

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»

6 класс

(ФГОС УО (ИН), 2 вариант)

Пояснительная записка

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства обучающихся с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

Основные задачи: мотивация двигательной активности, поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений; освоение новых способов передвижения, включая передвижение с помощью технических средств реабилитации. Целенаправленное развитие движений на специально организованных занятиях, которые проводятся инструкторами лечебной физкультуры и (или) учитель адаптивной физкультуры.

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 психологов М.В.Евлампиевой, М.В. Черенкова и логопеда Т.Н.Ланиной (ЦППРиК «Тверской» ЦАО 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 или мини-группы.

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 обобщенном, недифференцированном виде программа курса «Двигательное развитие» предусматривает оказание необходимой помощи в следующих задачах:

- формирование умения удерживать голову;
- формирование умения выполнять движения головой;
- формирование умения выполнять движения руками;
- формирование умения выполнять движения пальцами рук;
- формирование умения выполнять движения плечами (вверх-вниз, круговые);
- формирование умения опираться на предплечья и кисти рук;
- формирование умения бросать мяч;
- формирование умения отбивать мяч от пола;
- формирование умения ловить мяч;
- формирование умения изменять позу в положении лежа (поворот со спины на живот, поворот с живота на спину);
- формирование умения изменять позу в положении сидя (поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево));
- формирование умения изменять позу в положении стоя (поворот (вправо, влево), наклон (вперед, назад, вправо, влево));
- формирование умения вставать на четвереньки;
- формирование умения ползать;
- формирование умения сидеть;
- формирование умения вставать на колени из положения «сидя на пятках»;
- формирование умения стоять на коленях (для тренировки удержания равновесия);
- формирование умения ходить на коленях;
- формирование умения вставать из положения «стоя на коленях»;
- формирование умения стоять;
- формирование умения выполнять движения ногами (подъем ноги вверх; отведение ноги в сторону; отведение ноги назад).
- формирование умения ходить по ровной и наклонной поверхности, по лестнице;
- формирование умения ходить на носках, пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, приседе;
- формирование умения бегать, высоко поднимая бедро, захлестывая голень назад, приставным шагом;
- формирование умения прыгать на двух ногах (на месте, с продвижением вперед, назад, вправо, влево);
- формирование умения прыгать на одной ноге (на одном месте, с продвижением вперед и т.д.);
- формирование умения ударять по мячу ногой (с места, с нескольких шагов).

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 - 34, исходя из 34 учебных недель в 6 классе. Продолжительность занятия не превышает 20 минут.

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие» в 6 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) - выполняет одноступенчатую инструкцию;
- использование по назначению учебных материалов – бумаги, цветной бумаги, карандашей, красок;
- умение выполнять действия по образцу и по подражанию – принимает задачу деятельности, самостоятельно определяет последовательность операций, выполняет действия в соответствии с заданием.

2. Формирование умения выполнять задание:

- в течение определенного периода времени – 5-7 мин удержания внимания на выполнении посильного задания;
- от начала до конца – выполняет задания, но требуется незначительная стимуляция;
- с заданными качественными параметрами – ориентируется в качественных параметрах задания в соответствии с содержанием программы курса.

3. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом действия и т.д.:

- самостоятельно выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план);
- самостоятельно переходит от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с алгоритмом.

Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие» в 6 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";
- вставание на колени из положения "сидя на пятках";
- стояние на коленях, ходьба на коленях.
- вставание из положения "стоя на коленях";
- стояние с опорой (например, вертикализатор, костыли, трость), без опоры;
- выполнение движений ногами: подъем ноги вверх, отведение ноги в сторону, отведение ноги назад;
- ходьба по ровной горизонтальной поверхности (с опорой, без опоры), по наклонной поверхности (вверх, вниз; с опорой, без опоры), по лестнице (вверх, вниз; с опорой, без опоры), ходьба на носках, на пятках, высоко поднимая бедро, захлестывая голень, приставным шагом, широким шагом, в полуприседе, в приседе;
- бег с высоким подниманием бедра (захлестывая голень назад, приставным шагом);
- прыжки на двух ногах на месте, с продвижением (вперед, назад, вправо, влево), прыжки на одной ноге;
- удары по мячу ногой с места (с нескольких шагов, с разбега).

Важна четкая, повторяющаяся структура 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). 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, установление правил и ритуалов. Разминочные, дыхательные и глазодвигательные упражнения.

2-3-4	Растяжки, ползание, предлоги, цепочка	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Дети бегают по кругу. По сигналу — один хлопок — дети останавливаются и хлопают два раза, затем бегут дальше; на два хлопка дети останавливаются, хлопают один раз и бегут в противоположном направлении.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине, руки и ноги лежат прямо, не перекрещиваясь. По команде дети:</p> <p>1) делают вдох через нос;</p> <p>2) делая выдох через широко открытый рот, поднимают правую руку и левую ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок;</p> <p>3) затем, делая вдох через нос, дети опускают правую руку и левую ногу. Далее повторять пункты 2 и 3. То же упражнение проделать левой рукой и правой ногой.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, голова не двигается. Во время выполнения всего упражнения рот ребенка открыт, язык высунут и двигается 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>4. <u>«Растяжки»</u>.</p> <p>1) Лечь на спину, руки и ноги вытянуты и не скрещиваются. На счет «раз» дети сгибают правую ногу в колене, на счет «два» — кладут ногу на пол коленом внутрь, на счет «три» возвращают ногу в исходное положение. Затем это же упражнение выполняется левой ногой.</p> <p>2) Упражнение выполняется одновременно двумя ногами.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках, при этом руки ставят перекрещивая. Рот открыт, язык высунут и двигается в сторону «шагающей» руки (рука делает шаг вправо — язык поворачивается вправо, рука делает шаг влево — язык поворачивается влево). Это же упражнение дети выполняют, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках, при этом руки ставят перекрещивая. Рот открыт, язык высунут и двигается в противоположную от «шагающей» руки сторону (рука делает шаг вправо — язык поворачивается влево, рука делает шаг влево — язык поворачивается вправо. Это же упражнение дети выполняют, двигаясь назад.</p> <p>7. <u>«Предлоги»</u>. Попросите детей показать следующие действия: «рука над головой», «рука под носом», «рука за спиной», «рука за ухом», «рука на груди» и т.д.</p> <p>8. <u>«Цепочка»</u>. Взрослый называет любой цвет и просит ребенка из группы назвать другой цвет, следующий ребенок тоже называет несовпадающий цвет и т.д.</p>
5-6-7	Растяжки, ползание, предлоги, ритм	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Предложите детям представить, что их руки — это лопасти волшебной мельницы, которые могут, складываясь и распрямляясь, вращаться в разные стороны. Вращаем прямую правую (левую) руку в плечевом суставе вперед, назад, направо, налево; обе руки в одном направлении, затем в противоположных (правая вперед, левая назад).</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — лежа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. Дети выполняют четырехфазное дыхание: вдох — задержка дыхания — выдох — задержка дыхания. Все четыре интервала равны по времени. Упражнение выполняется на счет три,</p>

			<p>взрослый отсчитывает продолжительность каждой фазы. По команде «Вдох!» считает: «Раз, два, три»; затем команда «Не дышим!» и счет: «Раз, два, три» и т.д.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, голова не двигается. Во время выполнения всего упражнения рот ребенка открыт, язык высунут и двигается в противоположную сторону от глаз. 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>4. <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>5. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках, при этом руки ставят перекрещивая. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки (рука делает шаг вправо — глаза поворачиваются вправо, рука делает шаг влево — глаза поворачиваются влево). Это же упражнение дети выполняют, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках, при этом руки ставят 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 дети выполняют, двигаясь назад.</p> <p>7. <u>«Предлоги»</u>. Возьмите стул и попросите детей показать вам следующие действия: «ребенок на стуле», «ребенок перед стулом», «за стулом», «под 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>8. <u>«Ритм»</u> 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 (пятницу) — в простокваше, й В компоте и манной каше. В (субботу), помывшись в чернилах, Сказала: «Я больше не в силах! Ужасно-жужжасно устала, s Но, кажется, чище не стала!» Я. Бжехва</p>
8-9-10	Растяжки, ползание, предлоги, отгадай	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Предложите детям представить, что их руки — это лопасти волшебной мельницы, которые могут, складываясь и распрямляясь, вращаться в разные стороны. Вытягиваем прямые руки в стороны, сгибаем их в локтях и свободно раскачиваем предплечья, затем вращаем их по кругу одной рукой, другой рукой, обеими руками в одном</p>

			<p>направлении и в противоположных.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения.</u> Упражнение выполняется так же, как на занятии 5-6-7, только на счет четыре.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения.</u> И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, голова не двигается. Упражнение выполняется так же, как на занятии 26-27-28 в 5 классе, 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. Затем это упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>4. <u>«Растяжки».</u> Дети лежат 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 дети поднимают локоть, а кисть остается лежать на полу. Затем упражнение выполняется наоборот — левая рука согнута, правая рука лежит вдоль тела.</p> <p>5. <u>Ползание.</u> Дети ползут на четвереньках, при этом руки ставят 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 дети выполняют, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>Ползание.</u> Дети ползут на четвереньках, при этом руки ставят 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 дети выполняют, двигаясь назад.</p> <p>7. <u>«Предлоги».</u> Возьмите две игрушки, например, машинку и какую-нибудь коробочку. Попросите детей 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>8. <u>«Отгадай».</u> Поиграйте с детьми в следующую игру: взрослый загадывает какой-нибудь предмет и описывает его так, чтобы дети узнали его (например, круглый, зеленый, внутри красный, сладкий — арбуз). Если дети испытывают затруднения, начните с описания предметов, игрушек, которые находятся в комнате, во время игры предупредите детей, что предмет находится в комнате. Когда дети хорошо освоят эту игру, поменяйтесь с ними ролями: дети загадывают и описывают предмет, а вы угадываете.</p>
11-12-13	Растяжки, ползание, 5 предметов, память, части тела	3	<p>1. <u>Разминка.</u> Предложите детям представить, что их руки — это лопасти волшебной мельницы, которые могут, складываясь и распрямляясь, вращаться в разные стороны. Вытягиваем прямые руки в стороны и вращаем их в лучезапястном суставе, сначала одну руку, затем другую руку, затем обе руки в одном направлении и в противоположных. Во время выполнения упражнения плечи и предплечья неподвижны.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения.</u> Упражнение выполняется так же, как на занятии 5-6-7, только на счет пять.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения.</u> И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, голова не двигается. Упражнение выполняется так же, как на занятии 2-3-4, — язык поворачивается в ту же сторону, что и глаза, при этом ребенок перемещает предмет самостоятельно, держа его сначала правой рукой (ведет предмет вправо), потом 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. Затем упражнение</p>

			<p>выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>4. <u>«Растяжки»</u>. Дети лежат 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 психолога дети поднимают голову так, чтобы увидеть свои пятки, рука остается лежать на полу. Затем упражнение выполняется наоборот — левая рука согнута, правая рука лежит вдоль тела.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках, при этом руки ставят 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 дети выполняют, двигаясь назад.</p> <p>6. <u>«5 предметов»</u>. Предложите детям назвать 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>7. <u>«Память»</u>. Взрослый показывает несколько движений, дети должны повторить эти движения как можно точнее, в той же последовательности.</p> <p>8. <u>«Части тела»</u>. Дотроньтесь до какой-либо части тела ребенка и предложите ему вслепую показать ее на себе, затем, открыв глаза, на вас; назвать ее. Это необходимо проделать со всеми частями тела.</p>
14-15-16	Растяжки, ползание, право-лево, шпион	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Сесть на пол, ноги согнуть. Поднять правую ногу и вращать в коленном (затем голеностопном) суставе направо, налево. Опустить на пол. Аналогично — левой ногой, двумя ногами.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 5-6-7, только на счет «шесть».</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок сидит на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, голова не двигается. Упражнение выполняется так же, как на занятии 5-6-7, — 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. Затем упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>4. <u>«Растяжки»</u>. Дети лежат 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 дети поднимают голову вместе с локтем так, чтобы они смогли увидеть свои пятки, левая рука остается лежать на полу. Затем упражнение выполняется наоборот — левая рука согнута, правая рука лежит вдоль тела.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Дети ползут 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);</p> <p>2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога и т.д.</p> <p>6. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках боком:</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и левая нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются;</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.</p> <p>7. <u>«Право—лево»</u>. Попросите детей показать на себе (на теле ребенка) правую руку, левую руку, левую ногу, правый глаз, левое ухо, правый локоть, левое колено и т.д. Если дети успешно справились с этим заданием, попросите их проделать все то же самое, но с закрытыми</p>

			<p>глазами.</p> <p>8. <u>«Шпион»</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, желательно в том порядке, в каком они стоят. После этого взрослый меняет две игрушки местами либо добавляет одну игрушку или убирает одну, ребенок, повернувшись к игрушкам лицом, должен сказать, что изменилось. Игру можно усложнять, постепенно увеличивая количество игрушек.</p>
17-18-19	Растяжки, ползание, право-лево (зеркало)	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Встать на одну ногу, вращать другой ногой от бедра сначала по часовой стрелке, потом против часовой стрелки; сменить ногу.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения</u>. Упражнение выполняется так же, как на занятии 5-6-7, только на счет «семь».</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок стоит, ноги вместе, руки опущены вдоль тела, голова не двигается. 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 точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.</p> <p>4. <u>«Растяжки»</u>. Дети лежат 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 психолога поднимается левая нога, нога в колене не сгибается. Затем упражнение выполняется левой рукой, согнутой в локте и правой ногой.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Дети ползут 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 дети поворачивают 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 дети поворачивают язык в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — язык вправо, шаг делает левая рука — язык влево).</p> <p>6. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках боком:</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и левая 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>7. <u>Ползание</u>. Прodelать упражнения 5 и 6 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>8. <u>«Право—лево»</u>. Дети изображают робота, точно и правильно выполняющего команды взрослого: «один шаг вправо», «два шага назад», «два шага влево», «три шага вперед» и т.д.</p>
20-21-	Растяжки, ползание,	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Встать на одну ногу, бедро другой поднято параллельно полу, колено согнуто; жестко фиксируя это положение, описывать</p>

22	право-лево (где предметы)		<p>голенью горизонтальные круги сначала по часовой стрелке, потом против часовой стрелки. Сменить ногу.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения.</u> Упражнение выполняется так же, как на занятии 5-6-7, только ребенок действует самостоятельно, без команд взрослого.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения.</u> И.п. — ребенок стоит, ноги вместе, руки опущены вдоль тела, голова не двигается. 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 точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребенка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы. Во время этого упражнения язык поворачивается в ту же сторону, что и глаза.</p> <p>4. <u>«Растяжки».</u> Дети лежат 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 психолога дети поднимают голову вместе с локтем и левую ногу. Затем упражнение выполняется левой рукой, согнутой в локте и правой ногой.</p> <p>5. <u>Ползание.</u> Дети ползут на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т.д. (приставной шаг), при этом дети поворачивают глаза в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза вправо, шаг делает левая рука — глаза влево);</p> <p>2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога, при этом дети поворачивают глаза в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза вправо, шаг делает левая рука — глаза влево).</p> <p>6. <u>Ползание.</u> Дети ползут на четвереньках боком:</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и левая нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются; глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза вправо, шаг делает левая рука — глаза 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; глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза вправо, шаг делает левая рука — глаза влево).</p> <p>7. <u>Ползание.</u> Прodelать упражнения 5 и 6 этого занятия, только глаза поворачиваются в противоположную от «шагающей» руки сторону (шаг делает правая рука — глаза поворачиваются влево, шаг делает левая рука — глаза поворачиваются вправо).</p> <p>8. <u>«Право—лево».</u> Поиграйте с детьми в следующую игру: ребенок стоит в комнате, например, лицом к окну, и рассказывает, какие предметы находятся справа от него, слева, за ним, перед ним. Затем ребенок поворачивается лицом к двери и рассказывает, какие предметы теперь находятся справа, слева от него, за ним, перед ним. □</p>
23- 24- 25	Растяжки, ползание, право-лево (наперекрест)	3	<p>1. <u>Разминка.</u> Встать на одну ногу, бедро другой поднято параллельно полу, колено согнуто; жестко фиксируя это положение, описывать стопой горизонтальные круги, сначала по часовой стрелке, потом против часовой стрелки. Сменить ногу.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения.</u> И.п. — сесть на пол, скрестив ноги, спина прямая. Прямые руки вытянуты вперед или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. По команде во время вдоха дети поднимают левую</p>

			<p>кисть вверх, одновременно опуская правую кисть вниз. С выдохом левая кисть идет вниз, правая — вверх.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок стоит, ноги вместе, руки опущены вдоль тела, голова не двигается. 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. Во время этого упражнения язык поворачивается в противоположную сторону от глаз.</p> <p>4. <u>«Растяжки»</u>. Дети лежат на животе, ноги прямые, обе руки, согнутые в локтях, лежат на полу, лоб — на ладонях. По команде дети поднимают одновременно оба локтя, затем опускают.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т.д. (приставной шаг), при этом дети поворачивают глаза и язык в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза и язык вправо, шаг делает левая рука — глаза и язык влево);</p> <p>2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога, при этом дети поворачивают глаза и язык в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза и язык вправо, шаг делает левая рука — глаза и язык влево).</p> <p>6. Ползание. Дети ползут на четвереньках боком:</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и левая нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются; глаза и язык поворачиваются в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза и язык вправо, шаг делает левая рука — глаза и 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, глаза и язык поворачиваются в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза и язык вправо, шаг делает левая рука — глаза и язык влево).</p> <p>7. <u>Ползание</u>. Прodelать упражнения 5 и 6 этого занятия, только 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).</p> <p>8. <u>«Право—лево»</u>. Объясните детям, что у человека, стоящего напротив, «все наоборот»: «право — где у меня лево, а лево — где право». Сделать это можно так: встаньте с детьми друг за другом и вытянете правые руки в сторону, затем дети остаются на месте, а взрослый, не опуская руку, поворачивается к детям лицом, таким образом, дети убеждаются, что правые руки находятся наперекрест. Для того чтобы закрепить этот навык, поиграйте с детьми в игру «Моя рука, твоя рука». Дети и взрослый садятся друг напротив друга, и дети по указанию взрослого определяют сначала у себя, а затем у взрослого левую руку, правое колено, левый локоть, правый глаз и т.д.</p>
26-27-28	Растяжки, ползание, обобщающие понятия, право-лево	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Выполните с детьми прыжки на месте с поворотом на 90° по сигналу: хлопок — прыжок. Прыжки выполняются сначала по часовой стрелке, затем против часовой стрелки.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — встать, ноги вместе, руки опущены, ладони обращены вперед. На быстром вдохе руки</p>

	(наперекрёст)		<p>притягиваются к подмышкам ладонями вверх. На медленном выдохе — опускаются вдоль тела ладонями вниз.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок стоит, ноги вместе, руки опущены вдоль тела, голова не двигается. Упражнение выполняется так же, как на занятии 18-19-20, 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. Затем это упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>4. <u>«Растяжки»</u>. Дети лежат на животе, ноги прямые, обе руки, согнутые в локтях, лежат на полу, лоб — на ладонях. По команде дети поднимают голову вместе с локтями, при этом глаза смотрят вверх.</p> <p>5. <u>Ползание</u>. Дети ползут 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 дети поворачивают глаза в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную сторону (шаг делает правая рука — глаза — вправо, а язык поворачивается влево; шаг делает левая рука — глаза — влево, а язык поворачивается вправо);</p> <p>2) шаг делают одновременно правая рука и левая нога, затем левая рука и правая нога, при этом дети поворачивают глаза в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную сторону (шаг делает правая рука — глаза — вправо, а язык поворачивается влево; шаг делает левая рука — глаза — влево, а язык поворачивается вправо).</p> <p>6. <u>Ползание</u>. Дети ползут на четвереньках боком:</p> <p>1) шаг делают одновременно правая рука и правая нога, затем левая рука и левая нога, при этом во время второго шага руки перекрещиваются; глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную (шаг делает правая рука — глаза — вправо, а язык поворачивается влево; шаг делает левая рука — глаза — влево, а язык поворачивается вправо);</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; глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную (шаг делает правая рука — глаза — вправо, а язык поворачивается влево; шаг делает левая рука — глаза — влево, а язык поворачивается вправо).</p> <p>7. <u>«Обобщающие понятия»</u>. Вспомните с детьми, какие они знают фрукты (овощи, ягоды, домашних животных, диких животных, птиц, насекомых, одежду, обувь, инструменты, музыкальные инструменты, мебель, транспорт и т.д.). Найти их на картинке, из многих других предметов.</p> <p>8. <u>«Право—лево»</u>. Дети и взрослый встают друг напротив друга. Взрослый объясняет детям: «То, что я буду делать правой рукой, вы делаете своей правой рукой (все поднимают правые руки), а то, что я буду делать левой рукой, вы делаете своей левой рукой (все поднимают левые руки)». Таким образом, если взрослый вытягивает вправо свою правую руку, то дети тоже вытягивают свои правые руки вправо относительно себя. Примеры движений: правой рукой взяться за правое ухо, левую руку положить на левое плечо, правую ногу вытянуть вперед и т.д.</p>
29-30-31	Растяжки, необычные шаги, магазин	3	<p>1. <u>Разминка</u>. Выполните с детьми прыжки на месте с поворотом на 180 градусов по сигналу: хлопок — прыжок. Прыжки выполняются сначала по часовой стрелке, затем против часовой стрелки.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — ноги на ширине плеч, руки опущены ладонями вперед. На медленный вдох (притягивающее</p>

			<p>движение) руки плавно разводятся в стороны и вверх, на выдох (отталкивающее движение) — вытягиваются и опускаются вдоль тела ладонями вниз. Вернуться в и.п.</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок стоит, ноги вместе, руки опущены вдоль тела, голова не двигается. Выполняются так же, как на занятии 21-22-23 (ребенок следит за предметом, не поворачивая головы, язык поворачивается в ту же сторону, что и глаза). Ребенок водит предметом 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>4. <u>«Растяжки»</u>. Дети лежат на животе, ноги прямые, обе руки, согнутые в локтях, лежат на полу, лоб — на ладонях. По команде дети поднимают обе ноги, ноги при этом не сгибаются.</p> <p>5. <u>«Необычные шаги»</u>. Дети делают шаги, стоя на коленях:</p> <p>1) шаг правой ногой, при этом правая рука кладется на правый бок, следующий шаг левой ногой — правая рука опускается, левая кладется на левый бок и т.д.;</p> <p>2) шаг правой ногой, правая рука кладется на левое плечо, следующий шаг левой ногой — правая рука опускается, левая рука кладется на правое плечо;</p> <p>3) шаг правой ногой, при этом правая рука кладется на левое плечо, левая рука на левый бок, следующий шаг левой ногой — левая рука кладется на правое плечо, правая рука на правый бок.</p> <p>6. <u>Повторить упражнение 5</u>, двигаясь спиной вперед.</p> <p>7. <u>«Магазин»</u>. Взрослый посылает ребенка в «магазин» и просит запомнить все предметы, которые надо купить. Начинают игру с 1—2 предметов, постепенно увеличивая их количество до 5—7. В этой игре полезно меняться ролями: взрослый отправляется в магазин, а ребенок перечисляет ему, что надо купить.</p>
32-33-34	Растяжки, лицом к стене, пропущенно е слово	3	<p>1. <u>Разминка</u>. «Передай мяч назад». Дети стоят в колонне. Первый передает мяч назад и сразу же бежит в конец колонны; второй оказывается первым и повторяет действия первого игрока и т.д. По команде мяч передается сверху, снизу, справа, слева.</p> <p>2. <u>Дыхательные упражнения</u>. И.п. — стоя. Развести прямые руки в стороны, развернув их ладонями вверх на уровне плеч, слегка прогнувшись назад. Одновременно сделать быстрый глубокий вдох носом. Затем медленно выдохнуть через рот. На выдохе сдавливать грудную клетку ладонями, одновременно опустив голову вниз слегка наклонив туловище вперед. Во время выдоха произносить «с-с-с».</p> <p>3. <u>Глазодвигательные упражнения</u>. И.п. — ребенок стоит, ноги вместе, руки опущены вдоль тела, голова не двигается. Выполняются так же, как на занятии 24-25-26 (ребенок следит за предметом, не поворачивая головы, язык поворачивается в противоположную от глаз сторону). Ребенок водит предметом 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. Затем упражнение выполняется согнутыми в локтях руками.</p> <p>4. <u>«Растяжки»</u>. Дети лежат на животе, ноги прямые, обе руки, согнутые в локтях, лежат на полу, лоб — на ладонях. По команде дети поднимают одновременно голову с локтями и ноги, глаза смотрят вверх, ноги не сгибаются.</p> <p>5. Дети стоят <u>лицом к стене</u>, носки ног упираются в стенку, ладони лежат на стене. Они одновременно переставляют:</p> <p>1) правую руку и правую ногу, затем левую руку и левую ногу (ноги</p>

		<p>передвигаются вдоль стены, руки передвигаются по стене);</p> <p>2) правую руку и левую ногу, затем левую руку и правую ногу;</p> <p>3) правую руку и правую ногу, затем левую руку и левую ногу, при этом руки через шаг перекрещиваются;</p> <p>4) правую руку и левую ногу, затем левую руку и правую ногу, при этом руки через шаг перекрещиваются.</p> <p>6. <i>«Пропущенное слово»</i>. Взрослый зачитывает детям 4—6 слов, не связанных между собой по смыслу, например: корова, стол, письмо, цветок, каша. Затем ряд читается заново с пропуском одного из слов. Кто-нибудь из детей должен назвать пропущенное слово. Задание можно усложнять, увеличивая количество слов или пропуская два-три слова.</p>
Итого за год: 34 часа		

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Оборудование гимнастического зала.
2. Яркие предметы для глазодвигательных упражнений, наборы тематических карточек/предметов.

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 шеи 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 соединенными: 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.