**Муниципальное автономное дошкольное образовательное**

**учреждение «Нижнетавдинский детский сад «Колосок»**

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО На педагогическом Совете Приказом директора МАДОУ

От 18.08.2023г. протокол №4 «Нижнетавдинский детский сад

«Колосок» от 18.08.2023г. №\_\_\_\_

**Рабочая программа кружка по развитию межполушарного взаимодействия**

**«Кинезиологические упражнения-гимнастика для мозга»**

**Группы младшего возраста «Веснушки» (2-3 года)**

срок реализации программы 1 год

Составитель / разработчик программы :

**Афанасьева Ирина Анатольевна**

воспитатель высшей квалификации

МАДОУ «Нижнетавдинский

детский сад «Колосок»

2023год

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| 1. **Пояснительная записка** | 2 |
| - Цель программы | 3 |
| - Задачи программы | 3 |
| -Условия проведения программы | 3 |
| -Формы работы кружка | 3 |
| **-**Организация деятельности кружка | 4 |
| -Материалы и инструменты | 4 |
| **-**Ожидаемые результаты | 5 |
| - Тематический план | 6 |
| - Перспективно- тематическое планирование | 7 |
| - Режим работы кружка | 11 |
| -Система мониторинга достижений детьми планируемых результатов | 12 |
| **-** Дифференцированности движений рук и пальцев рук, координированности и синхронности движений рук, концентрация внимания на одном виде деятельности | 12 |
| - Развитие речи, звукоподражание, , ориентировка в пространстве | 12 |
| -**Приложение** | 13 |
| - Литература | 36 |

*Пояснительная записка*

Межполушарное взаимодействие — особый механизм объединения левого и правого полушарий в единую интегративную, целостно работающую систему, формирующуюся под влиянием как генетических, так и средовых факторов. Развитие мжеполушарного взаимодействия является основой развития интеллекта.

«Кинезиология – наука о **развитии** умственных и творческих способностей через определённые двигательные упражнения». Благодаря этим упражнениям создаются новые нейронные сети и происходит качественное улучшение эффективности взаимодействия полушарий мозга.

Учение требует от ребенка овладения навыками, а навыки любого вида связаны с освоением движения мышц. Мозг человека находится в непрерывной связи с остальными частями нашего тела. Но не всё мышление и учение сосредоточено лишь в голове, наше тело играет объединяющую роль во всех интеллектуальных процессах, начиная с раннего детства и до глубокой старости.

Дело в том, что в процессе обучения задействованы не только память и сознание, но в первую очередь наши мышцы. Движение пробуждает и активизирует многие умственные способности. В нашем сознании откладывается информация о том, что мы получили навык не только через речь и запоминанию, но и благодаря работе мышц.

На сегодняшний день существует научная система, занимающаяся вопросами обучения через движение – «кинезиология». Главная идея, которую пропагандируют кинезиологи – развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

«Пальчиковая гимнастика», является разделом кинезиологии и представляет собой систему быстрых, простых и занимательных физических движений, упражнений и приемов, которые направлены на улучшение мыслительной деятельности. Упражнения пальчиковой гимнастики дают возможность задействовать те участки мозга, которые раньше не участвовали в учении, и решить многие проблемы неуспешности в обучении. Развивая моторику, мы создаём предпосылки для коррекции многих психических процессов, необходимых для успешного обучения ребенка.

Согласно международной классификации игры, совмещающие движения пальцев, подразделяются на два типа. Первый – fingerplay – собственно пальчиковые игры, сидячие. Второй – action rhume – игры, в которые помимо деятельности тонкой моторики включены движения всего тела: прыжки, бег на месте, движения рук, ног, головы.

**Цель программы**: Развитие умственных способностей и физического здоровья ребенка младшего дошкольного возраста, через определённую систему двигательных упражнений.

* **Задачи программы:** Развивать межполушарное взаимодействие мозга.
* - Синхронизировать работу полушарий мозга.
* - Развивать мелкую и крупную моторику.
* - Развивать компоненты речи.
* - Развивать все психические процессы
* -координация целостного движения тела. Связь мозга и тела в принятии решений разного уровня.

Огромная польза и привлекательность пальчиковой гимнастики состоит в её простоте и практичности. Эти упражнения можно выполнять в любое время и в любом месте. Если делать эти упражнения с детьми всего 10-15 минут в день, можно значительно улучшить их возможности обучения, восприятия информации, памяти и стрессоустойчивочти.

**Условия проведения программы:**

* точное выполнение движений и приёмов;
* занятия должны проводиться в эмоционально комфортной, доброжелательной обстановке, если есть возможность – под спокойную музыку;
* занятия, проходящие в ситуации стресса, не имеют своего воздействия;
* все упражнения необходимо выполнять вместе с детьми, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность.

Использование комплекса пальчиковой гимнастики даёт как срочный, так и кумулятивный (накопительный) эффект в плане повышения умственной работоспособности и оптимизации психоэмоционального состояния.

**Формы работы кружка**:

* Растяжки – нормализуют гипертонус и гипотонус мышц опорно-двигательного аппарата.
* Дыхательные упражнения – улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность.
* Глазодвигательные упражнения – позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма.
* Телесные движения – развивают межполушарное взаимодействие, снимаются непроизвольные, непреднамеренные движения и мышечные зажимы.
* Упражнение для развития мелкой моторики – стимулируют речевые зоны головного мозга.
* Массаж – воздействует на биологически активные точки.
* Упражнения на релаксацию – способствуют расслаблению, снятию напряжения.

**При создании комплексов совмещены *два обучающих принципа****:*

* воздействие на сохранные звенья регуляции психофизиологических функций;
* воздействие на нарушенные звенья регуляции психофизиологических функций.

**Организация деятельности кружка:**  
Кружок организуют с детьми (2-3лет) группа младшего возраста «Веснушки»

Форма работы групповая или по подгруппам.  
Проводится кружок один раз в неделю в течение всего учебного года с сентября по май, 35 занятий в год (во второй половине дня, продолжительностью по 10-15 минут).  
  
**Необходимые материалы и инструменты:**

Различные игрушки и материалы: песок, шишки, крупы, мазайка, пластилин, бумага ,карандаши, пальчиковый театр, мячи для массажа,нейротренажоры.  
  
**Ожидаемые результаты:** Данный кружок позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей деятельности его мозга, развить мелкую и крупную моторику и психические процессы. Предполагается формирование у детей развитых форм доброжелательных и открытых отношений со сверстниками и воспитателем, способности к сотрудничеству, совместной деятельности, снижение тревожности и необоснованных беспокойств. Предполагается развитие интеллектуальных способностей ребенка, в том числе логического мышления.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (но оптимальна для данных условий) тем значительнее эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы.

Метод кинезиологии влияет не только на психическое и физическое здоровье, он позволяет активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию интеллектуальных способностей человека. В частности, применение данного метода позволяет улучшить у ребенка, внимание, речь, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, стрессоустойчивость.

Занятия включают в себя дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, кинезиологические игры и упражнения, пальчиковые игры, игры с прищепками, растяжки, телесные упражнения, игры с использованием нетрадиционного оборудования и т.д.

**Перспективное планирование занятий**

**Январь**

**Занятие 1 «Игрушки»**

1. Приветствие «Дружим мы»

2. Дыхательное упражнение «Надуй шарик»

3. Кинезиологическое упражнение «Змейка»

4. Пальчиковая игра «Игрушки» (с шариком)

5 . Растяжки «Тряпичная кукла и солдат»

6. Телесные упражнения «Паровозик»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 2 «Транспорт»**

1.Приветствие «Собрались все дети в круг»

2. Дыхательное упражнение «Свеча»

3.  Кинезиологическое упражнение «Флажок – рыбка – лодочка»

4. Пальчиковая игра «Мячик – ежик» (с шариком)

5. Телесные упражнения «Крюки»

6.Упражнение «Транспорт»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 3 «Мебель»**

1. Приветствие «Дружим мы»

2. Дыхательное упражнение «Часики»

3. Кинезиологическая гимнастика «Кулак-ребро-ладонь»

4. Пальчиковая гимнастика «По тропинке, по дорожке» (с шариком)

5. Глазодвигательная гимнастика «Глазки»

6. Телесные упражнения «Повороты шеи»

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Февраль**

**Занятие 1 «Домашние животные»**

1.Приветствие «Собрались все дети в круг»

2. Дыхательное упражнение «Пушок»

3. Кинезиологическое упражнение «Змейка»

4. Пальчиковая гимнастика «Пальчики» (с шариком)

5. Глазодвигательная гимнастика «Глаз - путешественник»

6. Упражнение «Умные шнурки» - составлять узор двумя верёвочками и двумя руками одновременно

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 2 «Дикие животные»**

1. Приветствие «Собрались все дети в круг»

2. Дыхательное упражнение «Сердитый ежик»

3. Кинезиологическое упражнение «Дом – ежик – замок»

4. Пальчиковая гимнастика«Катиться колючий ежик» (с шариком)

5. Телесные упражнения «Колено – локоть»

6. Игра с прищепками «Колючки для ёжика»

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Занятие 3 «День защитника Отечества»**

1. Приветствие «Дружим мы»

2. Дыхательное упражнение «Ныряльщик»

3. Кинезиологическое упражнение «Кулак, ребро, ладонь»

4. Массаж пальцев эластичным кольцом «Моя семья»

5. Глазодвигательная гимнастика «Глазки»

6. Телесные упражнения «Повороты шеи»

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Занятие 4 «Профессии»**

1.Приветствие «Давайте порадуемся»

2. Дыхательное упражнение «Дыхание»

3. Кинезиологическое упражнение «Кулак – ребро - ладонь»

4. Пальчиковая игра «1,2,3,4,5 Вышли пальчики гулять» (с шариком)

5. Упражнение «Перекрестные движения» - выполнять перекрестные скоординированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад)

6. Телесные упражнения «Крюки»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Март**

**Занятие 1 «Весна. Мамин праздник»**

1. Приветствие «Давай с тобой обнимемся»

2. Дыхательное упражнение «Вырасти большой»

3. Кинезиологическое упражнение «Кулак – ребро - ладонь»

4. Пальчиковая игра «Цепочка»

5. Глазодвигательная гимнастика «Глазки»

6. Упражнение «Собери бусы» - надевание колец на веревку

7. Игра (ритуал прощания)

**Занятие 2 «Сказки»**

1.Приветствие «Собрались все дети в круг»

2. Дыхательное упражнение «Свеча»

3.  Кинезиологическое упражнение «Хвалим-ругаем»

4. Пальчиковая игра «Мальчик-пальчик» (с массажными кольцами)

5. Упражнение «Ласковое солнышко»

6. Телесные упражнения «Повороты шеи»

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Занятие 3 «Перелетные птицы»**

1.Приветствие «Здравствуй, Небо!»»

2. Дыхательное упражнение «Ворона»

3. Кинезиологическое упражнение «Гусь-курица-петух»

4. Пальчиковая гимнастика «Чики-чи, чики-ви»

5. Телесные упражнения «Яйцо»

6. «Птички гуляют» - двумя пальцами руки ходить по столу сначала медленно, затем быстро. Усложнение – двумя руками одновременно.

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 4 «Весна-красна»**

1. Приветствие «Собрались все дети в круг»

2. Дыхательное упражнение «Дышим носом».

3. Кинезиологическая гимнастика «Колечко».

4. Пальчиковая игра «Пальчики» (с шариком Су - джок)

5. Глазодвигательная гимнастика «Глазки»

6. Растяжки «Дерево»

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Апрель**

**Занятие 1 «Будем здоровы»**

1. Приветствие «Давай с тобой обнимемся»

2. Дыхательное упражнение «Дышим носом»

3. Кинезиологическая гимнастика «Колечко».

4. Массаж пальцев эластичным кольцом «Моя семья»

5. Глазодвигательная гимнастика «Глазки»

6. Телесные упражнения «Повороты шеи»

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Занятие 2 «Космос»**

1.Приветствие «Вот и собрался наш круг»

2. Дыхательное упражнение «Дыхание»

3. Кинезиологическое упражнение «Дом-ежик-замок»

4. Пальчиковая игра «Домик» (с шариком)

5. Глазодвигательная гимнастика «Теремок»

6. Телесные упражнения «Робот»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 3 «Народная игрушка»**

1.Приветствие «Дружим мы»

2. Дыхательное упражнение «Дыхание»

3. Кинезиологическая гимнастика «Кулак-ребро-ладонь»

4. Пальчиковая гимнастика «Игрушки» (с шариком)

5. «Помоги зайчику найти дорожку домой» (выложить дорожку к домику зайчика из пуговиц).

6. Самомассаж пуговицами разного размера и формы.

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Занятие 4 «Помощники»**

1.Приветствие «Дружим мы»

2. Дыхательное упражнение «Дыхание»

3. Кинезиологическое упражнение «Флажок – рыбка – лодочка»

4. Пальчиковая игра «Гладь мои ладошки» (с шариком)

5. Упражнение «Помогаем маме» – развешать белье на веревку и закреплять его прищепками.

6. Упражнение «Помощники» (делать шаги пальчиками, на которые надеты цветные крышки, по поверхности стола одновременно двумя руками)

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 5 «Фрукты»**

1. Приветствие «Дружим мы»

2. Дыхательное упражнение «Дышим носом»

3. Кинезиологическое упражнение «Симметричные рисунки»

4. Пальчиковая игра «Я мячом круги катаю» (с шариком Су - джок)

5. Глазодвигательная гимнастика «Взгляд влево вверх»

6. Растяжки «Сорви яблоко»

7. Игра (ритуал прощания) «Тепло рук и сердец»

**Май**

**Занятие 1 «Родина»**

1.Приветствие «Давайте порадуемся»

2. Дыхательное упражнение «Губы трубкой»

3. Кинезиологическое упражнение «Ухо-нос».

4. Пальчиковая гимнастика «Пальчики» (с шариком Су - джок)

5. Глазодвигательная гимнастика «Горизонтальная восьмерка»

6. Телесные упражнения «Колено-локоть»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 2«День Победы»**

1.Приветствие «Здравствуй, Небо!»»

2. Дыхательное упражнение «Ныряльщик»

3. Кинезиологическое упражнение «Кулак-ребро-кулак»

4. Пальчиковая игра «Работники» (с кольцом)

5. Глазодвигательная гимнастика «Глаз-путешественник»

6. Растяжки «Тряпичная кукла и солдат»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 3 «Цветущая весна»**

1.Приветствие «Здравствуй, Небо!»

2. Дыхательное упражнение «Надуй шарик»

3. Кинезиологическое упражнение «Ухо - нос»

4. Пальчиковая игра «1,2,3,4,5 Вышли пальчики гулять» (с шариком)

5. Глазодвигательная гимнастика «Глаз-путешественник»

6. Растяжки «Дерево»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

**Занятие 4 «Насекомые»**

1.Приветствие «Вот и собрался наш круг»

2. Дыхательное упражнение «Жук»

3. Кинезиологическое упражнение «Змейка»

4. Пальчиковая игра «Черепаха» (с шариком)

5. Глазодвигательная гимнастика «Глаз-путешественник»

6. Телесное упражнение «Повороты шеи»

7. Игра (ритуал прощания) «Солнечные лучики»

Учебный план работы кружка

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Год обучения* | *Количество детей в группе* | *Время проведения занятий в кружке* | *Количество занятий* | | |
| *2023-2024год* | *15 человек* | *16.00-16-15* | *В неделю* | *В месяц* | *В год* |
| *1* | *4* | *35* |

**Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов**  
В течение всего периода обучения поэтапно проводится мониторинг уровня усвоения знаний и формирования навыков у детей на начальном и итоговом этапах (сентябрь, май). Для проведения мониторинга образовательного процесса используется тестирование по следующим показателям

**Дифференцированности движений рук и пальцев рук, координированности и синхронности движений рук, концентрация внимания на одном виде деятельности.**

– насколько точно выполняется действие;

– способность к переключению с одного движения на другое, трудности нахождения поз

– точность движений пальцев рук, дифференцированность пальцев рук, координация движений пальцев рук;

– способность синхронно выполнять движения обеими руками.

Оценка в баллах:

0 баллов: задание не принимает, действует неадекватно;

1 балл: испытывает трудности в нахождении поз, наличие персевераций;

2 балла: отмечается дифференцированность движений пальцев рук, достаточная координация при отсутствии синхронности движений обеих рук;

3 балла: способен синхронно и точно выполнять движения обеими руками.

**Развитие речи, звукоподражание, , ориентировка в пространстве**

- Знание народных потешки, скороговорки, текста небольших стихотворений и инсценировок

- Знать названия пальцев рук, ориентироваться в их местоположении;

- Ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и т.д.

Оценка в баллах:

0 баллов: не может рассказать не одной пальчиковой игры, не ориентируется в названиях пальцев рук и пространственном ориентировании;

1 балл: играет в пальчиковую игру с помощью взрослого, повторяет только движения, соответствующие тексту, испытывает трудности в ориентировании в пространстве;

2 балла: для проведения пальчиковой игры или инсценировки требуется незначительная помощь педагога, допускает ошибки в ориентации в пространстве

3 балла: ребенок может провести несколько пальчиковых игр самостоятельно, сопровождая слова движениями, редко ошибается в ориентировке пространства и названии пальцев рук.

|  |  |
| --- | --- |
| **Оценочный ключ для определения уровня развития мелкой моторики рук**  **детей 2-3 лет группы « Веснушки»** | |
| **Уровень** | **Количество баллов** |
| ВЫСОКИЙ(В) | 6- баллов |
| СРЕДНИЙ(С) | 4-5 баллов |
| НИЗКИЙ(Н) | до -3 баллов |

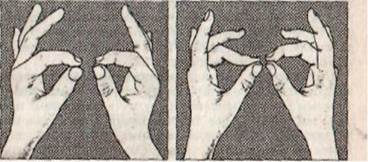
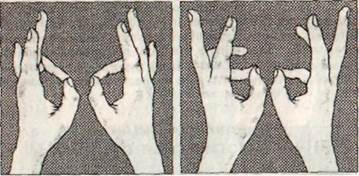
**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**ПОДРОБНОЕ ОПИСАНИЕ УПРАЖНЕНИЙ.**

**1. РАЗМИНКА.**

**Комплекс №1**

**1. Сороконожка.**Ладони лежат на столе. Затем, перебирая поочередно пальцами каждой руки, перемещаем ладони от начала парты к ее концу. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

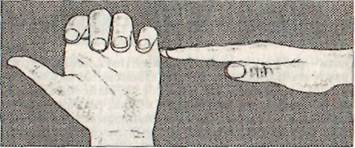
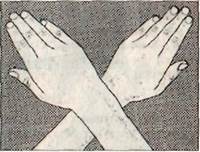
**2.Колечко**. Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем по­следовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

**3**. **Кулак—ребро—ладонь**. Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с педагогом, затем по памяти в течение 8—10 повторений моторной программы. Проба выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При усвоении программы или при затруднениях в выполнении педагог предлагает ребенку помогать себе командами («кулак—ребро—ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

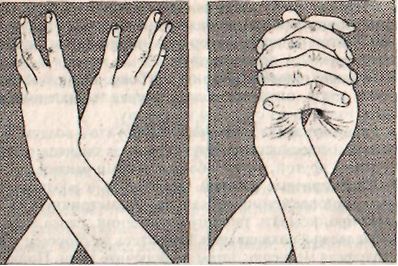
**Комплекс №2**

**4. Перекрестные шаги.**Выполняйте перекрестные координированные движения одновременно правой рукой и левой ногой (вперед, в сторону, назад). Затем сделайте то же левой рукой и правой ногой.

**5. Ухо-нос**. Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью донаоборот».

**6**. **Лезгинка.** Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук в течение 6—8 смен позиций. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

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



**2.**

**МАССАЖ РУК:**

* + Надавите четырьмя сильно сжатыми пальцами одной руки на основание большого пальца, затем на середину ладони.
  + Разотрите ладони (вверх-вниз).
  + Разотрите боковые поверхности сцепленными пальцами.
  + Разотрите ладони карандашом, зажатым между ними.
  + Положите между ладонями грецкий орех и делайте круговые движения.

**3. УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ОСНОВНОЙ ЧАСТИ ПРОГРАММЫ**

**1. Когнитивное упражнение “Японская машинка”.**

Цель: развитие произвольного внимания, его сосредоточенности и переключаемости; развитие мнестических процессов, умения ориентироваться в изменяющихся условиях в ситуации ограниченности времени. Установление взаимопонимания между членами группы.

Учащиеся сидят в полукруге и рассчитываются по-порядку, начиная с любого края. Ведущему всегда присваивается номер “0”. Он может принимать участие в игре, но чаще всего только начинает и задаёт темп игры, а также контролирует правильность действий остальных учащихся.

Ладонями по коленям всеми участниками отбивается определённый ритм для начала в медленном темпе, удобном для всех. Например:

1.                  удар обеими ладонями по коленям;

2.                  удар правой ладонью;

3.                  удар левой ладонью;

4.                  повтор всего цикла.

Одновременно с первым ударом ведущий называет свой номер – “0” и номер игрока по своему желанию, который и будет продолжать игру дальше (при этом учащиеся должны отслеживать движение ходов от одного участника к другому взглядом). Например: “0 - 5”, следующий говорит: “5 - 8” и т.д. Участник, допустивший ошибку, выбывает из игры, его уже не могут называть остальные, оставшиеся в игре. Но он продолжает сидеть на своём месте и отстукивать ритм. Сложность в том, что остальным играющим приходится запоминать кто ещё в игре, а кого уже нет. Если назван игрок, выбывший из игры, то это т считается ошибкой. Ошибкой также считается: сбой темпа или ритма хлопков, неправильное название своего номера или номера партнёра, приглашение к игре, без сопровождения взглядом.

Усложнение: убыстрение темпа, смена ритма по ходу игры, изменение направления расчета участников, расчёт только нечётными номерами, буквами, названиями животных и т.д. Ведущий вправе как усложнять, так и упрощать условия игры.

**2. Когнитивное упражнение “Небо синее”.**

Цель: развитие быстроты мыслительных операций анализа и синтеза, памяти, активизация словаря.

Ведущий бросает мяч игроку и говорит любое существите6льное. Тот, кто поймал мяч, должен назвать любое прилагательное, подходящее по смыслу. Затем он, в свою очередь тоже называет существительное и бросает мяч следующему игроку.

Вариант: вместо прилагательного можно называть другое существительное- ассоциацию, которое возникло при осознании услышанного ранее слова.

**3. Когнитивное упражнение “Буратино”.**

Цель: развитие концентрации внимания, двигательного контроля, элиминация импульсивности, развитие навыков удержания вербальной программы.

Учащиеся стоят в одну линию, лицом к педагогу. Педагог озвучивает алгоритм движений, который учащиеся как можно быстрее должны осознать, запомнить и воспроизвести.

Инструкция: правая рука вверх + прыжок на левой ноге;

левая рука вверх + прыжок на правой ноге;

правая рука вверх + прыжок на правой ноге;

левая рука вверх + прыжок на левой ноге.

Цикл движений повторять до тех пор, пока у всех не получиться одновременно, правильно и быстро.

**4. Релаксация “Волна”.**

Цель: добиться согласованных действий от всех участников группы, учить соотносить свои действия с действиями окружающих, подстраиваться под них. Доброжелательно реагировать на промахи своих товарищей, получить положительные эмоции.

Под сопровождение спокойной музыки учащиеся, стоя в кругу, и, взявшись за руки, поочерёдно поднимают руки вверх т.о., чтобы движение рук было плавным, без заминок, разрывов и скачков, как – бегущая волна. “Волна” движется сначала вправо, затем влево.

**5. Строители.**

Задумали белочки и зайчики строить себе домики. Вот из этих бревен надо строить (по 15 спичек или счетных палочек). Надо бревна перенести на место, чтобы они не скользили по земле.

*Выполняя условия этой игры нужно переносить: -*

а) пользуясь любыми пальцами обеих рук;

б) пользуясь большими пальцами левой руки;

в) только двумя пальцами – большим и мизинцем;

г) только указательным и средним пальцами;

д) только средним и безымянным пальцами;

е) только безымянным и мизинцем;

ж) двумя мизинцами обеих рук выложить две прямые из 4-ех палочек (спичек) – забор;

з) безымянным и мизинцем построить треугольник (крыши домов);

и) средним и мизинцем построить четырехугольник (стены);

к) указательным и безымянным построить колодец.

Это упражнение можно давать на дом. Пусть вся семья играет.

***Второй вариант игры со спичками.***

Перед каждым участником игры на стол положены одна за другой 5 спичек. Играющий должен поднять пальцами двух рук: одну спичку двумя большими пальцами, другую – указательными, 3-ю, 4-ю, 5-ю – средними, безымянными и мизинцами, ни одной спички не выпуская из рук. Поднимать последовательно.

**6. Игра Строим дом, Заколачиваем гвозди.**

Руки сжаты в кулаки, большие пальцы подняты вверх – это молоток. В течение всего стиха (или песенки) молоток заколачивает гвозди – строим дом (движение сверху большим пальцем – сначала прямым, затем согнутым. Согнутым труднее.)

Целый день тук да тук

Раздается звонкий стук.

Молоточки стучат-

Строим домик для зайчат.

Молоточки стучат

Строим домик для бельчат.

Этот дом для белочек.

(Готовые дома-руки,

сжатые в кулаки для девочек-белочек)

Этот дом для зайчиков.

Этот дом для мальчиков - зайчиков.

Вот какой хороший дом.

Как мы славно заживем.

Будем песни распевать

Веселиться и плясать.

(Далее хвалю домики, построенные детьми):

Этот дом для Светы

Он большой и светлый.

Здесь живет Алеша-

Мальчик он хороший.

В этом доме Маша-

Солнышко ты наше.

Этот дом для Марата,

Будет дом богатым.

Этот дом для Лады-

Там в жару прохлада.

Этот дом для Насти-

Будет в доме счастье.

Здесь живет Наташа-

Умница ты наша.

Домик для Артема

Солнечный, не темный.

В этом доме Коля-

Он отличник в школе.

Этот дом для Юли-

Вежливой чистюли.

Этот дом для Кати-

У Кати много платьев.

Этот – для Сережи,

Сережа – наш надежа.

Домик для Андрюши –

Много в нем игрушек.

Этот дом для Саши –

Саша – гордость наша.

Домик для Максима –

Очень он красивый /а Максим – он сильный/.

Интересна реакция детей на эти стихи, стихи про каждого! И при повторных проведениях этой игры очень стараются работать молотком, предвкушая счастливый конец, ласковый строки за хорошую работу. И долго не проходит улыбчивое настроение, лица становятся добрыми, размягченными.

**1 блок: Кинезиологические упражнения**

(упражнения основаны на переходе из одной позиции в другую)

**«Кулачки – ладошки»**

Ладони лежат на столе, тыльной стороной вверх, ритмично сжимаем ладони в кулаки, разжимаем (ладони), сжимаем, разжимаем. Усложнение:

- одна рука-кулак, вторая- ладонь, одновременно меняем- первая –ладонь, вторая кулак, ритмично одновременно меняем положение, доводя до автоматизма;

- ладонь, ладонь, кулак, кулак. Ладони превращаем в кулаки не одновременно, а поочередно, ритмично, доводя до автоматизма. Вначале образец взрослого необходим, затем постепенно пытаемся предложить ребенку продолжить выполнение упражнения самостоятельно.

**«Кулачки – ладошки в воздухе»**

Упражнение по типу предыдущего, но обе руки расположены вертикально и движения происходят- удерживая руки на весу.

**«Кулак – кольцо»**

****

Одновременно двумя руками руки совершают следующие действия: кулак-кольцо (большой и указательный пальцы), кулак-кольцо (большой и средний пальцы), кулак- кольцо (большой и безымянный пальцы), кулак- кольцо (большой палец и мизинец), затем в обратном направлении.

**«Кастрюлька – крышечка» **

Одна рука в кулаке вертикально («кастрюлька»), другая - «крышечка» - ложится на кастрюльку, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот». Действия четкие, ритмичные, доводим до автоматизма.

**«**

**«Лайк – кольцо»**

****

Одна рука – в кулаке, большой палец вверх (лайк), вторая рука- кольцо из большого и указательного пальца, хлопок, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».

**«Зайчик – кольцо»**

На одной руке пальцы в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы и развести их в стороны. На второй руке кольцо из большого и указательного пальца. Хлопок, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».

**«Лесенка»**

****

Для этого упражнения нужны большой и указательный пальцы на обеих руках. Соединяем большой палец с указательным (кончиками), затем вторые пары соединяем, а первые разъединяем, получается, как будто пальцы шагают по ступенькам. 11

**«Два пальца»**

На одной руке показываем мизинец, на другой указательный палец, хлопок, меняем положение рук, теперь на одной руке указательный палец, на другой мизинец.

**«Яблочко и червячок»**

Рука в кулаке (яблоко), большой палец вверх – это червячок, червячок то спрятался в яблоко (убираем палец в кулак), то показался (достаем). Вначале ребенок делает одновременно на обеих руках- червячки спрятались, показались. Затем поочередно- на одной руке спрятался, на другой показался. Усложняем через добавление хлопка.

**«Блинчики»**

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

**«Домик»**

****

Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на пальцы левой руки и наоборот. Отрабатывать эти же действия на каждой паре пальцев отдельно.

**«Лезгинка»**



Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак **разверните пальцами к себе.** Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. 12

**«Дом – ёжик – замок»**



Дом – пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить, ёжик – поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой руки, замок – ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.

**«Гусь-курица-петух»**



Гусь – ладонь согнуть под прямым углом, пальцы вытянуть и прижать друг к другу, указательный палец согнут и опирается на большой; курочка – ладонь немного согнуть, указательный палец упирается в большой, остальные пальцы накалываются друг на друга в полусогнутом положении; петух – ладонь поднять вверх, указательный палец опирается на большой, остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх – это «гребешок».

«**Ленивые восьмерки»**

Начертить в воздухе знак бесконечности сначала левой рукой, затем правой рукой (ладони в кулак, из кулака вверх большой палец), затем двумя руками одновременно (глаза следят за большими пальцами рук). 13



**«Цепочка»**



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

**2 блок: Цепочки движений**

При выполнении упражнений у ребенка имеется зрительная опора, которая помогает контролировать порядок выполнения движений. Ребенок выполняет друг за другом все упражнения по порядку (ладонь- хлопнуть в ладоши, кулак- стукнуть двумя кулаками по столу, нога- топнуть двумя ногами).

**3 блок: Упражнения с кубиками**

 Взрослый и ребенок сидят за столом, напротив друг друга. У

каждого два кубика, по одному в руке. Взрослый совершает

одновременные движения руками, поворачивая кубики в разных

направлениях, ребенок подключается и делает в одном ритме со

взрослым.

 Способы действий с кубиками:

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками *в направлении от себя*,

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками *в направлении к себе*,

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками *в левую сторону*,

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками *в правую сторону*,

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками *в направлении внутрь*,

- одновременное поворачивание кубиков на следующую грань обеими руками *в направлении наружу*.

 Далее происходит усложнение: теперь кубик нужно поворачивать не на следующую грань, а через одну.

**Блок 4: Упражнения с мячиками**

 У каждого по одному мячику (массажный)

 Способы действий с мячиками:

- мяч в противоположной руке – перекладывать из руки в руку у себя,

- мяч в противоположной руке – перекладывать другому,

- мяч в противоположной руке – себе – другому,

мяч не в противоположной руке – другому по диагонали,

- мяч не в противоположной руке – себе – по диагонали другому,

- 2 тебе, 2 мне,

- диагонали – 2 у одного человека – он передает крест-накрест другому,

- 2 мяча у одного – он передает – по прямой, другой по прямой, он - диагональ, другой – диагональ,

- 2 у одного - передает крест-накрест – правая рука сверху, левая рука сверху.

**Блок 5: Рисование двумя руками**

Способы рисования:

- рисование палочек, движения рук от центра к краям,

- рисование палочек, движения рук от краев к центру,

- рисование волнистых линий, движения рук от центра к краям,

- рисование волнистых линий, движения рук от краев к центру,

- рисование фигур (круги, квадраты, треугольники), движения рук от центра к краям,

- рисование фигур (круги, квадраты, треугольники), движения рук краев к центру.

|  |  |
| --- | --- |
| **Блок 6: Упражнения для развития крупной моторики «Ухо – нос»** | Правая рука касается кончика носа, левая – мочки правого уха. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, затем поменять положение рук. |
| **«Ножницы»** | Перекрестные движения руками перед собой, меняя правую и левую руки. |
| **«Колено – локоть»** | Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз. |
| **«Перекрестная ходьба»** | Медленная перекрестная ходьба, при выполнении которой дети попеременно касаются правым локтем левого колена и левым локтем – правого с обязательной фиксацией положения «локоть – колено». Как варианты: пальцы обеих рук смыкаются |

**Блок 7: Упражнения с карандашами**

На стол выкладывается 5–10 карандашей. Собираем карандаши в кулак:

а) правой рукой;

б) левой рукой;

в) обеими одновременно.

Затем по одному выкладываем карандаши на стол:

а) правой рукой;

б) левой рукой;

в) обеими руками одновременно.

Как показывает практика, на отработку каждого упражнения нужно не более двух-трёх дней. Это сначала кажется, что это невозможно, но потом координируются и развиваются межполушарные связи, и вы уже начинаете удивлять других выполнением данных упражнений. Делайте упражнения вместе с детьми. Это весело и полезно.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Сиротюк А. Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 80 с.
2. Бачина О.В. Коробова Н.Ф. Пальчиковая гимнастика с предметами: практическое пособие для педагогов и родителей. - АРКТИ, 2006.-72с.
3. Пальчиковая гимнастика и развитие речи ребенка: методические рекомендации под рук. К.м.н. Самойловой С.В. – Саратов, 2001.- 134с.
4. Афонькин С. Ю., Рузина М. С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997.

5.Безруких М. В. Леворукий ребенок в школе и дома. - Екатеринбург, 1998.

6.Белая А. Е., Мирясова В. И. Пальчиковые игры. - М., 1999.

7.Любимова В. «Кинезиология, или природная мудрость тела», «Невский проспект». - Санкт - Петербург, 2005.

8.Межполушароне взаимодействие: хрестоматия под ред. Семенович А. В., Ковязиной М. С. – М.: Генезис, 2018.

9. Таштандинова Ю. П. Кинезиологические методы в коррекции обучения и оздоровлении дошкольников и младших школьников // Молодой ученый. — 2016. — №24. — С. 523-526. — URL https://moluch.ru/archive/128/35542/

10.Шанина Т. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие. - М., 1999. 20

Конец формы