

1. Пояснительная записка

Парциальная программа «Юный конструктор» художественной направленности для детей старшего дошкольного возраста (далее по тексту – Программа) разработана на основе:

- Федерального закона от 29. 12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. №1155);
- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года №26 «Об утверждении СанПиН» 2.4.3049-13);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Устава МК ДОУ № 3;
- Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата МКДОУ «ДС №3»
- Методики «Развитие конструктивной деятельности у дошкольников» С. В. Коноваленко.

Программа отражает в себе образовательную область «Художественно - эстетическое развитие», раздел «Конструирование» и охватывает образовательные области «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», путем интеграции всех образовательных областей на занятии.

Действия ребенка с реальными предметами окружающего мира начинаются еще в младенческом возрасте, но в течение детства они существенным образом меняются, усложняются, становятся всё более осмысленными и целенаправленными. С возрастом ребенок переходит от примитивных действий с предметами к более сложным продуктивным видам деятельности (лепке, рисованию, аппликации, конструированию). Все продуктивные виды деятельности не только выражают определенные результаты психического развития ребенка, но и обеспечивают его развитие, способствуют совершенствованию и перестройке психических свойств и способностей (по В.С. Мухиной).

Педагогическая ценность конструктивной деятельности детей дошкольного возраста заключается не только в том, что она развивает способности ребенка, но и его творческие умения.

Значение этой деятельности отмечали в своих трудах видные отечественные физиологи И.П. Павлов и И.М. Сеченов о роли двигательного анализатора. Как известно, представления о пространстве, форме, величине, дети могут получить на основе зрительных и кинестетических ощущений, которые играют большую роль в умственном развитии. Отмечая познавательную значимость деятельности руки, И.П. Павлов считал ее тонким анализатором, «позволяющим вступать в очень сложные отношения с окружающими предметами».

Кроме того, в процессе конструирования осуществляется физическое совершенствование ребенка. Постоянные упражнения в самых разнообразных движениях, сопровождающиеся эмоциональным подъемом, способствуют тому, что эти движения становятся быстрыми, ловкими, легко подчиняющиеся контролю глаза. В свою очередь, улучшается согласованная работа и в системе «глаз - рука» и отдельных мышц.

Конструирование так же оказывает влияние на развитие личности и волевой сферы ребенка. Так, на его эффективность влияет характер мотива: для чего нужна постройка. Успешность зависит от умения удерживать цель деятельности и самостоятельно ставить её, от способности контролировать ход выполнения работы, сличать полученный результат с образцом.

Опыт, получаемый ребенок в ходе конструирования, незаменим в плане формирования умений и навыков исследовательского поведения.

Конструктивная деятельность является эффективным средством эстетического восприятия. При ознакомлении детей с постройками, сооружениями, конструкциями, у них развивается художественный вкус, который вызывает эстетическое наслаждение при рассматривании красивых «образцов»; формируется умение ценить созданное творческим трудом людей; развивается понимание целесообразности тех или иных конструкций.

Целенаправленное и систематическое обучение детей дошкольного возраста конструированию играет огромную роль и при подготовке к школе. Оно способствует формированию умения учиться, раскрывает им, что основной смысл деятельности не только в получении результата, но и в приобретении знаний и умений. Такой познавательный мотив вызывает существенные изменения в психических процессах. Эти изменения состоят в основном в способности произвольно управлять своими познавательными процессами (направлять их на решение учебных задач), в достижении определенного уровня развития мыслительных операций, способности систематически выполнять умственную работу, необходимую для сознательного усвоения знаний.

Таким образом, конструктивная деятельность оказывает важное значение в процессе всестороннего, гармоничного развития личности ребенка дошкольного возраста.

Содержательный аспект программы «Юный конструктор» составлен на основе методики «Развитие конструктивной деятельности у дошкольников» С. В. Коноваленко.

Коррекционно - развивающие занятия по развитию конструктивной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста построены на базе основополагающих методологических принципов, изложенных в трудах Л. С. Выготского, В.И. Лубовского, У.В. Ульянковой, Е.М. Мастюковой и др.:

- **единство диагностики и коррекции развития**, то есть коррекционная работа, строится по результатам углубленной диагностики. В то же время сам процесс формирования конструктивной деятельности дает расширенный материал для диагностики;
- **взаимосвязь коррекции и компенсации**, то есть коррекция нарушения конструктивной деятельности является процессом, обуславливающим компенсацию нарушений развития, способствующим социальной адаптации ребенка в окружающем мире;
- **учет возрастных психологических и индивидуальных особенностей развития** осуществляется при подборе упражнений;
- **комплексность подхода к коррекции нарушений**, то есть выбор комплекса методов осуществляется в зависимости от целей, задач, возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- **дифференцированный подход** в данном случае реализация этого принципа предполагает учет индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка;

- **лично - ориентированный и деятельностный подход**, основанный на признании развития личности в деятельности, а также деятельности в качестве движущей силы развития ребенка;

- **оптимистический подход;**

- **оптимальные организованно-педагогические условия**, способствующие эффективности коррекционной работы:

- количество занятий в неделю - 1;

- продолжительность занятий – 30 мин;

- используемый материал для конструирования - «строительный» материал, как стандартный (палочки Кюизенера, геометрические фигуры, блоки Дьенеша, счетные палочки, конструктор «Лего» и др.), так и нестандартный (цветные крышки от бутылок, нитки, пуговицы, шнурки, вата и др.);

- четкое структурирование занятия с учетом индивидуальных особенностей и психологических возможностей детей:

вступительная часть - сплочение группы, организация совместной деятельности, выполнение дыхательных упражнений, снижение мышечного напряжения, нормализация тонуса мышц кистей рук;

коррекционная часть - непосредственная конструктивная деятельность детей, формирование необходимых конструктивных навыков и умений с четкими коррекционными задачами: развитие произвольности, совершенствование психических процессов и связной речи, развитие творческих способностей и воображения, способности к планированию деятельности;

заключительная часть - оценка ребенком (детьми) результатов собственной деятельности, подведение итогов, снятие мышечного напряжения, релакс - пауза.

2. Цели и задачи программы

Цель программы: развитие конструктивных умений и навыков.

Задачи:

1. Формировать устойчивый интерес к конструктивной деятельности через желание исследовать, экспериментировать, изобретать, творить.

2. Освоить использование разнообразного «строительного» материала (стандартного и нестандартного), создавая из него конструкции с точки зрения практического назначения объектов.

3. Совершенствовать познавательные процессы.

4. Развивать сенсорные, моторные, зрительно – моторные навыки.

5. Способствовать осознанному приобщению детей к сохранению и укреплению собственного здоровья.

3. Учебно – тематический план

Учебный план

Месяц	09	10	11	12	01	02	03	04	05	Итого
Количество занятий	4	5	4	4	3	4	4	5	4	37
Парциальная программа Юный конструктор художественной направленности										

Тематический план

№ п/п	Наименование темы	Количество занятий		
		Всего	Теор.	Практ.
1	Забавные узоры	2		2
2	Цветные башни	2		2
3	Зоопарк	3		3
4	Терем - теремок	2		2
5	Строим дом	2		2
6	Веселый калейдоскоп	2		2
7	Лесенка - чудесенка	2		2
8	Волшебные ступеньки	2		2
9	Гномики	1		1
10	Домики для гномиков	2		2
11	Замок	2		2
12	Снежная крепость	2		2
13	Чудо - палочки	2		2
14	Хитрые шнурочки	2		2
15	Ниточки - улиточки	2		2
16	Строим заборчики	3		3
17	Небоскребы	2		2
18	Крепость	2		2
	Итого	37		37

4. Содержание программы

Календарно-тематический план

месяц	тема занятия	кол-во	материал	содержание
сентябрь	Забавные узоры	2	кубики Никитина	конспект №1 (по образцу) конспект №2 (по модели)
сентябрь	Цветные башни	2	палочки Кюизенера цветные крышки от бутылок	конспект №3 (использование стандартного материала) конспект №4 (использование нестандартного материала)
октябрь	Зоопарк	3	геометрические фигуры	конспект №5 (по словесным инструкциям) конспект №6 (по схеме) конспект №7 (по замыслу)
октябрь	Терем - теремок	2	цветные кубики	конспект №8 (по образцу) конспект №9 (по чертежу)
ноябрь	Строим дом	2	блоки Дьенеша цветные губки	конспект №10 (использование стандартного материала) конспект №11 (использование нестандартного материала)
ноябрь	Веселый калейдо - скоп	2	геометрические фигуры цветные пуговицы	конспект №12 (использование стандартного материала) конспект №13 (использование нестандартного материала)
декабрь	Лесенка – чудесенка	2	счетные палочки цветные нитки	конспект №14 (использование стандартного материала) конспект №15 (использование нестандартного материала)
декабрь	Волшебные ступеньки	2	палочки Кюизенера цветные шнурки	конспект №16 (использование стандартного материала) конспект №17 (использование нестандартного материала)

январь	Гномики	1	цветные нитки	конспект №18 (по словесным инструкциям)
январь	Домики для гномиков	2	цветные кубики	конспект №19 (по образцу) конспект №20 (по словесным инструкциям)
февраль	Замок	2	геометрические фигуры	конспект №21 (по образцу) конспект №22 (по словесным инструкциям)
февраль	Снежная крепость	2	геометрические фигуры вата	конспект №23 (использование стандартного материала) конспект №24 (использование нестандартного материала)
март	Чудо - палочки	2	счетные палочки	конспект №25 (по образцу) конспект №26 (по условиям)
март	Хитрые шнурочки	2	цветные шнурки	конспект №27 (по образцу) конспект №28 (по условиям)
апрель	Ниточки - улиточки	2	цветные нитки	конспект №29 (по схеме) конспект №30 (по теме)
апрель	Строим заборчики	3	счетные палочки, пуговицы	конспект №31 (по образцу) конспект №32 (по словесным инструкциям) конспект №33 (по замыслу)
май	Небоскребы	2	блоки Дьенеша цветные губки	конспект №34 (использование стандартного материала) конспект №35 (использование нестандартного материала)
май	Крепость	2	конструктор «Лего» морские камушки	конспект №36 (использование стандартного материала) конспект №37 (использование нестандартного материала)

Структура занятия:

1. Дыхательная гимнастика (1 мин.).
2. Нормализация тонуса кистей рук и развитие тонкой моторики (2 мин.).
3. Выполнение конструктивного задания (10 мин.).
4. Графическое задание для улучшения состояния тонкой моторики и совершенствования координации движений (10 мин.).
5. Коллегиальная оценка результатов собственной деятельности (3 мин.).
6. Профилактика нарушения зрения (1 мин.).
7. Профилактика нарушения ОДА (2 мин.).
8. Дыхательно – релаксационное упражнение (1 мин.)

5. Планируемые результаты освоения программы

Результатами эффективности реализации программы являются следующие показатели:

- освоение использования разнообразного «строительного» материала (стандартного и не стандартного) с точки зрения практического назначения объектов;

- улучшение показателей развития конструктивных умений и навыков оптимально возрастным нормам;

- совершенствование познавательных процессов;

- развитие сенсорных, моторных, зрительно – моторных навыков;

- приобщение к сохранению и укреплению собственного здоровья.

6. Формы, методы, приемы и педагогические технологии, используемые в программе

Программа «Юный конструктор» реализуется на основе методики С.В. Коноваленко «Развитие конструктивной деятельности у дошкольников», адаптированной к возрасту детей.

Данная программа рассчитана на один учебный год для детей старшего дошкольного возраста (6 – 7 лет) и ориентирована на групповую форму организации. Занятия проводятся один раз в неделю, продолжительностью 30 минут с учетом предусмотренного учебного плана, во второй половине дня. Занятия разбиты по темам. Каждая тема может быть реализована на одном специально организованном занятии. В процессе занятий происходит постепенное овладение способами изготовления множества конструкций и поделок из различного «строительного» (стандартного, нестандартного) материала.

На занятиях задания построены с учетом постоянной смены деятельности, включающей в себя общеукрепляющие и общеразвивающие упражнения, которые исключают переутомление и способствуют здоровьесбережению детей.

При разработке системы занятий по конструированию решаются не только задачи образовательной области «Художественно – эстетическое развитие», раздела «Конструирования», а также образовательных областей «Физическое развитие», «Социально-коммуникативное развитие», «Речевое развитие», «Познавательное развитие», путем интеграции всех образовательных областей на занятии.

Кроме этого, в занятия включены задачи на развитие познавательных процессов, мелкой моторики, оптико-пространственной ориентации, зрительно-моторной координации, обогащению кругозора, помощь в освоении социальной роли, формирование познавательной мотивации, развитие личностных компонентов познавательной деятельности (познавательная активность, самостоятельность, произвольность).

7. Материально – техническое обеспечение программы

Основной материал необходимый для занятий конструированием:

Стандартный - кубики Никитина «Сложи узор», цветные счетные палочки Кюизенера, цветные кубики деревянные *или* пластмассовые, геометрические фигуры (плоскостные), блоки Дьенеша, счетные палочки, конструктор ЛЕГО.

Нестандартный – цветные крышки от бутылок, цветные губки, цветные пуговицы, цветные нитки (шерстяные *или* хлопковые), цветные шнурки, вата, морские камушки.

Дополнительный материал необходимый для занятий конструированием:

Жесткие массажные щетки (*или* зубные щетки), мячики с шипами (резиновые *или* пластмассовые), металлические колечки «су – джок», волчки (деревянные *или* пластмассовые), пластмассовые стаканчики (одноразовые), трубочки для коктейля (одноразовые), цветные прищепки, «сухой» бассейн, шишки еловые, грецкие орехи, фасоль, горох, мелкие игрушки «киндер – сюрприз», схемы – модели различных узоров, схемы – модели изображения эмоций, схемы - модели животных из геометрических фигур (медведя, волка, лисы, зайца), схемы – модели домиков из геометрических фигур, чертежи «Снежная крепость», листы бумаги формата А4 с вертикальными, горизонтальными, наклонными, кривыми и ломанными (разомкнутыми и замкнутыми) линиями, листы бумаги в крупную клетку, цветные карандаши, ножницы, фланелевые «рамки».

8. Перечень информационно - методических материалов

1. Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата МКДОУ «ДСКВ №3» [Электронный ресурс]: портал - Электрон. дан. - Режим доступа: http://solnyshko-3.ucoz.ru/_ld/1/172_E33.pdf/, свободный. - Загл. с экрана.
2. Беззубцева Г.В., Андриевская Т.Н. Развиваем руку ребенка, готовим ее к рисованию и письму: Конспекты занятий с играми и упражнениями по развитию мелкой моторики и графических навыков у детей 5 – 7 лет. – М.: Издательство «ГНОМ и Д», 2004. – 120 с.
3. Грабенко Т.М., Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. – СПб.: «Издательство «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2002. - 64 с.
4. Коноваленко С.В. Развитие конструктивной деятельности у дошкольников. – СПб: ООО «Издательство «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2012. - 112 с.
5. Куцакова Л.В. Конструирование и художественный труд в детском саду: Программа и конспекты занятий. – М.: Сфера, 2005. - 240 с.
6. Лусс Т.В. Формирование навыков конструктивно – игровой деятельности у детей с помощью ЛЕГО: Пособие для педагогов – дефектологов. – М.: ВЛАДОС, 2003. - 104 с.
7. Парамонова Л.А. Детское творческое конструирование. – М.: Карапуз, 1999. - 240 с.
8. Шевченко С.Г. Коррекционно-развивающие обучение: Организационно -педагогические аспекты. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 136 с.

Приложения

Приложение 1. Конспекты занятий

Конспект «Забавные узоры» (1)

Задачи:

Образовательные: расширение и уточнение глагольного словаря.

Коррекционно-развивающие: развитие зрительного внимания и памяти; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: поролоновый или ватный шарик, кубики Никитина «Сложи узор», жесткая массажная щетка, мягкий резиновый или ластиковый мячик с шипами, деревянный или пластиковый волчок.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Футбол» - перекатывание при помощи направленной воздушной струи легкого поролонового или ватного шарика по поверхности стола. Выполняется сидя за столом в течение 1-2 минут. Желателен соревновательный компонент (побеждает тот, кто смог загнать мяч в ворота).

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Массаж кистей и пальцев рук жесткой щеткой. Катание ладонями рук по поверхности стола мячиков с шипами. Сжимание и разжимание

резиновых или пластиковых мячиков с шипами.

2. Игра «Кто что делает?». Педагог имитирует руками движения: «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.п. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

3. Игра с волчком для развития тонкой моторики. Деревянный и пластмассовый волчок раскручивается поочередно большим и указательным пальцами, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем. Упражнение выполняется сначала пальцами ведущей, затем другой руки.

Выкладывание узора по образцу.

При ребенке выкладывается узор из четырех цветных кубиков, затем ему предлагается выложить такой же узор по образцу. По окончании работы необходимо прокомментировать, сравнить с образцом.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Рисуем глазами треугольники».

Инструкция: «Зафиксируйте подбородок руками. Голова неподвижна «Нарисуйте» глазами по три треугольника по часовой стрелке и по три - против».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Окно».

Исходное положение: стоя. Ноги на ширине плеч, стопы параллельны.

Инструкция: «Отведите правую ногу, не отрывая подошву от пола. Верните ногу в исходное положение. Отведите аналогично левую ногу. Снова вернитесь в исходное положение». Выполняется 3-5 раз на каждую ногу.

Дыхательное упражнение «Свеча».

Выполняется сидя на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, рыки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте свечу»), наклонившись вперед, резко опустите

руки перед собой, ладонями коснитесь пола.

Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот, «задувая очень большую свечу». Выполняется 1 – 2 раза.

Конспект «Забавные узоры» (2)

Задачи:

Образовательные: расширение и уточнение глагольного словаря.

Коррекционно-развивающие: развитие зрительного внимания и памяти; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: поролоновый или ватный шарик, кубики Никитина «Сложи узор», жесткая массажная щетка, мягкий резиновый или пластиковый мячик с шипами, деревянный или пластиковый волчок, схемы-модели различных узоров на каждого ребенка.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Футбол» - перекатывание при помощи направленной воздушной струи легкого поролонового или ватного шарика по поверхности стола. Выполняется сидя за столом в течение 1-2 минут. Желателен соревновательный компонент (побеждает тот, кто смог загнать мяч в ворота).

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Массаж кистей и пальцев рук жесткой щеткой. Катание ладонями рук по поверхности стола мячиков с шипами. Сжимание и разжимание резиновых или пластиковых мячиков с шипами.

2. Игра «Кто что делает?». Педагог имитирует руками движения: «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.п. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

3. Игра с волчком для развития тонкой моторики. Деревянный и пластмассовый волчок раскручивается поочередно - большим и указательным пальцами, большим и средним, большим и безымянным, большим и мизинцем. Упражнение выполняется сначала пальцами ведущей, затем другой руки.

Выкладывание узора по схеме - модели.

По окончании работы необходимо прокомментировать полученный результат, сравнить со схемой - моделью.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Рисуем глазами треугольники».

Инструкция: «Зафиксируйте подбородок руками. Голова неподвижна «Нарисуйте» глазами по три треугольника по часовой стрелке и по три - против».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Окно».

Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, стопы параллельны.

Инструкция: «Отведите правую ногу, не отрывая подошву от пола, верните ногу в исходное положение. Отведите аналогично левую ногу. Снова вернитесь в исходное положение». Выполняется 3-5 раз на каждую ногу.

Дыхательное упражнение «Свеча».

Выполняется сидя на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх

всем телом (ладони сомкнуты, рыки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте свечу»), наклонившись вперед, резко опустите руки перед собой, ладонями коснитесь пола. Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот, «задувая очень большую свечу». Выполняется 1 – 2 раза.

Конспект «Цветные башни» (3)

Задачи:

Образовательные: уточнение пространственного значения предлогов.

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности; формирование способности к коллегиальному анализу.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: одноразовые трубочки для выдувания мыльных пузырей, емкость для мыльного раствора, «пальчиковый» бассейн, наполненный крупой, фасолью или горохом, поролоновый мячик диаметром 3-4 см, палочки Кюизенера.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Выдувание мыльных пузырей». Выполняется в течение 1-2 мин. Возможно соревнование, у кого больше пузырей на одном выдохе, чьи пузыри крупнее, дольше летают и т.д.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. «Пальчиковый» бассейн. Кисти рук помещаются в бассейн, содержимое бассейна перемешивается пальцами рук поочередно по часовой и против часовой стрелки, по команде специалиста дети захватывают зерна или горошины подушечками указанных пальцев (например, большим и указательным и т.д.). Затем содержимое бассейна снова медленно перемешивается пальцами рук поочередно по часовой – против часовой стрелки.

2. Игра с поролоновым мячиком (диаметр 3-4 см.). Выполняется сначала кистью одной, затем другой руки. Ладонь при этом плотно прижата к столу. Приподнимаются поочередно пальцы от мизинца к большому и надавливают на поролоновый мячик, плотно прижимая его к столу и удерживая прижатым к поверхности стола 5-10 с.

Строительство башни по словесной инструкции из цветных палочек Кюизенера (10 шт.): выкладывается башня в определенном порядке (цвет, величина).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Цветок».

Инструкция: «Зафиксируйте подбородок руками. Глазами «нарисуйте» цветок с четырьмя большими лепестками сначала по часовой стрелке, затем против». Можно предложить «обвести» глазами лепестки цветка, нарисованного на доске или большом листе бумаги.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Барабанчики».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Двигайте ступнями вверх и вниз, касаясь пола только пальцами ног, как бы «барабаны». Колени постепенно выпрямляются». Выполняется в течение 10-15 с.

Дыхательное упражнение.

Выполняется сидя за столом или лежа на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, задержите дыхание, а затем, сделав медленный направленный выдох через рот, попытайтесь разрушить собственную постройку. Снова сделайте глубокий вдох через нос, задержите дыхание, а затем, сделав сильный резкий направленный выдох через рот, «сдуйте» остатки постройки». Выполняется 1 – 2 раза.

Конспект «Цветные башни» (4)

Задачи:

Образовательные: уточнение пространственного значения предлогов.

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса: совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности; формирование способности к коллегиальному анализу.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: одноразовые трубочки для выдувания мыльных пузырей, емкость для мыльного раствора, «пальчиковый» бассейн, наполненный крупой, фасолью или горохом, поролоновый мячик диаметром 3-4 см, цветные пробки от бутылок.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Выдувание мыльных пузырей».

Выполняется в течение 1-2 мин. Возможно соревнование, у кого больше пузырей на одном выдохе, чьи пузыри крупнее, дольше летают и т.д.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. «Пальчиковый» бассейн. Кисти рук помещаются в бассейн, содержимое бассейна перемешивается пальцами рук поочередно по часовой и против часовой стрелки, по команде специалиста дети захватывают зерна или горошины подушечками указанных пальцев (например, большим и указательным и т.д.). Затем содержимое бассейна снова медленно перемешивается пальцами рук поочередно по часовой - против часовой стрелки.

2. Игра с поролоновым мячиком (диаметр 3-4 см.). Выполняется сначала кистью одной, затем другой руки. Ладонь при этом плотно прижата к столу. Приподнимаются поочередно пальцы от мизинца к большому и надавливают на поролоновый мячик, плотно прижимая его к столу и удерживая прижатым к поверхности стола 5-10 с.

Строительство башни по словесной инструкции.

Пример инструкции: «Строим башню так, чтобы красная, крышка была между оранжевой и синей, а после синей всегда была зеленая». Стимулируется вербализация действий. По окончании работы обязательны комментарий и оценка построек всех участников. Победит тот, чья башня будет, во-первых, соответствовать инструкции, а во-вторых, самой высокой.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Цветок».

Инструкция: «Зафиксируйте подбородок руками. Глазами «нарисуйте» цветок с четырьмя большими лепестками сначала по часовой стрелке, затем

против». Можно предложить «обвести» глазами лепестки цветка, нарисованного на доске или большом листе бумаги.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Барабанщики».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Двигайте ступнями вверх и вниз, касаясь пола только пальцами ног, как бы «барабана». Колени постепенно выпрямляются». Выполняется в течение 10-15 с.

Дыхательное упражнение.

Выполняется сидя за столом или лежа на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, задержите дыхание, а затем, сделав медленный направленный выдох через рот, попытайтесь разрушить собственную постройку. Снова сделайте глубокий вдох через нос, задержите дыхание, а затем, сделав сильный резкий направленный выдох через рот, «сдуйте» остатки постройки». Выполняется 1 -2 раза.

Конспект «Зоопарк» (5)

Задачи:

Образовательные: расширение кругозора, уточнение представлений о животных и их повадках.

Коррекционно-развивающие: развитие связной речи, развитие слухового внимания и памяти; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; развитие мимики, пантомимики, творческих способностей; совершенствование тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений

осанки и стопы; нормализация тонуса кистей рук.

Оборудование: пружинные металлические колечки для су-джок, геометрические фигуры, вырезанные из бумаги (круги, прямоугольники, квадраты, трапеции, треугольники, овалы), изображения животных из геометрических фигур (медведя, зайца, волка, лисы, кошки и т.д.), листы бумаги формата А4 с нарисованными вертикальными, горизонтальными, наклоненными, кривыми и ломанными (разомкнутыми и замкнутыми) линиями, шнурки соответствующих цветов.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Знакомство».

Инструкция: «Сядьте в круг. Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх, соедините ладони и задержите дыхание. Выдохните медленно через рот, наклоняясь вперед и опуская руки вниз положите ладони на пол. А теперь по часовой стрелке по очереди сделайте глубокий вдох через рот, поднимите руки и задержите дыхание. Выдыхая, опустите руки вниз, наклоняясь в круг, произнесите на выдохе свое имя». Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Прокатывание по каждому пальцу от кончика к основанию и обратно пружинного металлического колечка для су-джок.

2. Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

3. Игра со шнурком. Ребенок (дети) выкладывает цветные шнурки по заранее нарисованным взрослым разнообразным линиям на листах бумаги в соответствии с цветом нарисованных линий.

Выкладывание изображений животных по словесной инструкции.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Волна».

Инструкция: «Зафиксировав подбородок руками, «нарисуйте» глазами горизонтальную волну справа налево и слева направо».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Серп».

Исходное положение: на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Поставьте ступни ног параллельно друг другу на ширине плеч. Согнутые пальцы ног сперва сближаются, а затем разводятся в разные стороны, при этом пятки остаются на одном месте». Выполняется 5-7 раз.

Дыхательное упражнение «Свеча».

Выполняется сидя на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте свечу»), наклонившись вперед, резко опустите руки перед собой, ладонями коснитесь пола. Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот, «задувая очень большую свечу». Выполняется 1-2 раза.

Конспект «Зоопарк» (6)

Задачи:

Образовательные: расширение кругозора, уточнение представлений о животных и их повадках.

Коррекционно-развивающие: развитие связной речи, развитие слухового внимания и памяти; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; развитие мимики, пантомимики, творческих способностей; совершенствование тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки и стопы; нормализация тонуса кистей рук.

Оборудование: пружинные металлические колечки для су-джок, геометрические фигуры, вырезанные из бумаги (крути, прямоугольники, квадраты, трапеции, треугольники, овалы), изображения животных из геометрических фигур (медведя, зайца, волка, лисы, кошки и т.д.), схемы – модели «животные», листы бумаги формата А4 с нарисованными вертикальными, горизонтальными, наклонными, кривыми и ломанными (разомкнутыми и замкнутыми) линиями, шнурки соответствующих цветов.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Знакомство».

Инструкция: «Сядьте в круг. Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх, соедините ладони и задержите дыхание. Выдохните медленно через рот, наклоняясь вперед и опуская руки вниз положите ладони на пол. А теперь по часовой стрелке по очереди сделайте глубокий вдох через рот, поднимите руки и задержите дыхание. Выдыхая, опустите руки вниз, наклоняясь в круг, произнесите на выдохе свое имя». Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития гонкой моторики.

1. Прокатывание по каждому пальцу от кончика к основанию и обратно пружинного металлического колечка для су-джок.

2. Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

3. Игра со шнурком. Дети выкладывают цветные шнурки по заранее нарисованным взрослым разнообразным линиям на листах бумаги в соответствии с цветом нарисованных линий.

Выкладывание изображений животных по схеме.

Детям предлагаются для беглого просмотра изображения животных из геометрических фигур. Необходимо найти лишнее животное и объяснить свой выбор животных для выкладывания из геометрических форм. Дети подбирают по своему желанию и выкладывают из самостоятельно отобранных геометрических фигур.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Волна».

Инструкция: «Зафиксировав подбородок руками, «нарисуйте» глазами горизонтальную волну справа налево и слева направо».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Серп».

Исходное положение: на полу с согнутыми коленями. Инструкция: «Поставьте ступни ног параллельно друг другу на ширине плеч. Согнутые пальцы ног сперва сближаются, а затем разводятся в разные стороны, при этом пятки остаются на одном месте». Выполняется 5-7 раз.

Дыхательное упражнение «Свеча».

Выполняется сидя на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте свечу»), наклонившись вперед, резко опустите руки перед собой, ладонями коснитесь пола. Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот, «задувая очень большую свечу». Выполняется 1-2 раза.

Конспект «Зоопарк» (7)

Задачи:

Образовательные: расширение кругозора, уточнение представлений о животных и их повадках.

Коррекционно-развивающие: развитие связной речи, развитие слухового внимания и памяти; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; развитие мимики, пантомимики, творческих способностей; совершенствование тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки и стопы; нормализация тонуса кистей рук.

Оборудование: пружинные металлические колечки для су-джок, геометрические фигуры, вырезанные из бумаги (круги, прямоугольники, квадраты, трапеции, треугольники, овалы), изображения животных из геометрических фигур (медведя, зайца, волка, лисы, кошки и т.д.), листы бумаги формата А4 с нарисованными вертикальными, горизонтальными, наклонными, кривыми и ломанными (разомкнутыми и замкнутыми) линиями, шнуры соответствующих цветов.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Знакомство».

Инструкция: «Сядьте в круг. Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх, соедините ладони и задержите дыхание. Выдохните медленно через рот, наклоняясь вперед и опуская руки вниз положите ладони на пол. А теперь по часовой стрелке по очереди сделайте глубокий вдох через рот, поднимите руки и задержите дыхание.

Выдыхая, опустите руки вниз, наклоняясь в круг, произнесите на выдохе свое имя». Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Прокатывание по каждому пальцу от кончика к основанию и обратно пружинного металлического колечка для суджок.

2. Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

3. Игра со шнурком. Дети выкладывают цветные шнурки по заранее нарисованным взрослым разнообразным линиям на листах бумаги в соответствии с цветом нарисованных линий.

Выкладывание изображений животных по замыслу.

Рассказ о выбранных и составленных из геометрических фигур животных. Дети рассказывают все, что знают о каждом из выбранных ими животных, внешнем виде, повадках и т.д., изображают их при помощи мимики, жестов и голоса. Составляют рассказ самостоятельно или при помощи взрослого, объединяя персонажей единым сюжетом.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Волна».

Инструкция: «Зафиксировав подбородок руками, «нарисуйте» глазами горизонтальную волну справа налево и слева направо».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Серп».

Исходное положение: на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Поставьте ступни ног параллельно друг другу на ширине плеч. Согнутые пальцы ног сперва сближаются, а затем разводятся в разные стороны, при этом пятки остаются на одном месте». Выполняется 5-7 раз.

Дыхательное упражнение «Свеча».

Выполняется сидя на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, рыки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте свечу»), наклонившись вперед, резко опустите руки перед собой, ладонями коснитесь пола. Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот, «задувая очень большую свечу». Выполняется 1-2 раза.

Конспект «Терем-теремок» (8)

Задачи:

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; развитие координации; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: емкости с холодной и теплой водой, монолитные деревянные кубики синего, красного, зеленого, желтого цветов, образцы «терем-теремок».

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Сосед».

Выполняется, стоя в кругу.

Инструкция: «Поднимите вверх правую руку. Опустите ее на плечо своему соседу справа. Вспомните, как его зовут. Сделайте глубокий вдох через нос, поднимите руки через стороны вверх. Наклонившись вправо, выдохните, произнеся на выдохе имя соседа». Так один раз по кругу. Аналогично выполняется упражнение по кругу влево.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Поочередное перемешивание теплой, холодной и снова теплой воды максимально расслабленными кистями правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.

2. Поочередное перемешивание холодной, теплой, снова холодной воды пальцами правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.

Конструирование теремка по образцу.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Волна».

Инструкция: «Зафиксировав подбородок руками, «нарисуйте» глазами горизонтальную волну справа налево и слева направо».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Мельница».

Исходное положение: сидя на полу с выпрямленными коленями.

Инструкция: «Вращайте ступням сначала по часовой стрелке, затем против». Выполняется по 3 раза в каждую сторону.

Дыхательное упражнение «Три свечи».

Выполняется сидя.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте три маленькие свечи»), наклонившись вперед, резко опустите руки перед собой, ладонями коснитесь пола. Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот в три порции, «задувая три большие свечи». Выполняется 1-2 раза.

Конспект «Терем-теремок» (9)

Задачи:

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; развитие координации; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: емкости с холодной и теплой водой, монолитные деревянные кубики синего, красного, зеленого, желтого цветов, карандаши синего, красного, зеленого, желтого цветов, лист бумаги в крупную клетку.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Сосед».

Выполняется сидя на полу в кругу.

Инструкция: «Поднимите вверх правую руку. Опустите ее на плечо своему соседу справа. Вспомните, как его зовут. Сделайте глубокий вдох через нос, поднимите руки через стороны вверх. Наклонившись вправо, выдохните, произнесите на выдохе имя соседа». Так один раз по кругу. Аналогично выполняется упражнение по кругу влево.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Поочередное перемешивание теплой, холодной и снова теплой воды максимально расслабленными кистями правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.

2. Поочередное перемешивание холодной, теплой, снова холодной воды пальцами правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.

Слуховой диктант: составление плана-чертежа постройки.

Детям предлагается нарисовать план-чертеж, по которому они будут создавать постройку из цветных кубиков.

Инструкция: «Сначала построим первый этаж. Поставьте точку красным карандашом в левом нижнем углу листа. Проведите вверх от точки отрезок длиной в 5 клеток, теперь 5 вправо, 5 клеток вниз, 5 клеток влево. Отступите от правого нижнего угла красного квадрата 5 клеток вправо и поставьте точку зеленым карандашом. Проведите вправо от нее отрезок длиной в 5 клеток, затем 5 клеток вверх, 5 клеток влево, 5 клеток вниз. От левого нижнего угла зеленого квадрата отступите 10 клеток вправо и поставьте точку синим карандашом. Проведите вверх отрезок длиной в 5 клеток, вправо 5 клеток, вниз 5 клеток, влево 5 клеток. Теперь построим второй этаж башенки. Возьмите желтый карандаш и поставьте его в правый верхний угол красного квадрата. Соедините его с левым верхним углом зеленого квадрата, проведите вверх отрезок длиной в 5 клеток, влево 5 клеток, 5 клеток вниз. Поставьте красный карандаш в левый верхний угол синего квадрата. Проведите вверх отрезок длиной в 5 клеток, влево 5 клеток, вниз 5 клеток, вправо 5 клеток. Переходим к третьему этажу. Поставьте синий карандаш в правый верхний угол желтого квадрата, соедините его с левым верхним углом красного квадрата. Проведите вверх отрезок длиной в 5 клеток, влево 5 клеток, вниз 5 клеток. Аккуратно закрасьте получившиеся квадраты соответствующими карандашами. Вы получили план, по которому постройте башню из цветных кубиков».

Выполнение постройки по составленному плану-чертежу.

«Внимательно рассмотрите полученный чертеж. Это вид теремка спереди. Определите, сколько и каких кубиков вам потребуется. Приступайте к постройке». Стимулируется речевое сопровождение ребенком собственных

действий. При необходимости показывается помощь в виде показа. После выполнения работы детям предлагается оценить качество выполненной работы, сверить с чертежом.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Волна».

Инструкция: «Зафиксировав подбородок руками, «нарисуйте» глазами горизонтальную волну справа налево и слева направо».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Мельница».

Исходное положение: сидя на полу с выпрямленными коленями.

Инструкция: «Вращайте ступням сначала по часовой стрелке, затем против». Выполняется по 3 раза в каждую сторону.

Дыхательное упражнение «Три свечи».

Выполняется сидя.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте три маленькие свечи»), наклонившись вперед, резко опустите руки перед собой, ладонями коснитесь пола. Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот в три порции, «задувая три большие свечи». Выполняется I -2 раза.

Конспект «Строим дом» (10)

Задачи:

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие межполушарного взаимодействия; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; развитие координации; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности четко следовать поставленной инструкции; формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика сколиоза и нарушений стопы; нормализация тонуса кистей рук.

Оборудование: большой таз с водой, кораблики из бумаги или пластмассовые лодочки, одноразовые трубочки для коктейля, металлические пружинные колечки для су-джок, предметные картинки с изображениями, составленными из геометрических фигур (желтый домик - квадрат с красной треугольной крышей и синим квадратным окном, красный домик - квадрат с синей треугольной крышей и желтым квадратным окном), блоки Дьенеша.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Морской бой».

Выполняется сидя на полу перед большой емкостью с водой, в которой плавают бумажные или легкие пластмассовые кораблики. Детям раздаются одноразовые трубочки для коктейля. Необходимо, дую на воду, перегнать корабли от одного берега к другому.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Прокатывание по каждому пальцу от кончика к основанию и обратно пружинного металлического колечка для суджок.

2. Прокатывание вперед - назад по поверхности стола трубки для коктейля. Сначала каждым пальцем поочередно, затем двумя, тремя пальцами одновременно, стараться не сминать трубочку.

Конструирование домика по образцу.

Инструкция: «Рассмотрите внимательно две картинки с яркими разноцветными домиками. Выберите картинку для правой и левой рук. Соберите картинки из геометрических блоков по образцу, действуя левой рукой составляя левую картинку, а правой - правую. Геометрические блоки нужно брать подряд, выбирая левой рукой фигурки для левого домика, а правой - для правого». Стимулируется речевое сопровождение собственных действий.

Упражнение для профилактики нарушений зрения «Рисуем глазами квадраты».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» три квадрата в одну сторону, затем - три квадрата в другую» (подбородок зафиксирован, голова абсолютно неподвижна).

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Кораблик».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями и прижатыми подошвами ног друг к другу.

Инструкция: «Постепенно старайтесь выпрямлять колени до тех пор, пока пальцы и пятки ног могут быть прижаты друг к другу (сложенные ступни напоминают по форме кораблик). Вернитесь в исходное положение». Выполняется по 5-7 раз.

Дыхательное упражнение «Веточка».

Выполняется стоя или сидя.

Инструкция: «Станьте ли сядьте прямо, опустите руки вдоль тела.

Поднимите руки через стороны вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте сильный резкий выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь, опустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха. Медленно поднимайте вверх, делая при этом глубокий вздох через нос. Потянитесь вверх к солнцу – задержите дыхание. Сделайте медленный выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание – медленный вздох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь в лево, медленно выдохните через рот. Снова задержите дыхание. Отпустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха». Выполняется 1 раз.

Конспект «Строим дом» (11)

Задачи:

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие межполушарного взаимодействия; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; развитие координации; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности четко следовать поставленной инструкции; формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; профилактика сколиоза и нарушений стопы; нормализация тонуса кистей рук.

Оборудование: большой таз с водой, кораблики из бумаги или пластмассовые лодочки, одноразовые трубочки для коктейля, металлические пружинные колечки для су-джок, набор цветных губок.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Морской бой».

Выполняется сидя на полу перед большой емкостью с водой, в которой плавают бумажные или легкие пластмассовые кораблики. Детям раздаются одноразовые трубочки для коктейля. Необходимо, дуя на воду, перегнать корабли от одного берега к другому.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики.

1. Прокатывание по каждому пальцу от кончика к основанию и обратно пружинного металлического колечка для су-джок.

2. Прокатывание вперед - назад по поверхности стола трубки для коктейля. Сначала каждым пальцем поочередно, затем двумя, тремя пальцами одновременно, стараться не сминать трубочку.

Конструирование домика по образцу.

Конструирование домиков, соблюдая определенные условия (количество, цвет, форма, величина).

Упражнение для профилактики нарушений зрения «Рисуем глазами квадраты».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» три квадрата в одну сторону, затем - три квадрата в другую (подбородок зафиксирован, голова абсолютно неподвижна)».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Кораблик».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями и прижатыми подошвами

Инструкция: «Постепенно старайтесь выпрямлять колени до тех пор, пока пальцы и пятки ног могут быть прижаты друг к другу (сложенные ступни напоминают по форме кораблик). Вернитесь в исходное положение». Выполняется по 5-7 раз.

Дыхательное упражнение «Веточка».

Выполняется стоя или сидя.

Инструкция: «Станьте ли сядьте прямо, опустите руки вдоль тела. Поднимите руки через стороны вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте сильный резкий выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь, опустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха. Медленно поднимайте вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте медленный выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание медленный вдох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, медленно выдохните через рот. Снова задержите дыхание. Отпустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха». Выполняется 1 раз.

Конспект «Весёлый калейдоскоп» (12)

Задачи:

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений осанки и стопы.

Оборудование: поролоновый или ватный шарик, пальчиковый бассейн, наполненный крупой, фасолью или горохом, набор геометрических фигур.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Футбол» - перекатывание при помощи направленной воздушной струи легкого поролонового или ватного шарика по поверхности стола. Выполняется сидя за столом в течение 1-2 минут. Желателен соревновательный компонент (побеждает тот, кто смог загнать мяч в ворота).

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики «Пальчиковый бассейн».

Кисти рук помещаются в бассейн, содержимое бассейна перемешивается пальцами рук поочередно по часовой и против часовой стрелки. По команде педагога дети захватывают зерна подушечками указанных пальцев (например, большим и указательным т.д.). Затем содержимое бассейна перемешивается максимально расслабленными кистями рук поочередно по часовой и против часовой стрелки.

Составление узора по образцу, соблюдая определенные условия (форма, цвет).

Стимулируется проговаривание ребенком собственных действий. При необходимости оказывается помощь в виде показа. После выполнения работы детям предлагается оценить качество выполненной работы, сверить с образцом

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Солнышко».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» солнышко в одну сторону, затем в другую, зафиксировав подбородок руками, голова абсолютно не подвижна»

Можно предложить детям обвести нарисованное на доске или на большом листе бумаги солнышко сначала по часовой стрелке, затем против.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Художник».

Исходное положение: стоя или сидя.

Инструкция: «Зажмите карандаш пальцами ноги, нарисуйте на листе бумаги 2 круга по часовой стрелке, затем 2 - против, придерживая лист другой ногой. Затем поменяйте ноги». Упражнение выполняется каждой ногой по 1 разу.

Дыхательное упражнение «Насос».

Выполняется стоя. Руки опущены вдоль туловища.

Инструкция: «Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Резко с силой выдохните через рот со звуком «у», руки при этом опускаются вдоль туловища вниз в такт выдоху. Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Медленно выдохните через рот со звуком «у-у-у», руки при этом скользят вдоль туловища вниз». Выполняется 3-4 раза.

Конспект «Весёлый калейдоскоп» (13)

Задачи:

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений зрения; нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений осанки и стопы.

Оборудование: поролоновый или ватный шарик, пальчиковый бассейн, наполненный крупой, фасолью или горохом, цветные пуговицы.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Футбол» - перекатывание при помощи направленной воздушной струи легкого поролонового или ватного шарика по поверхности стола. Выполняется сидя за столом в течение 1-2 минут. Желателен соревновательный компонент (побеждает тот, кто смог загнать мяч в ворота).

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики «Пальчиковый бассейн».

Кисти рук помещаются в бассейн, содержимое бассейна перемешивается пальцами рук поочередно по часовой и против часовой стрелки. По команде педагога дети захватывают зерна подушечками указанных пальцев (например, большим и указательным т.д.). Затем содержимое бассейна перемешивается максимально расслабленными кистями рук поочередно по часовой и против часовой стрелки.

Составление узора по образцу, соблюдая определенные условия (величина, цвет). Стимулируется проговаривание ребенком собственных действий. При необходимости оказывается помощь в виде показа. После выполнения работы детям предлагается оценить качество выполненной работы, сверить с образцом.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Солнышко».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» солнышко в одну сторону, затем в другую, зафиксировав подбородок руками, голова абсолютно не подвижна»

Можно предложить детям обвести нарисованное на доске или на большом листе бумаги солнышко сначала по часовой стрелке, затем против.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Художник».

Исходное положение: стоя или сидя.

Инструкция: «Зажмите карандаш пальцами ноги, нарисуйте на листе бумаги 2 круга по часовой стрелке, затем 2 - против, придерживая лист другой ногой. Затем поменяйте ноги». Упражнение выполняется каждой ногой по 1 разу.

Дыхательное упражнение «Насос».

Выполняется стоя. Руки опущены вдоль туловища.

Инструкция: «Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Резко с силой выдохните через рот со звуком «у», руки при этом опускаются вдоль туловища вниз в такт выдоху. Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Медленно выдохните через рот со звуком «у-у-у», руки при этом скользят вдоль туловища, вниз». Выполняется 3-4 раза.

Конспект «Лесенка – чудесенка» (14)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений стопы; снятие эмоционального и физического напряжения.

Оборудование: гимнастический или игровой маты или толстый ковер, мелкие игрушки (прищепки для белья, елочные шишки, грецкие орехи и т.п.), наборы счетных палочек.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Холодно - тепло».

1. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть короткими сильными толчками холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони в течение 5 секунд».

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

2. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть в течение 5-7 секунд холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони». Выполняется на одном выдохе.

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5-7 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «рубим дрова», «птица клюет зерно», «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

Конструирование лесенки-чудесенки в определенном порядке (цвет).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Пружинки».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» пружинки сверху вниз, затем снизу-вверх по 3-5 раз» (подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно не подвижна).

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Сборщик».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Соберите пальцами правой и левой ног поочередно разложенные на полу игрушки (прищепки для белья, елочные шишки, грецкие орехи и т.п.) и сложите их в кучки. Затем без помощи рук переложите эти предметы из одной кучки в другую (поменяйте кучки местами)». Выполняется 1 раз.

Дыхательное упражнение «Струна».

Выполняется лежа на спине (если в помещении есть игровой ли гимнастический мат или толстый ковер, при отсутствии необходимого оборудования это упражнение может быть заменено).

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, надуйте живот и потянитесь всем телом пятками вперед, вытяните руки за голову, задержите дыхание. Мысленно проследите за тем, чтобы все тело от кончиков пальцев ног до пальцев рук было натянуто как струна. Сделайте медленный глубокий выдох и расслабьте каждую мышцу своего тела, внутренним взором отслеживая расслабление от пальцев рук к ногам. Задержите дыхание на 2-3 секунды. Затем сделайте 2-3 свободных вдоха и выдоха.

Сделайте снова вдох и задержите дыхание, напрягая все тело (см. выше). Выдохните резко с силой и расслабьте каждую мышцу своего тела, внутренним взором отслеживая расслабление от пальцев рук к ногам. Снова задержите дыхание на 2- 3 секунды. Затем сделайте 2-3 свободных вдоха и выдоха». Выполняется 1-2 раза.

Конспект «Лесенка – чудесенка» (15)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений стопы; снятие эмоционального и физического напряжения.

Оборудование: гимнастический или игровой мат или толстый ковер, мелкие игрушки (прищепки для белья, елочные шишки, грецкие орехи и т.п.), цветные нитки.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Холодно - тепло».

1. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть короткими сильными толчками холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони в течение 5 секунд».

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

2. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть в течение 5-7 секунд холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони». Выполняется на одном выдохе.

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5-7 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «рубим дрова», «птица клюет зерно», «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

Конструирование лесенки-чудесенки в определенном порядке (цвет, величина).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Пружинки».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» пружинки сверху - вниз, затем снизу - вверх по 3-5 раз». Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно не подвижна.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Сборщик».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Соберите пальцами правой и левой ног поочередно разложенные на полу игрушки (прищепки для белья, елочные шишки, грецкие орехи и т.п.) и сложите их в кучки.

Затем без помощи рук переложите эти предметы из одной кучки в другую (поменяйте кучки местами)». Выполняется 1 раз.

Дыхательное упражнение «Струна». Выполняется лежа на спине (если в помещении есть игровой ли гимнастический мат или толстый ковер, при отсутствии необходимого оборудования это упражнение может быть заменено).

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, надуйте живот и потянитесь всем: телом пятками вперед, вытяните руки за голову, задержите дыхание. Мысленно проследите за тем, чтобы все тело от кончиков пальцев ног до пальцев рук было натянуто как струна. Сделайте медленный глубокий выдох и расслабьте каждую мышцу своего тела, внутренним взором отслеживая расслабление от пальцев рук к ногам. Задержите дыхание на 2-3 секунды. Затем сделайте 2-3 свободных вдоха и выдоха. Сделайте снова вдох и задержите дыхание, напрягая все тело (см. выше). Выдохните резко с силой и расслабьте каждую мышцу своего тела, внутренним взором отслеживая расслабление от пальцев рук к ногам. Снова задержите дыхание на 2 - 3 секунды. Затем сделайте 2-3 свободных вдоха и выдоха». Выполняется 1-2 раза.

Конспект «Волшебные ступеньки» (16)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие тонкой моторики, координации движений, пространственных ориентировок; развитие слухового внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки и стопы; снятие эмоционального и физического напряжения.

Оборудование: поролоновый или ватный шарик, емкости с теплой и холодной водой, цветные шнурки.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Футбол» - перекатывание при помощи направленной воздушной струи легкого поролонового или ватного шарика по поверхности стола. Выполняется сидя за столом в течение 1-2 минут. Желателен соревновательный компонент (побеждает тот, кто смог загнать мяч в ворота).

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

1. Поочередное перемешивание теплой – холодной воды кистями правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.
2. Поочередное перемешивание холодной, теплой, холодной воды пальцами правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.

Выкладывание ступенек в определенном порядке (цвет).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Рисуем глазами круги».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» три круга в одну сторону, затем три круга в другую». Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно не подвижна.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Моляр».

Исходное положение: сидя на полу с вытянутыми ногами (колени выпрямлены).

Инструкция: «Большим пальцем правой ноги проведите по подъему левой ноги по направлению от большого пальца к пятке. Затем также «погладьте» левой ногой правую». Выполняется 3-4 раза каждой ногой.

Дыхательное упражнение «Волна».

Исходное положение: стоя или сидя.

Инструкция: «Станьте или сядьте прямо, опустите руки вдоль тела. Поднимите руки, через стороны вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте сильный резкий выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, с силой резко выдохните через рот. Снова задержите дыхание, выпрямитесь, опустив руки вдоль тела. Медленно поднимайте руки вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, медленно выдохните через рот. Снова задержите дыхание». Выполняется 1 раз.

Конспект «Волшебные ступеньки» (17)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие тонкой моторики, координации движений, пространственных ориентировок; развитие слухового внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений осанки и стопы; снятие эмоционального и физического напряжения.

Оборудование: поролоновый или ватный шарик, емкости с теплой и холодной водой, палочки Кюизенера.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Футбол» - перекатывание при помощи направленной воздушной струи легкого поролонового или ватного шарика по поверхности стола. Выполняется сидя за столом в течение 1-2 минут. Желателен соревновательный компонент (побеждает тот, кто смог загнать мяч в ворота).

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

1. Поочередное перемешивание теплой - холодной воды кистями правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.

2. Поочередное перемешивание холодной, теплой, холодной воды пальцами правой и левой рук по часовой и против часовой стрелки.

Выкладывание ступенек в определенном порядке (цвет, величина).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Рисуем глазами круги».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» три круга в одну сторону, затем - три круга в другую». Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно не подвижна).

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Маляр».

Исходное положение: сидя на полу с вытянутыми ногами (колени выпрямлены).

Инструкция: «Большим пальцем правой ноги проведите по подъему левой ноги по направлению от большого пальца к пятке. Затем также «погладьте» левой ногой правую». Выполняется 3-4 раза каждой ногой.

Дыхательное упражнение «Волна».

Исходное положение: стоя или сидя.

Инструкция: «Станьте или сядьте прямо, опустите руки вдоль тела. Поднимите руки через стороны вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу задержите дыхание. Сделайте сильный резкий выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, с силой резко выдохните через рот. Снова задержите дыхание, выпрямитесь, опустив руки вдоль тела. Медленно поднимайте руки вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, медленно выдохните через рот. Снова задержите дыхание». Выполняется 1 раз.

Конспект «Гномики» (18)

Задачи

Образовательные: расширение предметного и глагольного словаря.

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; развитие связной речи; формирование способности дифференцировать эмоциональные состояния; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; профилактика нарушений стопы; снятие эмоционального и физического напряжения.

Оборудование: схемы - изображения эмоций, отрезки толстых шерстяных или хлопковых нитей разных цветов, ножницы, шнурки (60-70 см.) красного, синего, желтого, зеленого цветов; прищепки красного, синего, зеленого, желтого цветов, лист бархатной бумаги, полотенце (или салфетка) с небольшим грузом.

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Певец».

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх. Задержите дыхание. Выдохните с открытым сильным звуком «а-а-а», медленно опуская при этом. Снова задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня плеч через стороны. Задержите дыхание. Во время выдоха ноете «о-о-о», обнимая себя за плечи и опуская голову на грудь. Задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня груди, и снова задержите дыхание. Медленно выдохните с сильным звуком «у-у-у», опуская руки вниз, а голову на грудь».

Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «рубим дрова», «птица клюет зерно», «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

Выкладывание изображения гномика (эмоциональное состояние) по словесной инструкции.

«Рассмотрите внимательно картинки, на которых изображены различные эмоциональные состояния. Найдите и покажите, где человек веселый, грустный, удивленный, сердитый и т.д. «Нарисуйте» на листе бархатной бумаги нитями лицами с наиболее понравившимися вам выражениями. При необходимости можно отрезать кусочки нити нужной длины. После окончания работы расскажите, что у вас получилось, что может являться причиной того или иного состояния».

Упражнение «Веселые прищепки».

На перекладине или на горизонтально натянутой веревке на расстоянии 10-15 см друг от друга привязываются шнурки синего, желтого, зеленого и красного цветов (длина шнурков 60-70 см). Ребенок должен выбрать прищепку и поймать ею свободный конец шнурка соответствующего цвета (прицепить прищепку не выше чем в 10 см от конца шнурка).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Рисуем глазами квадраты».

Инструкция: «Глазами «нарисуйте» три квадрата в одну сторону, затем - три квадрата в другую. Подбородок зафиксирован, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушений стоны «Разбойник».

Исходное положение: сидя на полу, ноги согнуты, пятки плотно прижаты к полу и не отрываются от него в течение всего периода выполнения упражнения. На полу разложено полотенце (или салфетка) с небольшим грузом.

Инструкция: «Движениями пальцев правой ноги постарайтесь подтащить под пятку разложенное на полу полотенце (или салфетку). Вернитесь в исходное положение. Пальцами левой ноги подтащите полотенце». Выполняется 3-4 раза каждой ногой.

Дыхательное упражнение «Свеча».

Выполняется сидя на полу.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом: (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), выдохните с силой через рот («задуйте свечу»), наклонившись вперед, резко опустите руки перед собой, ладонями коснитесь пола. Снова сделайте глубокий вдох через нос, потянитесь вверх всем телом (ладони сомкнуты, руки вытянуты над головой), плавно медленно выдохните с силой через рот, «задувая очень большую свечу». Выполняется 1-2 раза.

Конспект «Домики для гномиков» (19)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: большой таз с водой, кораблики из бумаги или легкие пластмассовые лодочки, одноразовые трубочки для коктейля, монолитные деревянные кубики синего, желтого, красного и зеленого цветов, образцы «домики», мяч.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Морской бой».

Выполняется сидя на полу перед большой емкостью с водой, в которой плавают бумажные или легкие пластмассовые кораблики. Детям раздаются индивидуальные одноразовые трубочки для коктейля. Необходимо, дуя на воду, перегнать корабли от одного берега к другому.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Перемешивание воды по часовой и против часовой стрелки каждым пальцем поочередно. Движения пальцами энергичные. Перемешивание воды по часовой и против часовой стрелки максимально расслабленными кистями рук. Движения рук плавные свободные.

Конструирование домиков по образцу.

Упражнение для профилактики нарушения зрения.

И. п.: сидя.

Инструкция: «Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами вправо-влево (10-15 с), вверх - вниз (10-15 с), голова неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Каток».

Исходное положение: сидя или стоя.

Инструкция: «Катайте вперед-назад мяч правой ногой. Поменяйте ногу и катайте мяч левой ногой». Выполняется 3-4 раза каждой ногой.

Дыхательное упражнение «Насос».

Выполняется стоя. Руки опущены вдоль туловища.

Инструкция: «Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Резко с силой выдохните через рот со звуком «а», руки при этом опускаются вдоль туловища вниз в такт выдоху. Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Медленно выдохните через рот со звуком «а-а-а», руки при этом скользят вдоль туловища вниз». Выполняется 3-4 раза.

Конспект «Домики для гномиков» (20)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: большой таз с водой, кораблики из бумаги или легкие пластмассовые лодочки, одноразовые трубочки для коктейля, монолитные деревянные кубики синего, желтого, красного и зеленого цветов, мяч.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Морской бой».

Выполняется сидя на полу перед большой емкостью с водой, в которой плавают бумажные или легкие пластмассовые кораблики. Детям раздаются индивидуальные одноразовые трубочки для коктейля. Необходимо, дуя на воду, перегнать корабли от одного берега к другому.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Перемешивание воды по часовой и против часовой стрелки каждым пальцем поочередно. Движения пальцами энергичные. Перемешивание воды по часовой и против часовой стрелки максимально расслабленными кистями рук. Движения рук плавные свободные,

Конструирование домиков по словесной инструкции.

Инструкция: «Постройте домик так, чтобы ваша постройка состояла из четырех этажей. Первый этаж состоит из пяти кубиков, поставленных в ряд так, чтобы первый и последний кубики были красного цвета, в середине — зеленый. Второй этаж также составлен из пяти кубиков так, чтобы над красными кубиками первого этажа стояли синие, в середине второго этажа - красный кубик. Третий этаж - из трех кубиков, поставленных так, чтобы желтый кубик стоял на красном: кубике второго этажа. Четвертый этаж - один кубик синего цвета ставится на желтый кубик третьего этажа».

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Сон».

И. п.: сидя.

Инструкция: «Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами вправо-влево (10-15 с), вверх-вниз (10-15 с), голова неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Каток».

Исходное положение: сидя или стоя.

Инструкция: «Катайте вперед-назад мяч правой ногой. Поменяйте ногу и катайте мяч левой ногой». Выполняется 3-4 раза каждой ногой.

Дыхательное упражнение «Насос».

Выполняется стоя. Руки опущены вдоль туловища.

Инструкция: «Медленно вдохните через нос, руки при этом: скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Резко с силой выдохните через рот со звуком «а», руки при этом опускаются вдоль туловища вниз в такт выдоху. Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх, к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Медленно выдохните через рот со звуком «а-а-а», руки при этом скользят вдоль туловища вниз». Выполняется 3-4 раза.

Конспект «Замок» (21)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие творческих способностей и воображения.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: грецкие орехи, геометрические фигуры, образцы «замки».

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Холодно - тепло».

1. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть короткими сильными толчками холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони в течение 5 секунд».

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

2. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть в течение 5-7 секунд холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони». Выполняется на одном выдохе.

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5-7 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется два раза.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Прокатывание грецкого ореха между ладонями рук, затем - ладонями правой и левой рук поочередно по поверхности стола по часовой и против часовой стрелки, захватывание и сжимание ореха поочередно пальцами правой и левой руки.

Конструирование замка по образцу.

Упражнение для профилактики нарушения зрения.

И. п.: сидя.

Инструкция: «Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами вправо-влево (10-15 с), вверх-вниз (10-15 с), голова неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Сборщик».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Соберите пальцами правой и левой ног поочередно разложенные на полу грецкие и сложите их в кучки. Затем без помощи рук переложите эти предметы из одной кучки в другую (поменяйте кучки местами)». Выполняется один раз.

Дыхательное упражнение «Насос».

Выполняется стоя. Руки опущены вдоль туловища.

Инструкция: «Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Резко с силой выдохните через рот со звуком «и», руки при этом опускаются вдоль туловища вниз в такт выдоху. Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Медленно выдохните через рот со звуком «и-и-и», руки при этом скользят вдоль туловища вниз». Выполняется 3-4 раза.

Конспект «Замок» (22)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового внимания и памяти; развитие логического мышления; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков,

тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие творческих способностей и воображения.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы.

Оборудование: грецкие орехи, цветной картон, ножницы, цветные карандаши, лист бумаги.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Холодно - тепло».

1. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть короткими сильными толчками холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони в течение 5 секунд».

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

2. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть в течение 5-7 секунд холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони». Выполняется на одном выдохе.

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5-7 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется два раза.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Прокатывание грецкого ореха между ладонями рук, затем - ладонями правой и левой рук поочередно по поверхности стола по часовой и против часовой стрелки, захватывание и сжимание ореха поочередно пальцами правой и левой руки.

Конструирование замка по собственному замыслу.

Инструкция: «Придумайте и постройте замок из геометрических фигур. При строительстве необходимо выполнить следующие условия: сам замок желтого цвета, прямоугольной формы, причем его высота больше его длины. Крыша красная треугольная, а на крыше дома зеленая квадратная труба, расположенная на левом скате крыши. Возле дома справа расположена синяя прямоугольная скамеечка. Определите, какие геометрические фигуры вам понадобятся, и вырежьте их из цветного картона без предварительной прорисовки. Вы можете украсить замок, посадив вокруг него сад и разбив цветник и т.д.»

Упражнение для профилактики нарушения зрения.

И. п.: сидя.

Инструкция: «Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами вправо-влево (10-15 с), вверх-вниз (10-15 с), голова неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Сборщик».

Исходное положение: сидя на полу с согнутыми коленями.

Инструкция: «Соберите пальцами правой и левой ног поочередно разложенные на полу грецкие и сложите их в кучки. Затем без помощи рук переложите эти предметы из одной кучки в другую (поменяйте кучки местами)». Выполняется один раз.

Дыхательное упражнение «Насос».

Выполняется стоя. Руки опущены вдоль туловища.

Инструкция: «Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят

вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Резко с силой выдохните через рот со звуком «и», руки при этом опускаются вдоль туловища вниз в такт выдоху. Медленно вдохните через нос, руки при этом скользят вдоль туловища вверх к плечам, сгибаясь в локтях. Задержите дыхание (руки при этом согнуты в локтях, кисти рук под мышками). Медленно выдохните через рот со звуком «и-и-и», руки при этом скользят вдоль туловища вниз». Выполняется 3-4 раза.

Конспект «Снежная крепость» (23)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: развитие способности к коллективной деятельности; формирование способности критично оценивать результат своей деятельности; развитие способности принимать коллегиальное решение.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: вата, коктейльные трубочки, геометрические фигуры.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Очистим поле».

Инструкция: «Возьмите вату, порвите ее, отщипывая поочередно маленькие кусочки большим и указательным пальцами, большим и средним и т.д., разбросайте их по полу (каждому ребенку выделяется свое «поле» -

участок ковра, пола, взрослый делает несколько «комочков» образцов). Возьмите трубочку и «очистите» свое поле, выдувая кусочки ваты за пределы своего участка. Старайтесь не попадать на участки своих соседей».

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики «Очистим поле».

Инструкция: «Соберем комочки ваты, которые «выдули» со своего поля. Брать поочередно пальцами правой левой рук (большой палец -- указательный, большой - средний и т.д.). А теперь возьмем один комочек ваты, покатаем его между ладонями, не сжимая, покатаем его по поверхности стола, каждой ладонью поочередно, также стараясь не сжимать его».

Строительство снежной крепости, соблюдая определенные условия (форма, величина).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Пружинки».

Инструкция: «Глазами «рисуйте» пружинки справа налево, затем слева направо по 3-5 раз. Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Сборщик».

Исходное положение: сидя или стоя. Перед выполнением рассыпать по полу комочки ваты, из которых строили снежную крепость, и положить перед каждым ребенком два листа бумаги.

Инструкция: «Соберите на листы бумаги ватные комочки пальцами правой и левой ног поочередно».

Дыхательное упражнение «Крест».

И. п.: лежа на спине.

Руки раскинуты в стороны, ладони упираются в пол, ноги прямые на ширине плеч. Инструкция: «Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха, на вдохе надувая живот, на выдохе сдувая его. А теперь сделайте вдох, задержите дыхание.

Совершите 7 скручивающих движений, не отрывая ладони, плечи от пола таким образом, чтобы бедра разворачивались в одну сторону, а голова в другую. Сделайте вдох. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха».

Конспект «Снежная крепость» (24)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: развитие способности к коллективной деятельности; формирование способности критично оценивать результат своей деятельности; развитие способности принимать коллегиальное решение.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: вата, коктейльные трубки, чертежи «Снежная крепость», клей ПВА.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Очистим поле».

Инструкция: «Возьмите вату, порвите ее, отщипывая поочередно маленькие кусочки большим и указательным пальцами, большим и средним и т.д., разбросайте их по полу (каждому ребенку выделяется свое «поле» - участок ковра, пола, взрослый делает несколько «комочков» образцов). Возьмите трубочку и «очистите» свое поле, выдувая кусочки ваты за пределы своего участка. Старайтесь не попадать на участки своих соседей».

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук и развития тонкой моторики «Очистим поле».

Инструкция: «Соберем комочки ваты, которые «выдули» со своего поля. Брать поочередно пальцами правой левой рук (большой палец - указательный, большой - средний и т.д.). А теперь возьмем один комочек ваты, покатаем его между ладонями, не сжимая, покатаем его по поверхности стола, каждой ладонью поочередно, также стараясь не сжимать его».

Конструирование снежной крепости.

Инструкция: «Внимательно рассмотрите чертежи. Выберем два самых красивых плана. Это вид крепости сверху. Определите, сколько «снежных комьев» (собранных комочков ваты) вам потребуется для строительства первого этажа (в каждую клеточку будем вкладывать один «снежный комочек»). Возьмите один из выбранных чертежей и смажьте клеем поверхность «первого этажа». Приступайте к постройке, сверяясь со вторым отобранным планом - чертежом». (Стимулируется речевое сопровождение детьми выполняемых действий. При необходимости оказывается помощь. После выполнения работы детям предлагается оценить качество выполненной работы, сверить с чертежом.)

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Пружинки».

Инструкция: «Глазами «рисуйте» пружинки справа налево, затем слева направо по 3-5 раз. Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Сборщик».

Исходное положение: сидя или стоя. Перед выполнением: рассыпать по полу комочки ваты, из которых строили снежную крепость, и положить перед каждым ребенком два листа бумаги. Инструкция: «Соберите на листы бумаги ватные комочки пальцами правой и левой ног поочередно».

Дыхательное упражнение «Крест».

И. п.: лежа на спине. Руки раскинуты в стороны, ладони упираются в пол, ноги прямые на ширине плеч. Инструкция: «Сделайте 3 свободных вдоха-выдоха, на вдохе надувая живот, на выдохе сдувая его. А теперь сделайте вдох, задержите дыхание. Совершите 7 скручивающих движений, не отрывая ладони, плечи от пола таким образом, чтобы бедра разворачивались в одну сторону, а голова в другую. Сделайте вдох. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха».

Конспект «Чудо – палочки» (25)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; совершенствование пространственных представлений.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: кусочки льда, бумажные салфетки, деревянные или пластмассовые шарики, с шипами, счетные палочки красного, синего, желтого, зеленого цветов, образцы «узоров».

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Геометрические фигуры».

Выполняется аналогично упр. «Геометрические фигуры», но фигуры рисуются из разных точек (например, левая рука рисует квадрат с верхнего

правого угла, а правая - с нижнего левого угла и т.п.). Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Специалист имитирует движение «мытьё рук», используя в качестве куска мыла кусочек льда. Дети повторяют движения взрослого до тех пор, пока кусочек льда не растает, затем вытирают руки бумажной салфеткой и интенсивно катают между напряженными ладонями шарик с шипами.

Конструирование узоров по образцу.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Сон».

И. п.: сидя или лежа.

Инструкция: «Закройте глаза. Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами под закрытыми веками вправо - влево (10-15 с), вверх - вниз (10-15 с), голова при этом неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Кораблик».

И. п.: сидя на полу с согнутыми коленями с прижатыми подошвами ног друг к другу.

Инструкция: «Постепенно старайтесь выпрямлять колени до тех пор, пока пальцы и пятки ног могут быть прижаты друг к другу (сложенные ступни напоминают по форме кораблик). Вернитесь в исходное положение». Выполняется 5-7 раз.

Дыхательное упражнение «Дровосек».

И. п.: стоя.

Инструкция: «Сцепите опущенные вниз руки в «замок». Медленно вдохните через нос с одновременным подниманием вверх сцепленных в «замок» рук. Задержите дыхание. Резко выдохните через рот со звуком «о» - руки резко опустите вниз, имитируя движение топора».

Выполняется стоя 3-4 раза.

Конспект «Чудо – палочки» (26)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; совершенствование пространственных представлений.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: кусочки льда, бумажные салфетки, деревянные или пластмассовые шарики с шипами, счетные палочки красного, синего, желтого, зеленого цветов.

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Геометрические фигуры». Выполняется аналогично упр. «Геометрические фигуры», но фигуры рисуются из разных точек (например, левая рука рисует квадрат с верхнего правого угла, а правая - с нижнего левого угла и т.п.). Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Специалист имитирует движение «мытьё рук», используя в качестве куска мыла кусочек льда. Дети повторяют движения взрослого до тех пор, пока кусочек льда не растает, затем вытирают руки бумажной салфеткой и интенсивно катают между напряженными ладонями шарик с шипами.

Конструирование по подражанию с изменением условий.

Инструкция: «Конструируйте узор из счетных палочек вместе со мной. Красный цвет в моем узоре вы меняете в своем на желтый, а зеленый в моем узоре на синий в своем. Соответственно желтый меняется на красный, а синий на зеленый». Педагог выкладывает палочки вертикально и горизонтально сначала по одной, а затем по две. Дети копируют расположение палочек, соблюдая условия замены цветов.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Сон».

И. п.: сидя или лежа.

Инструкция: «Закройте глаза. Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами под закрытыми веками вправо-влево (10-15 с), вверх- вниз (10-15 с), голова при этом неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Кораблик».

И. п.: сидя на полу с согнутыми коленями с прижатыми подошвами ног друг к другу.

Инструкция: «Постепенно старайтесь выпрямлять колени до тех пор, пока пальцы и пятки ног могут быть прижаты друг к другу (сложенные ступни напоминают по форме кораблик). Вернитесь в исходное положение». Выполняется 5-7 раз.

Дыхательное упражнение «Дровосек».

И. п.: стоя.

Инструкция: «Сцепите опущенные вниз руки в «замок». Медленно вдохните через нос с одновременным подниманием вверх сцепленных в «замок» рук. Задержите дыхание. Резко выдохните через рот со звуком «о» - руки резко опустите вниз, имитируя движение топора». Выполняется стоя 3-4 раза.

Конспект «Хитрые шнурочки» (27)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; совершенствование пространственных представлений; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: толстые вязкие, шерстяные или хлопчатобумажные нити, образцы «узоры», цветные шнурки.

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Геометрические фигуры».

И. п.: стоя или сидя.

Инструкция: «Руки опустите вдоль тела. Сделайте глубокий вдох. Во время вдоха прямые руки медленно поднимите до уровня груди ладонями вперед. Задержите дыхание. Направьте внимание в центр ладоней, представьте, что там «горячая монетка». Представили? Теперь выдыхайте резко толчками через нос. Выдыхая, чертите «пунктиром» обеими руками одновременно в воздухе перед собой два круга в одну сторону («точки» по контуру фигуры «ставятся» в такт выдоху). Опустите руки. Задержите дыхание на выдохе на сколько это возможно. Повторите упражнение, но на выдохе перед собой «нарисуйте» два треугольника. Снова глубокий вдох.

Во время вдоха прямые руки медленно поднимите до уровня груди ладонями вперед. Задержите дыхание. Направьте внимание в центр ладоней, представьте, что там «горячая монетка». Представили? Теперь медленно через рот выдыхайте. Выдыхая, «чертите» обеими руками одновременно в воздухе перед собой два круга в одну сторону. Опустите руки. Задержите дыхание на выдохе, насколько это возможно. Повторите упражнение, но на выдохе перед собой «нарисуйте» два треугольника. Снова выполните это упражнение, но «рисуйте» перед собой на выдохе два квадрата». Выполняется 1 раз.

Упражнения для развития тонкой моторики «Непослушные узелки».

На толстой хлопчатобумажной нити надо завязать пальцами одной руки как можно больше узелков (другая рука не помогает!), затем упражнение выполняется так же другой рукой. По окончании работы веревку с узелками разложить на поверхности стола, пересчитать узелки легкими надавливающими движениями каждого пальца поочередно. После этого пересчитать узелки, зажимая каждый двумя пальцами поочередно (большим - указательным, большим - безымянным и т.д.).

Выкладывание узоров по образцу.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Палец».

И. п.: сидя или стоя.

Инструкция: «Сконцентрируйте внимание на кончике указательного пальца, отодвинув его на 30 см от глаз, медленно приближайте палец к лицу на расстояние 15 см, подвигайте пальцем из стороны в сторону (5-10 раз), следя за пальцем глазами. Голова неподвижна. Затем медленно удаляйте его назад. Снова подвигайте пальцем из стороны в сторону, внимательно следя за ним глазами (5-10 раз)». Движение пальца выполняется строго в соответствии с командой взрослого.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Художник».

Исходное положение: стоя или сидя.

Инструкция: «Зажмите карандаш пальцами ноги, нарисуйте на листе бумаги 2 круга по часовой стрелке, затем 2 - против, придерживая лист другой ногой. Затем поменяйте ноги». Упражнение выполняется каждой ногой по 1 разу.

Дыхательное упражнение «Баян».

И. п.: сидя или стоя.

Инструкция: «Согните руки перед грудью в локтях (имитация позы баяниста). Вдохните глубоко через нос - руки - «меха» баяна медленно растягиваются, имитируя движения баяниста. Задержите на 2-3 с дыхание, а затем выдохните через рот со звуком «о-о-о» - «меха» баяна сжимаются, руки возвращаются в исходное положение». Выполняется стоя 3-4 раза.

Конспект «Хитрые шнурочки» (28)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; совершенствование пространственных представлений; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: толстые вязкие, шерстяные или хлопчатобумажные нити, цветные шнурки.

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Геометрические фигуры».

И. п.: стоя или сидя.

Инструкция: «Руки опустите вдоль тела. Сделайте глубокий вдох. Во время вдоха прямые руки медленно поднимите до уровня груди ладонями вперед. Задержите дыхание. Направьте внимание в центр ладоней, представьте, что там «горячая монетка». Представили? Теперь выдыхайте резко толчками через нос. Выдыхая, чертите «пунктиром» обеими руками одновременно в воздухе перед собой два круга в одну сторону («точки» по контуру фигуры «ставятся» в такт выдоху). Опустите руки. Задержите дыхание на выдохе на сколько это возможно. Повторите упражнение, но на выдохе перед собой «нарисуйте» два треугольника. Снова глубокий вдох. Во время вдоха прямые руки медленно поднимите до уровня груди ладонями вперед. Задержите дыхание. Направьте внимание в центр ладоней, представьте, что там «горячая монетка». Представили? Теперь медленно через рот выдыхайте. Выдыхая, «чертите» обеими руками одновременно в воздухе перед собой два круга в одну сторону. Опустите руки. Задержите дыхание на выдохе, насколько это возможно. Повторите упражнение, но на выдохе перед собой «нарисуйте» два треугольника. Снова выполните это упражнение, но «рисуйте» перед собой на выдохе два квадрата». Выполняется 1 раз.

Упражнения для развития тонкой моторики «Непослушные узелки».

На толстой хлопчатобумажной нити надо завязать пальцами одной руки как можно больше узелков (другая рука не помогает!), затем упражнение выполняется так же другой рукой. По окончании работы веревку с узелками разложить на поверхности стола, пересчитать узелки

легкими надавливающими движениями каждого пальца поочередно. После этого пересчитать узелки, зажимая каждый двумя пальцами поочередно (большим - указательным, большим - безымянным и т.д.).

Выкладывание узоров по подражанию с изменением условий.

Инструкция: «Конструируйте узор из шнурков вместе со мной, изменяя положение шнурков: вертикальное в моем узоре меняется на горизонтальное в вашем, горизонтальное в моем – на вертикальное в вашем». Педагог выкладывает сначала по одному шнурку, затем по два. Дети выкладывают узор, соблюдая соответствие цветов и условие замены.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Палец».

И. п.: сидя или стоя.

Инструкция: «Сконцентрируйте внимание на кончике указательного пальца, отодвинув его на 30 см от глаз, медленно приближайте палец к лицу на расстояние 15 см, подвигайте пальцем из стороны в сторону (5-10 раз), следя за пальцем глазами. Голова неподвижна. Затем медленно удаляйте его назад. Снова подвигайте пальцем из стороны в сторону, внимательно следя за ним глазами (5-10 раз)». Движение пальца выполняется строго в соответствии с командой взрослого.

Упражнение для профилактики нарушений стопы «Художник».

Исходное положение: стоя или сидя.

Инструкция: «Зажмите карандаш пальцами ноги, нарисуйте на листе бумаги 2 круга по часовой стрелке, затем 2 - против, придерживая лист другой ногой. Затем поменяйте ноги». Упражнение выполняется каждой ногой по 1 разу.

Дыхательное упражнение «Баян».

И. п.: сидя или стоя.

Инструкция: «Согните руки перед грудью в локтях (имитация позы баяниста). Вдохните глубоко через нос - руки - «меха» баяна медленно растягиваются, имитируя движения баяниста.

Задержите на 2-3 с дыхание, а затем выдохните через рот со звуком «о-о-о» - «меха» баяна сжимаются, руки возвращаются в исходное положение». Выполняется стоя 3-4 раза.

Конспект «Ниточки – улиточки» (29)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; совершенствование пространственных представлений; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: тонкая наждачная бумага (0-й или 1-й номер), грубая наждачная бумага, лед, бумажные салфетки, цветные нитки, схемы «картинок».

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Холодно - тепло».

1. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть короткими сильными толчками холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони в течение 5 секунд».

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение

5 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

2. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть в течение 5-7 секунд холодным воздухом по подбородку на тыльную сторону ладони». Выполняется на одном: выдохе.

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5-7 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется два раза.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Детям предлагается прижать ладони к листу грубой наждачной бумаги, нарисовать обеими руками одновременно круг по часовой стрелке и против, затем приподнимать пальцы поочередно, далее каждым пальцем рисовать круги по часовой стрелке и против. После этого кусочком льда «вымыть руки» и вытереть их насухо бумажной салфеткой. Затем предлагается пошлепать ладонями рук по листу тонкой наждачной бумаги, затем обратными сторонами кисти, затем ребром ладони, постучать каждым, пальцем поочередно.

Конструирование «картинок» по схеме.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Цветок».

И. п.: сидя или стоя.

Инструкция: «Зафиксируйте подбородок руками. Глазами «нарисуйте» цветок с семью большими лепестками сначала по часовой стрелке, затем, против». Можно предложить «обвести» глазами лепестки цветка, нарисованного на доске или большом листе бумаги.

Дыхательное упражнение «Веточка».

Выполняется стоя или сидя.

Инструкция: «Станьте ли сядьте прямо, опустите руки вдоль тела.

Поднимите руки через стороны вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте сильный резкий выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь, опустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха. Медленно поднимайте вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте медленный выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание медленный вдох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, медленно выдохните через рот. Снова задержите дыхание. Отпустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха». Выполняется 1 раз.

Конспект «Ниточки – улиточки» (30)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; развитие связной речи; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; совершенствование пространственных представлений; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: тонкая наждачная бумага (0-й или 1-й номер), грубая наждачная бумага, лед, бумажные салфетки, цветные нитки.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Холодно - тепло».

1. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть короткими сильными толчками холодным воздухом: по подбородку на тыльную сторону ладони в течение 5 секунд».

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется 2-3 раза.

2. «Заморозим ладошки».

Инструкция: «Сделайте вдох, растянуть сомкнутые губы, тыльную сторону ладони поставить под подбородок, дуть в течение 5-7 секунд холодным воздухом по подбородку на тыльную, сторону ладони». Выполняется на одном выдохе.

«Погреем ладошки». Инструкция: «Сделать вдох через нос, дуть короткими сильными толчками теплым воздухом на ладони в течение 5-7 секунд, руки согнуты в локтях. Ладони на расстоянии 15-20 см. от рта». Выполняется два раза.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Детям предлагается прижать ладони к листу грубой наждачной бумаги, нарисовать обеими руками одновременно круг по часовой стрелке и против, затем приподнимать пальцы поочередно, далее каждым пальцем рисовать круги по часовой стрелке и против. После этого кусочком льда «вымыть руки» и вытереть их насухо бумажной салфеткой.

Затем предлагается пошлепать ладонями рук по листу тонкой наждачной бумаги, затем обратными сторонами кисти, затем ребром ладони, постучать каждым пальцем поочередно.

Конструирование «картинок» по теме.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Цветок».

И. п.: сидя или стоя.

Инструкция: «Зафиксируйте подбородок руками. Глазами «нарисуйте» цветок с семью большими лепестками сначала по часовой стрелке, затем против». Можно предложить «обвести» глазами лепестки цветка, нарисованного на доске или большом листе бумаги.

Дыхательное упражнение «Веточка».

Выполняется стоя или сидя.

Инструкция: «Станьте ли сядьте прямо, опустите руки вдоль тела. Поднимите руки через стороны вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте сильный резкий выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание. Медленный вдох через нос, выпрямляясь, опустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха. Медленно поднимайте вверх, делая при этом глубокий вдох через нос. Потянитесь вверх к солнцу - задержите дыхание. Сделайте медленный выдох, наклоняясь вправо и держа прямые руки над головой. Снова задержите дыхание медленный вдох через нос, выпрямляясь. Снова задержите дыхание. Наклоняясь влево, медленно выдохните через рот. Снова задержите дыхание. Отпустите руки вдоль тела. Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха». Выполняется 1 раз.

Конспект «Строим заборчики» (31)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: набор щеток разной жесткости, деревянные или пластмассовые волчки, поролоновый или ватный шарик, цветные счетные палочки, пуговицы, цветные карандаши, бумага, грецкие орехи, образцы «заборчики».

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Певец».

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх. Задержите дыхание. Выдохните с открытым сильным звуком «а-а-а», медленно опуская при этом. Снова задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня плеч через стороны. Задержите дыхание. Во время выдоха поете «о-о-о», обнимая себя за плечи и опуская голову на грудь. Задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня груди, и снова задержите дыхание. Медленно выдохните с сильным звуком «у-у-у», опуская руки вниз, а голову на грудь». Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

1. Массаж кистей и пальцев рук жесткой щеткой. Катание ладонями рук по поверхности стола мячиков с шипами. Сжимание и разжимание резиновых или пластиковых мячиков с шипами.

2. Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «рубим дрова», «птица клюет зерно», «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

Конструирование заборчиков по образцу.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Пружинки».

Инструкция: «Глазами «рисуйте» пружинки справа налево, затем слева направо по 3-5 раз. Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушения стопы.

И. п.: сидя на стуле, ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу.

Инструкция: «Положите руки на колени, спиной прижмитесь к спинке стула. Если я хлопну в ладоши перед грудью, вы барабаните пальцами ног, поочередно приподнимая правую и левую ноги. Когда я стукну кулаком о кулак, вы стучите пятками правой и левой ноги поочередно, приподняв ступни. А когда я хлопну в ладоши над головой, вы топаете поочередно ступнями правой и левой ног».

Дыхательное упражнение «Ракета».

И. п.: стоя, руки опущены вдоль тела.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, медленно поднимаясь на носки, - руки через стороны вверх, ладони сомкнуть над головой. Задержите дыхание, потянитесь с силой вверх, поднимаясь на носки и удерживая равновесие, - подготовка ракеты к старту.

Медленно выдохните с открытым, свободным, длительным звуком «а-а-а» отпуская при этом руки через стороны вниз, одновременно опускаясь на полную ступню. Затем снова сделайте глубокий вздох через нос, так же потянитесь и задержите дыхание, а выдохните с силой, резко и кратко «а!». Выполняется один раз.

Конспект «Строим заборчики» (32)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: набор щеток разной жесткости, деревянные или пластмассовые волчки, поролоновый или ватный шарик, цветные счетные палочки и пуговицы, цветные карандаши, бумага, грецкие орехи.

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Певец».

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх. Задержите дыхание. Выдохните с открытым сильным звуком «а-а-а», медленно опуская при этом. Снова задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня плеч через стороны. Задержите дыхание.

Во время выдоха поете «о-о-о», обнимая себя за плечи и опуская голову на грудь. Задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня груди, и снова задержите дыхание. Медленно выдохните с сильным звуком «у-у-у», опуская руки вниз, а голову на грудь». Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

1. Массаж кистей и пальцев рук жесткой щеткой. Катание ладонями рук по поверхности стола мячиков с шипами. Сжимание и разжимание резиновых или пластиковых мячиков с шипами.

2. Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «рубим дрова», «птица клюет зерно», «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения педагога.

Конструирование заборчиков по инструкции.

Инструкция: «Мы будем строить забор из палочек и пуговиц. Если я хлопну в ладоши, вы берете палочку и выкладываете ее вертикально, если стукну кулаком по столу, то пуговицу. Давайте попробуем (дети выполняют 2-3 пробных задания). А теперь усложним задачу. Обозначим зеленый цвет звуком «а», красный — «о», синий - «у», желтый - «и». То есть, если я хлопну в ладоши один раз, произнося при этом звук «и», то вы выкладываете желтую палочку, если же я произнесу «у», стукнув при этом кулаком по столу, то вы должны взять синюю пуговицу». Далее задание выполняется без словесных комментариев и совместного обсуждения. Таким образом, дети строят «забор» из 5-7 элементов.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Пружинки».

Инструкция: «Глазами «рисуйте» пружинки справа налево, затем слева направо по 3-5 раз. Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушения стопы.

И.п.: сидя на стуле, ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу.

Инструкция: «Положите руки на колени, спиной прижмитесь к спинке стула. Если я хлопну в ладоши перед грудью, вы барабаните пальцами ног, поочередно приподнимая правую и левую ноги. Когда я стукну кулаком о кулак, вы стучите пятками правой и левой ноги поочередно, приподняв ступни. А когда я хлопну в ладоши над головой, вы топаете поочередно ступнями правой и левой ног».

Дыхательное упражнение «Ракета».

И. п.: стоя, руки опущены вдоль тела.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, медленно поднимаясь на носки, - руки через стороны, вверх, ладони сомкнуть над головой. Задержите дыхание, потянитесь с силой вверх, поднимаясь на носки и удерживая равновесие, - подготовка ракеты к старту. Медленно выдохните с открытым, свободным, длительным звуком «а-а-а», отпуская при этом руки через стороны вниз, одновременно опускаясь на полную ступню. Затем снова сделайте глубокий вздох через нос, так же потянитесь и задержите дыхание, а выдохните с силой, резко и кратко «а»». Выполняется один раз.

Конспект «Строим заборчики» (33)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм: мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: набор щеток разной жесткости, деревянные или пластмассовые волчки, поролоновый или ватный шарик, цветные счетные палочки, пуговицы, цветные карандаши, бумага, грецкие орехи.

Ход занятия

Дыхательное упражнение «Певец».

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох, руки при этом медленно поднимите через стороны вверх. Задержите дыхание. Выдохните с открытым сильным звуком: «а-а-а», медленно опуская при этом. Снова задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня плеч через стороны. Задержите дыхание. Во время выдоха поете «о-о-о», обнимая себя за плечи и опуская голову на грудь. Задержите дыхание. Сделайте глубокий вдох, поднимая руки до уровня груди, и снова задержите дыхание. Медленно выдохните с сильным звуком «у-у-у», опуская руки вниз, а голову на грудь». Выполняется один раз.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

1. Массаж кистей и пальцев рук жесткой щеткой. Катание ладонями рук по поверхности стола мячиков с шипами. Сжимание и разжимание резиновых или пластиковых мячиков с шипами.

2. Игра «Кто что делает?» Педагог имитирует руками движения: «рубим дрова», «птица клюет зерно», «гладим кошку», «моем руки», «стираем белье», «бабочка летит» и т.д. Дети угадывают, называют действие, повторяют движения, педагога.

Конструирование заборчиков по замыслу.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Пружинки»

Инструкция: «Глазами «рисуйте» пружинки справа налево, затем слева направо по 3-5 раз. Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушения стопы.

И. п.: сидя на стуле, ноги на ширине плеч, стопы параллельно друг другу.

Инструкция: «Положите руки на колени, спиной прижмитесь к спинке стула. Если я хлопну в ладоши перед грудью, вы барабаните пальцами ног, поочередно приподнимая правую и левую ноги. Когда я стукну кулаком о кулак, вы стучите пятками правой и левой ноги поочередно, приподняв ступни. А когда я хлопну в ладоши над головой, вы топаете поочередно ступнями правой и левой ног».

Дыхательное упражнение «Ракета».

И. п.: стоя, руки опущены вдоль тела.

Инструкция: «Сделайте глубокий вдох через нос, медленно поднимаясь на носки, - руки через стороны вверх, ладони сомкнуть над головой. Задержите дыхание, потянитесь с силой вверх, поднимаясь на носки и удерживая равновесие, - подготовка ракеты к старту.

Медленно выдохните с открытым, свободным, длительным звуком «а-а-а» отпуская при этом руки через стороны вниз, одновременно опускаясь на полную ступню. Затем снова сделайте глубокий вздох через нос, так же потянитесь и задержите дыхание, а выдохните с силой, резко и кратко «а!». Выполняется один раз.

Конспект «Небоскребы» (34)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: поролоновые шарики (по 2 на каждого ребенка), колечки для су-джока, гимнастическая палка, цветные губки.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Шарики».

И. п.: лежа на животе на полу, руки в упоре на уровне груди по обе стороны туловища.

Инструкция: «Дуйте на шарики так, чтобы они перемещались один вправо, другой влево. Голова при этом неподвижна. Побеждает тот, чей мяч за 5 «ударов» - выдохов улетит дальше от остальных». Выполняется не дольше одной минуты.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

1. Прокатывание по каждому пальцу от кончика к основанию и обратно пружинного металлического колечка для су-джок.

2. Мягкое прокатывание между открытыми ладонями легкого поролонового или ватного шарика по часовой стрелке и против (шарик не сжимать).

Конструирование небоскребов, соблюдая определенные условия (цвет, количество, величина).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Галочки».

Инструкция: «Глазами «рисуите» галочки сверху слева вниз, затем снизу- вверх- вправо и обратно по 3-5 раз. Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушения стопы «Перекаты».

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Инструкция: «Положите палочку на пол перед собой. Встаньте на палочку так, чтобы палка была под внутренним сводом стопы. Перекатывайтесь на палочке с пяток на носки, руки на поясе». Выполняется в течение 15-20 с.

Дыхательное упражнение «Крест».

И. п.: лежа на спине, руки раскинуты в стороны, ладони упираются в пол, ноги прямые, пятка правой ноги лежит на пальцах левой.

Инструкция: «Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха, на вдохе надувая живот, на выдохе сдувая его. А теперь сделайте вдох, задержите дыхание. Совершите 7 скручивающих движений, не отрывая ладони, плечи от пола таким образом, чтобы бедра разворачивались в одну сторону, а голова в другую. Сделайте вдох. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха. Поменяйте ноги, выполните упражнение еще раз. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха».

Конспект «Небоскребы» (35)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм: мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: поролоновые шарики (по 2 на каждого ребенка), колечки для су-джока, гимнастическая палка, цветные губки.

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Шарики».

И. п.: лежа на животе на полу, руки в упоре на уровне груди по обе стороны туловища.

Инструкция: «Дуйте на шарики так, чтобы они перемещались один вправо, другой влево. Голова при этом неподвижна. Побеждает тот, чей мяч за 5 «ударов» - выдохов улетит дальше от остальных». Выполняется не дольше одной минуты.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

1. Прокатывание по каждому пальцу от кончика к основанию и обратно пружинного металлического колечка для су-джок.

2. Мягкое прокатывание между открытыми ладонями легкого поролонового или ватного шарика по часовой стрелке и против (шарик не сжимать).

Конструирование небоскребов, соблюдая определенные условия (цвет, количество, величина).

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Галочки».

Инструкция: «Глазами «рисуйте» галочки сверху – слева - вниз, затем снизу – вверх - вправо и обратно по 3-5 раз. Подбородок зафиксирован руками, голова абсолютно неподвижна.

Упражнение для профилактики нарушения стопы «Перекаты».

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Инструкция: «Положите палочку на пол перед собой. Встаньте на палочку так, чтобы палка была под внутренним сводом стопы. Перекачивайтесь на палочке с пяток на носки, руки на поясе». Выполняется в течение 15-20 с.

Дыхательное упражнение «Крест».

И. п.: лежа на спине, руки раскинуты в стороны, ладони упираются в пол, ноги прямые, пятка правой ноги лежит на пальцах левой.

Инструкция: «Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха, на вдохе надувая живот, на выдохе сдувая его. А теперь сделайте вдох, задержите дыхание. Совершите 7 скручивающих движений, не отрывая ладони, плечи от пола таким: образом, чтобы бедра разворачивались в одну сторону, а голова в другую. Сделайте вдох. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха. Поменяйте ноги, выполните упражнение еще раз. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха».

Конспект «Крепость» (36)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: полотенце (или салфетка) с небольшим грузом, аппликаторы Ляпко, конструктор «Лего».

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Шарики».

Ил.: лежа на животе на полу, руки в упоре на уровне груди по обе стороны туловища.

Инструкция: «Дуйте на шарики так, чтобы они перемещались один вправо, другой влево. Голова при этом неподвижна. Побеждает тот, чей мяч за 5 «ударов» - выдохов улетит дальше от остальных». Выполняется не дольше одной минуты.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Надавливание открытыми ладонями на аппликатор Ляпко в заданном взрослым ритме в течение 10-15 с. Похлопывание расслабленными ладонями по аппликатору с соблюдением заданного ритмического рисунка.

Сооружение крепости, соблюдая определенные условия.

Инструкция: «Мы будем строить крепость из деталей. Если я подниму вверх правую руку, вы берете деталь правой рукой, если я подниму вверх левую руку, то вы работаете левой рукой. Внимательно следите за тем, как сложены мои пальцы. Вы должны брать деталь теми же пальцами. Давайте попробуем». Дети выполняют задание.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Сон».

И. п.: сидя или лежа.

Инструкция: «Закройте глаза. Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами под закрытыми веками вправо-влево (10-15 с), вверх-вниз (10-15 с), голова при этом неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушения стопы «Перекаты».

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Инструкция: «Положите палочку на пол перед собой. Встаньте на палочку так, чтобы палка была под внутренним сводом стопы. Перекатывайтесь на палочке с пяток на носки, руки на поясе». Выполняется в течение 15-20 с.

Дыхательное упражнение «Крест».

И. п.: лежа на спине, руки раскинуты в стороны, ладони упираются в пол, ноги прямые, пятка правой ноги лежит на пальцах левой.

Инструкция: «Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха, на вдохе надувая живот, на выдохе сдувая его. А теперь сделайте вдох, задержите дыхание. Совершите 7 скручивающих движений, не отрывая ладони, плечи от пола таким образом, чтобы бедра разворачивались в одну сторону, а голова в другую. Сделайте вдох. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха. Поменяйте ноги, выполните упражнение еще раз. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха».

Конспект «Крепость» (37)

Задачи

Коррекционно-развивающие: развитие слухового и зрительного внимания и памяти; совершенствование пространственных ориентировок; развитие наглядных форм мышления и конструктивного праксиса; совершенствование графических навыков, тонкой моторики и зрительно-моторной координации; развитие способности к удержанию многоступенчатой инструкции.

Воспитательные: формирование способности критично оценивать результат своей деятельности.

Здоровьесберегающие: нормализация тонуса кистей рук; профилактика нарушений зрения; снятие эмоционального и физического напряжения; профилактика нарушений стопы и осанки.

Оборудование: полотенце (или салфетка) с небольшим грузом, аппликаторы Ляпко, морские камушки (натуральные или декоративные).

Ход занятия

Дыхательная гимнастика «Шарики».

И. п.: лежа на животе на полу, руки в упоре на уровне груди по обе стороны туловища.

Инструкция: «Дуйте на шарики так, чтобы они перемещались один вправо, другой влево. Голова при этом неподвижна. Побеждает тот, чей мяч за 5 «ударов» - выдохов улетит дальше от остальных». Выполняется не дольше одной минуты.

Упражнения для нормализации тонуса мышц кистей рук.

Надавливание открытыми ладонями на аппликатор Ляпко в заданном взрослым ритме в течение 10-15 с. Похлопывание расслабленными ладонями по аппликатору с соблюдением заданного ритмического рисунка.

Сооружение крепости, соблюдая определенные условия.

Инструкция: «Мы будем строить крепость из камушков. Если я подниму вверх правую руку, вы берете камушек правой рукой, если я подниму вверх левую руку, то вы работаете левой рукой. Внимательно следите за тем, как сложены мои пальцы. Вы должны брать камушек теми же пальцами. Давайте попробуем». Дети выполняют задание.

Упражнение для профилактики нарушения зрения «Сон».

И. п.: сидя или лежа.

Инструкция: «Закройте глаза. Потрите ладони, согревая их. Затем положите их на закрытые глаза, не касаясь век. Двигайте глазами под закрытыми веками вправо-влево (10-15 с), вверх-вниз (10-15 с), голова при этом неподвижна».

Упражнение для профилактики нарушения стопы «Перекаты».

И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, руки на поясе.

Инструкция: «Положите палочку на пол перед собой. Встаньте на палочку так, чтобы палка была под внутренним сводом стопы. Перекачивайтесь на палочке с пяток на носки, руки на поясе». Выполняется в течение 15-20 с.

Дыхательное упражнение «Крест».

И. п.: лежа на спине, руки раскинуты в стороны, ладони упираются в пол, ноги прямые, пятка правой ноги лежит на пальцах левой.

Инструкция: «Сделайте 2-3 свободных вдоха-выдоха, на вдохе надувая живот, на выдохе сдувая его. А теперь сделайте вдох, задержите дыхание. Совершите 7 скручивающих движений, не отрывая ладони, плечи от пола таким образом, чтобы бедра разворачивались в одну сторону, а голова в другую. Сделайте вдох. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха. Поменяйте ноги, выполните упражнение еще раз. Затем 2-3 свободных вдоха-выдоха».

