встряхивания, предметы для сжимания (мячи различной фактуры, разного диаметра), массажные мячи и коврики.

Приложение 1.

Диагностические пробы

Тактильная стимуляция (различных зон тела ребёнка, лица, рук, ног):

1. Прикосновение тактильными варежками различной текстуры и фактуры (шерсть, ситец, шелк, мех и др.) и с наполнителями (гречка, горох, нашитые пуговицы и др.)
2. Использование / надевание тактильных носков
3. Использование тактильных простыней различной текстуры и фактуры
4. Поглаживание сухой и мокрой кисточкой для рисования
5. Протягивание разнофактурных шнурков через кулачок
6. Контрастное воздействие (мягкое – жесткое, холодное – теплое)
7. Воздействие массажными шариками

8. Поглаживания рукой

9. Обдувание

Рекомендации. При отсутствии у ребёнка реакции на предъявление различных тактильных раздражителей, продолжать стимулировать и активизировать любого вида реакции (физиологическая, двигательная, эмоциональная, голосовая) через сопряженную помощь, эмоционально насыщенное общение. При проявлении ребёнком одного вида реакций, включать в содержание занятий приёмы по предъявлению различных тактильных стимулов до появления и закрепления стабильных реакций. При наличии стабильных положительных реакций на предъявляемые стимулы, проводить работу по формированию манипуляций, предметных манипуляций, предпосылок предметно–практической деятельности (вкладывание предмета в руку, удерживание предмета, манипуляции с ним и т.д.), организовывать игры на поиск/выбор предмета, с использованием сфер базальной коммуникации.

Тактильно-двигательная активация (различных зон тела ребёнка, лица, рук, ног):

1. Активизация рефлекса отдергивания: поглаживая среднюю часть стопы, вызывать отдергивание ноги
2. Слегка поглаживая мягкой кисточкой для рисования шею или живот, провоцировать появление «гусиной кожи»
3. Слегка поглаживая мягкой кисточкой для рисования веки, активизировать закрывание глаз
4. Слегка поглаживая мягкой кисточкой или кусочком меха кулачки, активизировать разжимание кулачков
5. Игра «Коза рогатая» - активизация непроизвольных сокращений тела

Рекомендации. При отсутствии реакции осуществлять тактильно–двигательную активизацию путём прикосновения к данной зоне. При наличии реакции осуществлять совместную работу со специалистом по двигательному развитию по изменению и поддержанию положения тела, предупреждению патологических тонических рефлексов, перемещению в пространстве, манипулированию объектами и т.д.

Приложение 2.

Психосоматическая технология «Мудры»

Психосоматическая технология «Мудры» эффективна для профилактики и коррекции различных заблуждений, поддержания общего нейродинамического тонуса, гармонизации потоков энергии в организме, стабилизации телесных и соответственно межполушарных взаимодействий. В нейропсихологическом контексте эта технология — своего рода «стимулирующий массаж мозга» в зоне центральных извилин правого и левого полушарий: базовых для мануальной и речевой экспрессии систем мозга. Каждая мудра выполняется от 2 до 25 минут.

Обратимся к некоторым из них (с указанием главной мишени действия на состояние человека):

1. Универсальный комплекс № 1. По очереди на указанный период времени соединяются в кольцо большой палец с указательным, большой палец со средним, большой палец с безымянным, большой палец с мизинцем; остальные пальцы свободно расставлены; поза фиксируется на каждой руке.

2. Универсальный комплекс № 2. По очереди на указанный период времени большой палец соединяется в кольцо с соединёнными: указательным и средним, средним и безымянным, безымянным и мизинцем. Остальные пальцы свободно расставлены; поза фиксируется на каждой руке.

3. Универсальный комплекс № 3. По очереди на указанный период времени кончик большого пальца прижимает на уровне второго сустава согнутые: указательный, средний, безымянный, мизинец; остальные пальцы свободно расставлены; поза фиксируется на каждой руке.

4. Для повышения работоспособности, концентрации внимания, ясности мышления. Ладони обеих рук складываются в «молитвенной позе» перед грудью.

5. Для снятия охриплости голоса, коррекции и профилактики заболеваний горла и гортани. Четыре пальца (указательный, средний, безымянный, мизинец) правой руки обхватывают большой палец левой. Большой палец правой руки прикасается к подушечке среднего пальца левой.

6. Для высвобождения гайморовых пазух и активизации функциональной активности лобных отдела мозга, повышения концентрации на цели, уверенности в успехе. Кончики большого, указательного и среднего пальцев соединены в кольцо; мизинец и безымянный палец прижаты к середине ладони; поза фиксируется на каждой руке.

7. Для снятия депрессивных и субдепрессивных состояний, выравнивания эмоционального статуса. Кончики пальцев левой руки зажимаются между кончиками пальцев правой руки (большой палец правой руки всегда снизу). Мизинцы обеих рук выпрямлены и обращены вверх.