

Программы, получившие гриф ФПО России

Т.В. Коростелёва

«Родничок успеха»

коррекционно-развивающая психолого-педагогическая программа комплексного сопровождения нейропсихологического развития ребёнка 5–6 лет методом замещающего онтогенеза

Примечание от редакции: приводим фрагмент программы, вошедшей в число победителей III Всероссийского конкурса психолого-педагогических программ «Новые технологии для «Новой школы». С полной версией программы можно ознакомиться в электронном приложении к журналу (CD-диск).

Цель программы: разработать системный индивидуальный подход к коррекции и абилитации психического развития ребёнка 5-6 лет.

Задачи:

1. Разработать систему двигательных методов, активизирующих взаимодействие между различными уровнями и аспектами психической деятельности.
2. Обеспечить поэтапную систему включения методов когнитивной коррекции.
3. Создать условия активизации развития эмоционально-волевой сферы развития.
4. Обеспечить профилактику психосоматических дисфункций развития ребёнка.

Программа включает три этапа работы.

Первый этап. Диагностический, направленный на выявление патопсихологического синдрома развития. На данном этапе используется экспресс-диагностика психического развития дошкольников, разработанная авторами Н.Н.Павлова, Л.Г.Руденко. Выявленная «группа риска» детей подлежит более глубокому обследованию методиками нейропсихологической диагностики для более детального вычленения проблем психологического отклоняющегося развития (составители комплекта Балашова Е.Ю., Ковязина М.С.).

Второй этап. Комплексная нейропсихологическая коррекция и абилитация отклоняющегося развития. На данном этапе с детьми индивидуально и по подгруппам проводятся занятия в объёме двадцати встреч по два раза в неделю. Каждое занятие трёхуровневое и включает по иерархическому принципу упражнения на сенсомоторное развитие, формирование вербальных и невербальных психических процессов, формирование смыслообразующих функций психических процессов и процессов произвольной саморегуляции.

Третий этап. Контрольная диагностика. Обследование проводится по ранее используемым методикам. По результатам обследования принимается решение о продолжении коррекции или

Коростелёва Татьяна Викторовна — педагог-психолог МБДОУ детского сада комбинированного вида №49 «Родничок», г. Нижневартовск ХМАО-Югра.



о выведении в общеразвивающий режим группы образовательного учреждения.

Учебно-методический план занятий с детьми 5-6 лет

(Примечание от редакции: в полной версии программы (см. CD-диск) перечень упражнений представлен в форме таблицы.)

Занятие №1.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде взрослого ребёнок делает вдох через нос и выдох через широко открытый рот.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно. Психолог берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр.

3. «Качели». Ребёнок сидит, обхватив согнутые ноги руками. В таком положении ребёнок откатывается назад на спину и возвращается в и.п.

4. «Лодочка». Ребёнок лежит на животе, руки вытянуты вперёд, ноги и руки приподняты. По команде ребёнка прогибается и покачивается.

5. Ползание. Ребёнок произвольно ползает на спине и на животе.

6. Массаж ладоней и пальцев. Психолог массирует ребёнку ладони и пальцы, предлагает проделать несколько вращательных движений кистями рук.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

7. Рисование на спине и руках геометрических фигур и букв. Вместе с ребёнком следует вспомнить геометрические фигуры и нарисовать их на листе бумаги, используя трафарет. Затем фигуры поочерёдно рисуются пальцем на спине ребёнка, а он должен их угадать и назвать. То же проделать на ладонях ребёнка, глаза при этом у него закрыты.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. «Животные-детёныши». Ребёнку предложить картинки животных и их детёнышей и попросить разложить детёнышей к животным.

9. «Что по форме напоминает данный предмет». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

10. Игры со строительным материалом по желанию ребёнка. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

11. Упражнение на релаксацию «Полёт на волшебной капле». Ребёнок ложится на модуль «груша» и слушает психолога, стараясь представить предлагаемые картины. Психолог: «Сейчас ты на волшебной капле отправляешься в путешествие. Закрой глаза и представь, что ты летишь по небу между облаками, и на тебя светят лучи солнца. Лучи тёплые и нежные. Тебе тепло и очень приятно лететь по небу. Ты рассматриваешь небо и облака и медленно летишь. Ноги, руки, голова и туловище у тебя лёгкие. Ты летаешь, летаешь, летаешь и медленно опускаешься на землю. Открой глаза, сделай глубокий выдох и вставай с капли».

12. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №2.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде взрослого ребёнка делает вдох через нос и выдох через широко открытый рот, надувая живот, как шарик.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно, рот ребёнка открыт, язык высунут и спокойно лежит на нижней губе. Психолог берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, руки лежат вдоль тела. По команде ребёнка на вдохе через нос прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе через широко открытый рот возвращается в исходное положение.

4. «Брёвнышко». Ребёнок должен покататься на полу, как бревно:

1. с прямыми руками и ногами, руки прижаты к бокам,
2. с вытянутыми руками и ногами.

Во время выполнения упражнения ноги следует держать вместе, не сгибать.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. Массаж ступней. Предложить ребёнку походить по неровной поверхности (массажному коврику, фасоли в тазике и пр.).

6. «Игры в животных». Предложить ребёнку показать животное и подвигаться, как это животное, воспроизвести звуки этого животного.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. Определение фактуры поверхности предмета. Показать, назвать и дать потрогать ребёнку



предметы разной фактуры: гладкие, шершавые, колючие, мягкие. Положить предметы в мешочек и предложить ребёнку наощупь определить фактуру предмета и назвать. Ощупывать предметы каждой рукой в отдельности.

8. «Найди такой же». Ребёнку предлагается два комплекта одинаковых геометрических форм. Один комплект в мешочке, другой в коробке. Ребёнок одной рукой нащупывает форму в мешочке, а другой рукой в коробке находит такую же форму. Одновременно достаёт обе формы и смотрит, удалось ли ему достать одинаковые.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Игры со строительным материалом и мелкими машинками по желанию ребёнка. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

10. Упражнение на релаксацию «Полёт на волшебной капле». Ребёнок ложится на модуль «груша» и слушает психолога, стараясь представить предлагаемые картины.

Психолог: «Сейчас ты на волшебной капле отправляешься в путешествие. Закрой глаза и представь, что ты летишь по небу между облаками, и на тебя светят лучи солнца. Лучи тёплые и нежные. Тебе тепло и очень приятно лететь по небу. Ты можешь посмотреть вверх, вниз, направо, налево. Что ты видишь? Рассмотри внимательно. Расскажи, что ты видишь. Ноги, руки, голова и туловище у тебя лёгкие. Ты летаешь, летаешь, летаешь и медленно опускаешься на землю. Открой глаза, сделай глубокий выдох и вставай с капли».

11. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №3.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде взрослого ребёнок делает вдох через нос, надувая при этом живот, как мячик, и выдох через широко открытый рот, втягивая живот.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно. Психолог берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Рот во время упражнения открыт и язык двигается вместе с движением глаз (глаза вправо и язык вправо и т. д.).

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, одна рука лежит на диафрагме, другая на животе. По команде на вдох ребёнок прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдох — в и.п.

4. Ползание на животе. Ребёнок должен поползти на животе:

1. только при помощи ног (руки лежат на животе),
2. только при помощи рук, отталкиваясь сразу обеими руками,
3. только при помощи рук, отталкиваясь каждой рукой попеременно.

5. Ползание на спине. Ребёнок ползает на спине с помощью только ног (руки лежат на животе):

1. отталкиваясь одновременно обеими ногами,
2. отталкиваясь попеременно то левой, то правой ногой.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

6. «Змейки». Предложить ребёнку представить, что его пальцы — маленькие змейки, они двигаются, извиваются в разные стороны, вверх, вниз.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Волшебный мешочек». Положить в непрозрачный мешочек различные небольшие предметы: ключ, кольцо, монету, орех, камешек и пр. Ребёнок должен наощупь отгадать, какой предмет ему попался. Перед началом нужно показать предметы ребёнку.

8. «Профессии». Предложить ребёнку картинки с профессиями и предметами или инструментами, назвать их. Убрать карточку и предложить ребёнку расположить предметы в той последовательности, как они были расположены на карточке.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Игры со строительным материалом и мелкими машинками по желанию ребёнка. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

10. Упражнение на релаксацию «Полёт на волшебной капле». Ребёнок ложится на модуль «груша» и слушает психолога, стараясь представить предлагаемые картины.

Психолог: «Сейчас ты на волшебной капле отправляешься в путешествие. Закрой глаза и представь, что ты летишь на другую планету. Тебе тепло и очень приятно лететь по небу. Ты можешь посмотреть вверх, вниз, направо, налево. Что ты видишь? Кого ты встретил на незнакомой планете? Рассмотри внимательно. Расскажи, что ты видишь. Ноги, руки, голова и туловище у тебя лёгкие. Ты покидаешь планету, летаешь и медленно опускаешься на землю. Открой глаза, сделай глубокий выдох и вставай с капли».

11. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?



Занятие №4.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде ребёнок делает вдох через нос и поднимает правую руку так, чтобы она «смотрела» в потолок. Делая выдох через широко открытый рот, ребёнок опускает руку. Затем упражнение повторяется с левой рукой.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно. Психолог берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Рот во время упражнения открыт, и язык двигается с движением глаз, но в противоположную сторону (глаза вправо, а язык влево, глаза вверх — язык вниз и т. д.).

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, руки за голову. По команде на вдохе ребёнок прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе голова и руки приподнимаются так, чтобы ребёнок увидел свои колени, локти к голове не сводятся.

4. Ползание. Ребёнок ползает на животе «по-пластунски»:

1. одновременно сгибаются правая рука и правая нога, затем левые рука и нога,
2. одновременно сгибаются правая нога и левая рука и наоборот.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. Сортировка. Смешать небольшое количество фасоли и гороха и попросить ребёнка рассортировать горох от фасоли, работая одновременно правой и левой руками.

6. «Угадай, что за звук». Предложить ребёнку послушать звучание нескольких предметов: бумага, карандаш в стакане и пр. Затем предложить ребёнку с закрытыми глазами определить, какой предмет издаёт шум.

7. «Игры с мячом». Предложить ребёнку ударять мяч об пол то правой, то левой рукой.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. «Времена года». Предложить ребёнку карточки с временами года и набор картинок с характерными сезонными признаками. Предложить ребёнку разложить картинки на подходящие по сезону карточки.

9. «Овощи — фрукты». Предложить ребёнку два комплекта овощей и фруктов. Один комплект в непрозрачном мешочке, другой в открытой коробке. Одной рукой ребёнок находит фрукт или овощ в мешочке, другой рукой — такой же в открытой коробке,

называет его и достаёт одновременно из мешочка и коробки.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

10. Сюжетная игра в магазин «Овощи — фрукты». Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

11. Упражнение на релаксацию «Заблудись».

Ребёнок садится в кресло и ему завязывают глаза. Поочерёдно ребёнку в руки психолог вкладывает мягкие игрушки: кошку, собачку, коровку, цыпленка, змею, — и предлагает сначала угадать кто в руке, а затем громко прокричать так, как кричит животное. Важно, чтобы упражнение ребёнок закончил согласным звуком.

12. Беседа в конце занятия. Наше занятие. Заключено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №5.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде ребёнок делает вдох через нос и поднимает правую ногу так, чтобы она «смотрела» в потолок. Делая выдох через широко открытый рот, ребёнок опускает ногу. Затем упражнение повторяется с левой ногой.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно. Ребёнок берёт яркий предмет и плавно водит предметом слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Руки прямые и не сгибаются в локтях, затем упражнение повторить с согнутыми в локтях руками.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты в коленях, правая рука за голову, левая рука держит левое колено. По команде на вдохе ребёнок прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе локоть правой руки касается левого колена. Повторить это упражнение, поменяв руки местами (левая рука под головой, правая держит правое колено).

4. Ползание. Ребёнок стоит на четвереньках (на руках и коленях).

1. Делает шаг сначала правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой и т. д. Важно, чтобы ребёнок одновременно переставлял руку и ногу. После этого упражнение выполняется в обратном направлении (ребёнок пятится назад).
2. Ребёнок делает шаг сначала правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой. Потом это же упражнение выполняется в обратном направлении.



Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Игры с мячом». Ребёнок ударяет мяч об пол и, прежде чем поймает мяч, хлопает в ладоши.

6. «Шумящие коробочки». Два набора идентичных коробочек, наполненных разными наполнителями: песок, крупа, скрепки, фасоль, горох, бумажные шарики. Психолог трясёт одну коробочку, а ребёнок должен найти идентичную по шуму.

7. «Развитие чувства ритма». Психолог задаёт ритм отстукивания или хлопка, а ребёнок повторяет.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. «Разрезные картинки». Предложить ребёнку по образцу собрать разрезную картинку (можно кубики). Уровень сложности — в зависимости от навыка ребёнка.

9. «Сортировка». Смешать небольшое количество фасоли и гороха и попросить ребёнка рассортировать горох от фасоли, работая одновременно правой и левой руками.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

10. Сюжетная игра в магазин. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

11. Упражнение на релаксацию «Заблудились». Ребёнок садится в кресло и ему завязывают глаза. Поочередно ребёнку в руки психолог вкладывает мягкие игрушки: кошку, собачку, коровку, цыпленка, змею, — и предлагает сначала угадать кто в руке, а затем громко прокричать так, как кричит животное. Важно, чтобы упражнение ребёнок закончил согласным звуком.

12. Беседа в конце занятия. Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №6.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде ребёнок делает вдох через широко открытый рот и поднимает правую руку и ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок. Делая выдох через нос, ребёнок опускает руку и ногу. Затем упражнение повторяется с левой рукой и ногой.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно, рот ребёнка открыт, язык высунут и спокойно лежит на нижней губе. Ребёнок берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр, затем меняет правую руку на левую, затем двумя руками, затем руками, согнутыми в локтях.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на спине, правая рука под головой, левая лежит вдоль тела, ноги согнуты в коленях. По команде ребёнок на вдохе прогибает спину с опорой на плечи и копчик, на выдохе локоть правой руки касается правого колена. Затем упражнение повторяется с заменой руки.

4. Ползание. Ребёнок ползет на четвереньках, при этом руки ставит, перекрещивая:

1. делает шаг сначала правой рукой и правой ногой, затем левой рукой и левой ногой и т. д. Сначала ребенок продвигается вперёд, затем назад;
2. делает шаг сначала правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой, продвигаясь вперёд, а потом пятясь назад.

5. «Ладушки». Игра в ладушки с партнером со сменой движения рук.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

6. «Игры с мячом». Ребёнок ударяет мяч об пол и прежде чем поймает мяч, хлопает в ладоши два раза.

7. «Развитие чувства ритма». Психолог задаёт ритм отстукивания или хлопка, а ребёнок повторяет.

8. Рисование двумя руками. Ребёнок берёт в обе руки по карандашу и рисует одновременно двумя руками по заданному контуру. Рисует справа налево, слева направо. Одной рукой слева направо, другой рукой справа налево и наоборот.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

9. Кубики. Предложить ребёнку собрать кубики по рисунку.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

10. Сюжетная игра в магазин с использованием кукол. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

11. Упражнение на релаксацию «Заблудились». Ребёнок садится в кресло и ему завязывают глаза. Поочередно ребёнку в руки психолог вкладывает мягкие игрушки: кошку, собачку, коровку, цыпленка, змею, — и предлагает сначала угадать кто в руке, а затем громко прокричать так, как кричит животное. Важно, чтобы упражнение ребёнок закончил согласным звуком.

12. Беседа в конце занятия. «Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?»

Занятие №7.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде ребёнок делает вдох через нос и поднимает правую руку и левую ногу так, чтобы они «смотрели» в



потолок. Делая выдох через широко открытый рот, ребёнок опускает руку и ногу. Затем упражнение повторяется с левой рукой и правой ногой.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно. Ребёнок самостоятельно берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Рот во время упражнения открыт, и язык двигается вместе с движением глаз (глаза вправо и язык вправо и т. д.). Руки вытянуты, затем руки сгибаются в локтях и упражнение повторяется.

3. «Растяжки». «Звёздочка». Исходное положение — лёжа на спине, слегка разведя руки и ноги в позу звезды, голова фиксирована и лежит неподвижно. Психолог берёт одну руку и слегка растягивает её, затем другую. То же — с ногами. Затем ребёнок самостоятельно тянет руку на вдохе, на выдохе — расслабляет, то же с левой ногой, левой рукой, правой ногой.

4. Ползание. Ребёнок стоит на четвереньках (на руках и коленях).

1. Делает шаг сначала правой рукой и ногой, затем левой рукой и ногой и т. д. Важно, чтобы ребёнок одновременно переставлял руку и ногу. После этого упражнение выполняется в обратном направлении (ребёнок пятится назад).
2. Ребёнок делает шаг сначала правой рукой и левой ногой, затем левой рукой и правой ногой. Потом это же упражнение выполняется в обратном направлении. Рот открыт, язык высунут и двигается в сторону «шагающей» руки.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Развитие чувства ритма». Психолог задаёт ритм отстукивания ногой, а ребёнок повторяет.

6. Рисование двумя руками. Ребёнок берёт в обе руки по карандашу и рисует одновременно двумя руками по заданному конуру окружность. Рисует справа налево, слева направо. Одной рукой слева направо, другой рукой справа налево и наоборот.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Собери рыбку». Ребёнку предлагается собрать по образцу из плоских геометрических фигур рыбку.

8. «Дорисуй предмет до целого». Предложить ребёнку изображение с неполным количеством элементов. Надо дорисовать недостающие предметы и назвать их.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Сюжетная игра с мелким строительным материалом и мелкими машинками «Автопарк». Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

10. Упражнение на релаксацию «Заблудись». Ребёнок садится в кресло и ему завязывают глаза. Поочередно ребёнку в руки психолог вкладывает мягкие игрушки: кошку, собачку, коровку, цыпленка, змею, — и предлагает сначала угадать кто в руке, а затем громко прокричать так, как кричит животное. Важно, чтобы упражнение ребёнок закончил согласным звуком.

11. Беседа в конце занятия. Наше занятие. Заключено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №8.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде:

1. ребёнок делает вдох через нос;
2. делает выдох через широко открытый рот, одновременно поднимая правую руку так, чтобы она «смотрела» в потолок;
3. затем, делая вдох через нос, одновременно опускает правую руку.

Упражнение повторить 2–3 раза и поменять руку.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — лёжа на спине, голова фиксирована и лежит неподвижно. Ребёнок самостоятельно берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Рот во время упражнения открыт, и язык двигается вместе с движением глаз, но в противоположную сторону (глаза вправо, а язык влево. глаза вверх — язык вниз и т. д.).

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя и около носа.

3. «Растяжка». Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты, руки вытянуты в стороны. По команде ребёнок руки перекладывает таким образом, чтобы правая оказалась вытянута вверх, а левая рука лежала вдоль тела, голова наклоняется в сторону правой руки, колени в сторону левой. Затем руки и ноги меняются.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках вперёд, руки параллельно друг другу. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки. Затем ребёнок пятится назад.

5. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках вперёд, руки параллельно друг другу. Глаза поворачиваются в сторону, противоположную «шагающей» руке. Затем ребёнок пятится назад.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

6. Развитие чувства ритма. Взрослый задаёт ритм ногами и руками. Например: 2 удара правой рукой, 3 левой ногой и т. п., ребёнок должен повторить.



7. «Развитие внимания». Если взрослый хлопнет один раз, то ребёнок два раза, если взрослый хлопнет два раза — ребёнок один раз. Если взрослый хлопнет три раза, то ребёнку делать ничего не надо.

8. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками волны:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. «Цвета». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Сюжетная игра с мелким строительным материалом и мелкими машинками «Автопарк». Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

10. Упражнение на релаксацию «Полёт на волшебной капле». Ребёнок ложится на модуль «груша» и слушает психолога, стараясь представить предлагаемые картины.

Психолог: «Сейчас ты на волшебной капле отправляешься в путешествие. Закрой глаза и представь, что ты летишь по небу между облаками, и на тебя светят лучи солнца. Лучи тёплые и нежные. Тебе тепло и очень приятно лететь по небу. Ты можешь посмотреть вверх, вниз, направо, налево. Что ты видишь? Рассмотрй внимательно. Расскажи, что ты видишь. Ноги, руки, голова и туловище у тебя лёгкие. Ты летаешь, летаешь, летаешь, и вдруг на тебя начинает капать тёплый, тёплый дождик. Капает... капает... и начинает лить всё сильнее и сильнее. С тебя как душем смывается грусть, тебе становится легко и весело, ты медленно опускаешься на землю. Открой глаза, сделай глубокий выдох и вставай с капли».

11. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №9.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде:

1. ребёнок делает вдох через нос;

2. делает выдох через широко открытый рот, одновременно поднимая правую руку, так чтобы она «смотрела» в потолок;
3. затем, делая вдох через нос, одновременно опускает правую руку.

Упражнение повторить 2–3 раза и поменять руку.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — сидя на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Взрослый берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Необходимо на 2–3 секунды задерживать предмет в крайних точках.

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя и около носа.

3. «Растяжка». Ребёнок лежит на спине, ноги согнуты, руки вытянуты перед собой лодочкой и «смотрят» в потолок. По команде ребёнок кладёт сложенные руки на пол, колени в противоположную сторону. Затем руки и ноги меняются по направлению.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках, руки параллельно друг другу. Глаза и язык поворачиваются в сторону «шагающей» руки. Затем ребёнок пятится назад.

5. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках, руки параллельно друг другу. Глаза и язык поворачиваются в противоположную сторону «шагающей» руки. Затем ребёнок пятится назад.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

6. Развитие чувства ритма. Взрослый задаёт ритм ногами и руками. Например: 2 удара правой рукой, 3 левой ногой и т. п., ребёнок должен повторить.

7. «Развитие внимания». На специальном бланке ребёнку предлагается зачеркнуть сначала все звёздочки, затем все квадратики и т. д.

8. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками заборчик:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

9. «Исключение одного лишнего предмета из четырёх предлагаемых». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.



10. Сюжетная игра «Ветлечебница». Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

11. Релаксационное упражнение «Гулливер». Ребёнок встаёт прямо, ноги на ширине плеч. Психолог предлагает ребёнку закрыть глаза, сделать глубокий вдох и представить, что во время вдоха он вырастает до потолка. Когда максимально глубокий вдох сделан, ребёнку следует предложить задержать дыхание и открыть глаза, посмотреть сверху вниз и сделать медленный выдох. Упражнение повторить 3–6 раз.

12. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №10.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. Ребёнок лежит на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваются. По команде:

1. ребёнок делает вдох через нос;
2. делает выдох через широко открытый рот, одновременно поднимая правую ногу так, чтобы она «смотрела» в потолок;
3. затем, делая вдох через нос, одновременно опускает правую ногу.

Упражнение повторить 2–3 раза и поменять ногу.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — сидя на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, рот открыт, язык на нижней губе. Взрослый берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Необходимо на 2–3 секунды задерживать предмет в крайних точках.

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя и около носа.

3. «Растяжка». Ребёнок лежит на спине, ноги и руки вытянуты и не скрещиваются. На счет «раз» ребёнок сгибает правую ногу в колене, на «два» кладёт ногу на пол коленом наружу, на «три» возвращает ногу в и.п. Затем упражнение выполняется левой ногой, а потом двумя ногами одновременно.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках вперёд, руки параллельны друг другу. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки, а язык — в противоположную сторону. Затем ребёнок пятится назад.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Обводилки». Предложить ребёнку обвести и раскрасить предметы, нарисованные пунктиром.

6. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по

фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками сложный заборчик:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Найди отличия». Предложить ребёнку две картинки, различающиеся деталями, и попросить найти отличия.

8. «Сутки». Обсудить с ребёнком части суток (утро, день, вечер, ночь) по иллюстрациям. Проговорить, что мы делаем в каждую часть суток.

9. «Подбери недостающий предмет». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

10. Сюжетная игра «Зоопарк». Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

11. Релаксационное упражнение «Насос». Ребёнку предлагается представить себя насосом и начать качать колёса: на вдохе руки вверх, на выдохе — вниз.

12. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №11.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — лёжа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь.

По команде:

1. делает вдох через нос;
2. делает выдох через широко открытый рот, поднимая правую руку и левую ногу так, чтобы они «смотрели» в потолок;
3. затем делает вдох через нос, опускает правую руку и левую ногу.

Далее повторять пункты 2 и 3. То же упражнение проделать левой рукой и правой ногой.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — сидя на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, рот открыт, язык на нижней губе и двигается в ту же сторону, что и глаза. Взрослый берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Необходимо на 2–3 секунды задерживать предмет в крайних точках.

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя и около носа.

3. «Растяжка». Ребёнок лежит на спине, ноги и руки вытянуты и не скрещиваются. На счет «раз» ребёнок сгибает правую ногу в колене, на «два» кладёт ногу на пол коленом внутрь, на «три» возвращает ногу в и.п. Затем упражнение выполняется левой ногой, а потом двумя ногами одновременно.

4. Ползание. Ребёнок ползёт вперёд на четвереньках, руки ставит, перекрещивая. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки, а язык — в противоположную сторону. Затем ребёнок пятится назад.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Изучаем предлоги». Встать вместе с ребёнком перед зеркалом и выполнить с проговариванием следующие действия: рука над головой, рука под носом, рука за ухом, рука перед глазами, рука на груди, рука между глазами и т. п.

6. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками «петельки»:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Наложенные или зашумлённые изображения». Ребёнок должен найти спрятанные на картинке изображения или назвать все нарисованные предметы, где изображения накладываются друг на друга.

8. «Подбери пару». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Сюжетная игра «Ветлечебница в зоопарке». Психолог наблюдает за игровой деятельностью и является участником игры.

10. Релаксационное упражнение «Гулливёр». Ребёнок встаёт прямо, ноги на ширине плеч. Психолог предлагает ребёнку закрыть глаза, сделать глубокий вдох и представить, что во время вдоха он вырастает до потолка. Когда максимально глубокий вдох сделан, ребёнку следует предложить задержать дыхание и открыть глаза, посмотреть сверху вниз и сделать медленный выдох. Упражнение повторить 3–6 раз.

11. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №12.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — лёжа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь.

По команде ребёнок выполняет четырехфазное дыхание:

1. делает вдох через нос;
2. задержка дыхания;
3. делает выдох;
4. задержка дыхания;

Все четыре интервала равны по времени. Упражнение выполняется на счет «три»: взрослый отсчитывает продолжительность каждой фазы. Командует: «Вдох». Считает: «Раз, два, три». Командует: «Не дышать». И снова считает: «Раз, два, три», — и т. д.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — сидя на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, рот открыт, язык на нижней губе и двигается в противоположную от глаз сторону. Взрослый берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Необходимо на 2–3 секунды задерживать предмет в крайних точках.

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя и около носа.

3. «Растяжка». Ребёнок лежит на спине, одна нога согнута в колене, другая вытянута. Нога, согнутая в колене, упирается в пол пяткой, другая — вытягивается и наоборот. При выполнении упражнения следует следить, чтобы спина сильно не выгибалась.

4. Ползание. Ребёнок ползёт вперёд на четвереньках, руки ставит, перекрещивая. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки. Затем ребёнок пятится назад.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Изучаем предлоги». При помощи стула выполняются действия: ребёнок на стуле, ребёнок за стулом, под стулом, около стула, перед стулом, ходит вокруг стула и т. п.

6. «Рисование двумя руками».

Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками «перевернутые петельки»:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.



Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Дни недели». Обсудить с ребёнком дни недели, выучить стихотворение.

МУХА-ЧИСТЮХА

Жила-была Муха-Чистюха.
Всё время купалась Муха.
Купалась она в воскресенье
В отличном клубничном варенье,
В понедельник — в вишнёвой наливке,
Во вторник — в томатной подливке,
В среду — в лимонном желе,
В четверг — в киселе и смоле,
В пятницу — в простокваше,
В компоте и манной каше,
В субботу, помывшись в чернилах,
Сказала: «Я больше не в силах!
Ужасно-ужасно устала,
Но, кажется, чище не стала».

Я. Бжехва

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

8. Свободные игры со строительным материалом по желанию ребёнка. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и косвенно руководит игрой.

9. Упражнение на релаксацию «Полёт на волшебной капле». Ребёнок ложится на модуль «груша» и слушает психолога, стараясь представить предлагаемые картины.

Психолог: «Сейчас ты на волшебной капле отправляешься в путешествие. Закрой глаза и представь, что ты летишь по небу между облаками, и на тебя светят лучи солнца. Лучи тёплые и нежные. Тебе тепло и очень приятно лететь по небу. Ты можешь посмотреть вверх, вниз, направо, налево. Что ты видишь? Рассмотрите внимательно. Расскажи, что ты видишь. Ноги, руки, голова и туловище у тебя лёгкие. Ты летаешь, летаешь, летаешь и медленно опускаешься на землю. Открой глаза, сделай глубокий выдох и вставай с каплей».

10. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №13.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — лёжа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь.

По команде ребёнок выполняет четырехфазное дыхание:

1. делает вдох через нос
2. задержка дыхания
3. делает выдох

4. задержка дыхания

Все четыре интервала равны по времени. Упражнение выполняется на счет «четыре» взрослый отсчитывает продолжительность каждой фазы. Командует: «Вдох». Считает: «Раз, два, три, четыре». Командует: «Не дышать». И снова считает: «Раз, два, три, четыре», — и т. д.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — сидя на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая. Ребёнок самостоятельно берёт яркий предмет и главно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Необходимо на 2–3 секунды задерживать предмет в крайних точках.

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя и около носа.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде ребёнок поднимает локоть, а кисть остаётся лежать на полу.

Затем упражнение выполняется наоборот — левая рука согнута, правая лежит вдоль тела.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках вперёд, при этом руки ставит, перекрещивая. Глаза и язык поворачиваются в сторону «шагающей» руки (рука делает шаг вправо — глаза и язык поворачиваются вправо, рука делает шаг влево — глаза и язык поворачиваются влево). Это же упражнение ребёнок выполняет, двигаясь назад.

Упражнение повторяется с движением руки и глаз с языком в противоположные стороны.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками «сложные петельки»:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

6. «Изучаем предлоги». Взять две игрушки, например, машинку и коробочку. Предложить ребёнку показать действия: машина около коробочки, за коробочкой, перед коробочкой, на коробочке, едет к коробочке, едет от коробочки, вокруг коробочки и т. п.

7. Отгадай. Нужно описать предмет так, чтобы ребёнок смог угадать его. Затем предложить ребёнку загадать предмет и описать его.

**Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.**

8. Сюжетная игра «Магазин игрушек». Психолог наблюдает за игровой деятельностью и косвенно руководит игрой.

9. Упражнение на релаксацию «Надуваем шары». Ребёнок садится на ковер, скрестив ноги, спина выпрямлена. Ребёнок медленно надувает воображаемый шар и затем медленно шар сдувается. Повторить 2–3 раза.

10. Беседа в конце занятия. Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №14.**Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.**

1. Дыхательное упражнение. И.п. — лёжа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь.

По команде ребёнок выполняет четырехфазное дыхание:

1. делает вдох через нос;
2. задержка дыхания;
3. делает выдох;
4. задержка дыхания.

Все четыре интервала равны по времени. Упражнение выполняется на счет «пять»: взрослый отсчитывает продолжительность каждой фазы. Командует: «Вдох». Считает: «Раз, два, три, четыре, пять». Командует: «Не дышать». И снова считает: «Раз, два, три, четыре, пять», — и т. д.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — сидя на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, рот открыт, язык на нижней губе и движется в ту же сторону, что и глаза. Ребёнок самостоятельно берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Необходимо на 2–3 секунды задерживать предмет в крайних точках.

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя и около носа.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде ребёнок поднимает голову так, чтобы он мог видеть свои пятки, а рука остаётся лежать на полу.

Затем упражнение выполняется снова, однако теперь левая рука согнута, правая лежит вдоль тела.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках вперёд, при этом руки ставит, перекрещивая. Глаза поворачиваются в сторону «шагающей» руки, а язык — в противоположную (рука делает шаг вправо — глаза поворачиваются вправо, а язык влево, рука делает шаг влево — глаза поворачиваются влево, а язык вправо).

Это же упражнение ребёнок выполняет, двигаясь назад.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками «сложные перевёрнутые петельки»:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.

6. «Память». Взрослый показывает несколько движений, ребёнок должен повторить движения в той же последовательности.

7. «Угадай части тела и запомни их название». Дотроньтесь до какой-нибудь части тела ребёнка и предложите ему с закрытыми глазами показать её на себе, затем, открыв глаза, на вас и назвать её. Это необходимо проделать со всеми частями тела.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. «Изучаем предлоги». Задание выполняется на листочках:

1. покажи рисунок, где банан под яблоком и над вишней;
2. яблоко под бананом и над вишней;
3. расскажи, как фрукты расположены на других картинках;
4. раскрась одинаковые фрукты одним цветом.

9. «Назови 5 предметов». Предложить ребёнку назвать пять предметов больших (маленьких), красных (синих, зелёных и т. д.), квадратных (круглых, овальных и т. д.), сладких (горьких, солёных, кислых и т. д.), пушистых (гладких, холодных) и т. д.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

10. Свободные игры в кукольном уголке. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и косвенно руководит игрой.

11. Релаксационное упражнение «Звёздочка». Ребёнок ложится на ковёр на спину и медленно на вдох раздвигает руки и ноги, делает «звёздочку», на выдох — руки вдоль туловища, ноги вместе.

12. Беседа в конце занятия. Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №15.**Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.**

1. Дыхательное упражнение. И.п. — лёжа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь.



По команде ребёнок выполняет четырехфазное дыхание:

1. делает вдох через нос;
2. задержка дыхания;
3. делает выдох;
4. задержка дыхания.

Все четыре интервала равны по времени. Упражнение выполняется на счет «шесть»: взрослый отсчитывает продолжительность каждой фазы. Командует: «Вдох». Считает: «Раз, два, три, четыре, пять, шесть». Командует: «Не дышать». И снова считает: «Раз, два, три, четыре, пять, шесть», — и т. д.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — сидя на полу, ноги прямые, не скрещиваются, руки лежат на коленях, спина прямая, рот открыт, язык на нижней губе и двигается в противоположную от глаз сторону. Ребёнок самостоятельно берёт яркий предмет и плавно водит им слева направо, вверх-вниз, приближая к переносице, отдаляя от глаз на метр. Необходимо на 2–3 секунды задерживать предмет в крайних точках.

Упражнение сначала выполняется на расстоянии вытянутой руки, затем согнутого локтя.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде ребёнок поднимает голову вместе с локтём так, чтобы он мог видеть свои пятки, а левая рука остаётся лежать на полу.

Затем упражнение выполняется наоборот — левая рука согнута, правая лежит вдоль тела.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):

1. шаг делает одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т. д. (приставной шаг);
2. шаг делает одновременно правая нога и левая рука, затем левая нога и правая рука и т. д.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Право-лево». Попросить ребёнка показать на себе правую руку, левую руку, правую ногу, левую ногу, правое ухо, левое ухо, правый глаз, левый глаз.

Затем предложить ребёнку проделать это же упражнение с закрытыми глазами.

6. «Память». Взять 4–5 разных игрушек и поставить на стол. Предложить ребёнку отвернуться и перечислить игрушки в той последовательности, в какой они стоят на столе. Задание усложняется тем, что можно поменять игрушки местами или добавить/заменить игрушки.

7. Рисование двумя руками. Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками «восьмёрки»:

1. обе руки рисуют справа налево;

2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. «Найди такой же предмет, как образец». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДА-ЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Свободные игры в кукольном уголке. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и косвенно руководит игрой.

10. Релаксационное упражнение «Слоник в Удаве». Ребёнок ложится на ковёр на спину руки вдоль туловища, ноги вместе. Медленно делает вдох, надувая живот и медленно выдох. Повторить 2–3 раза.

11. Беседа в конце занятия. Наше занятие. Заключено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №16.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — лёжа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь.

По команде ребёнок выполняет четырёхфазное дыхание:

1. делает вдох через нос;
2. задержка дыхания;
3. делает выдох;
4. задержка дыхания.

Все четыре интервала равны по времени. Упражнение выполняется на счет «три»: взрослый отсчитывает продолжительность каждой фазы. Командует: «Вдох». Считает: «Раз, два, три». Командует: «Не дышать». И снова считает: «Раз, два, три», — и т. д.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — ребёнок стоит, ноги вместе, руки вдоль тела.

Взрослый берёт небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит им слева направо и в обратном направлении, вверх-вниз и к носу (ребёнок должен смотреть на предмет двумя глазами, не поворачивая головы; его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях (справа, слева, вверх, внизу), ребёнок должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребёнка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.



3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде взрослого ребёнок поднимает левую ногу, нога в колене не сгибается.

Затем упражнение выполняется с левой рукой, согнутой в локте, и правой ногой.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):

1. шаг делает одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т. д. (приставной шаг), при этом ребёнок поворачивает язык в сторону «шагающей» руки;
2. шаг делает одновременно правая нога и левая рука, затем левая нога и правая рука и т. д.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Право-лево». Ребёнок изображает робота, точно и правильно выполняющего команды взрослого: «один шаг вправо», «два шага назад», «три шага вперёд», «один шаг вправо» и т. д.

6. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками «восьмёрки»:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;
3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Времена года». Ребёнку предлагаются 4 карточки времён года и 16 маленьких карточек с характерными признаками времён года. Ребёнок должен разложить карточки по временам года.

8. «Что было сначала, а что потом?». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Театрализованная настольная игра «Репка». Игра проводится под руководством психолога.

10. Упражнение на релаксацию «Полёт на волшебной капле». Ребёнок ложится на модуль «груша» и слушает психолога, стараясь представить предлагаемые картины.

Психолог: «Сейчас ты на волшебной капле отправляешься в путешествие. Закрой глаза и представь, что ты летишь по небу между облаками, и на тебя светят лучи солнца. Лучи тёплые и нежные. Тебе тепло и очень приятно лететь по небу. Ты можешь посмотреть вверх, вниз, направо, налево. Что ты видишь? Рассмотрй внимательно. Расскажи, что ты видишь. Ноги, руки,

голова и туловище у тебя лёгкие. Ты летаешь, летаешь, летаешь и медленно опускаешься на землю. Открой глаза, сделай глубокий выдох и вставай с каплей».

11. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №17.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — лёжа на спине, руки и ноги лежат прямо, не скрещиваясь. Ребёнок выполняет четырёхфазное дыхание самостоятельно:

1. делает вдох через нос;
2. задержка дыхания;
3. делает выдох;
4. задержка дыхания.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — ребёнок стоит, ноги вместе, руки вдоль тела.

Взрослый берёт небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит им слева направо и в обратном направлении, вверх-вниз и к носу (ребёнок должен смотреть на предмет двумя глазами, не поворачивая головы; его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях (справа, слева, вверху, внизу), ребёнок должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребёнка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, правая рука согнута в локте, голова лежит на ней и повернута в сторону правого локтя, левая рука лежит вдоль тела. По команде взрослого ребёнка поднимает голову вместе с локтём и левую ногу.

Затем упражнение выполняется с левой рукой, согнутой в локте, и правой ногой.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево), движение глазами в противоположную от движения рук сторону:

1. шаг делает одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т. д. (приставной шаг);
2. шаг делает одновременно правая нога и левая рука, затем левая нога и правая рука и т. д.

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Рисование двумя руками». Прикрепить лист ватмана на мольберт. Ребёнку в обе руки даётся по фломастеру. Предлагается одновременно нарисовать двумя руками «восьмёрки»:

1. обе руки рисуют справа налево;
2. обе руки рисуют слева направо;



3. правая рука рисует справа налево, левая слева направо;
4. правая рука рисует слева направо, левая справа налево.

6. «Угадай и назови». Психолог на спине ребёнка пальцем рисует геометрические фигуры, ребёнок должен назвать фигуру, которую нарисовал психолог.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Сложи кубики». Ребёнку предлагается набор из 6 кубиков и образцы предметных картинок. Ребёнок должен сложить картинки из кубиков.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

8. Сюжетная игра «Детский сад». Ребёнку предлагаются игрушки для игры по его желанию. Психолог наблюдает за игровой деятельностью и косвенно руководит игрой.

9. Релаксационное упражнение «Дискотека в детском саду».

Для ребёнка включается весёлая музыка и зеркальный шар. Психолог говорит, что сегодня в детском саду, в который он играет, дискотека и все могут потанцевать. Ребёнок свободно танцует под музыку.

10. Беседа в конце занятия. Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №18.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — сесть на пол, скрестив ноги, спина прямая. Прямые руки вытянуты вперёд или в стороны на уровне плеч, ладони смотрят вниз. На вдохе поднять левую кисть вверх, одновременно опуская правую кисть вниз. С выдохом левая кисть идёт вниз, правая — вверх. Упражнение выполняется по команде взрослого.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — ребёнок стоит. Ноги вместе, руки вдоль тела.

Взрослый берёт небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит им слева направо и в обратном направлении, вверх-вниз и к носу (ребёнок должен смотреть на предмет двумя глазами не поворачивая головы; его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3-4 секунды задержать предмет в крайних положениях (справа, слева, вверху, внизу), ребёнок должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребёнка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.

Во время этого упражнения язык поворачивается в противоположную от глаз сторону.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, обе руки согнуты в локтях, лежат на полу, лоб на ладонях. По команде взрослого ребёнок поднимает оба локтя, затем опускает.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):

1. шаг делает одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т. д. (приставной шаг). При этом ребёнок поворачивает глаза и язык в сторону «шагающей» руки;
2. шаг делает одновременно правая нога и левая рука, затем левая нога и правая рука и т. д. При этом ребёнок поворачивает глаза и язык в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза и язык вправо, шаг делает левая рука — глаза и язык влево).

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Право-лево». Объяснить ребёнку, что у человека, стоящего напротив, «всё наоборот»: «право — где у меня лево, лево — где у меня право». Сделать это можно так: встать с ребёнком друг за другом и вытянуть правые руки в стороны, затем ребёнок остаётся на месте, а взрослый, не опуская руки, поворачивается к ребёнку лицом, таким образом ребёнок убеждается, что правые руки находятся на перекрест. Для закрепления навыка провести игру «Моя рука — твоя рука» Ребёнок и взрослый садятся друг напротив друга, и ребёнок по указанию взрослого определяет сначала у себя, а затем у взрослого левую руку, правое колено, левый локоть, правый глаз и т. п.

6. «Рисование двумя руками». Ребёнок берёт в каждую руку по цветному мелку и встает перед доской или мольбертом. Ребёнку предлагается нарисовать «восьмёрку»:

1. правая рука рисует слева направо, а левая одновременно рисует справа налево,
2. правая рисует справа налево, а левая одновременно рисует слева направо.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

7. «Сложи кубики». Ребёнку предлагается набор из 4 кубиков с изображением животных и образцы картинок. Ребёнок должен сложить картинки из кубиков, затем сложить «несуществующее животное», комбинируя кубики, и дать название этим животным.

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

8. Предложить театрализованную игру настольного театра «Три медведя». Ребёнок играет с участием взрослого.

9. Релаксационное упражнение «В гостях у Потопыча». Ребёнок подходит к большой мягкой игрушке медведю и громко с ним «здоровается», выкрикивая несколько раз «УУУУУУУУУУУУ», затем са-



дится на игрушку и закрывает на минуту глаза, делая глубокий вдох и выдох.

10. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №19.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — встать, ноги вместе, руки опущены, ладони обращены вперёд. На быстром вдохе руки притягиваются к подмышкам ладонями вверх, на выдохе опускаются вдоль тела, ладонями вниз. Упражнение выполняется по команде взрослого.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — ребёнок стоит. Ноги вместе, руки вдоль тела.

Ребёнок берёт небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит им слева направо и в обратном направлении, вверх-вниз и к носу (ребёнок должен смотреть на предмет двумя глазами не поворачивая головы, его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях (справа, слева, вверху, внизу), ребёнок должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется сначала на расстоянии вытянутой руки ребёнка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.

3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, обе руки, согнутые в локтях, лежат на полу, лоб на ладонях. По команде взрослого ребёнок поднимает голову вместе с локтями, при этом глаза смотрят вверх, затем опускает.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):

1. шаг делает одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т. д. (приставной шаг). При этом ребёнок поворачивает глаза в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную;
2. шаг делает одновременно правая нога и левая рука, затем левая нога и правая рука и т. д. При этом ребёнок поворачивает глаза в сторону «шагающей» руки, а язык в противоположную сторону (шаг делает правая рука — глаза вправо, а язык влево, шаг делает левая рука — глаза влево, а язык вправо).

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Память». Упражнение на развитие зрительной памяти. Ребёнку показывают лист с нарисованными 5–6 предметами. Ребёнок называет предметы и старается их запомнить в течение 30 секунд. Затем картинку закрывают, и ребёнок называет, что запомнил из нарисованных предметов. Упражнение повторяется 3–4 раза. Количество предметов можно увеличивать до 10.

6. «Право-лево». Взрослый встаёт с ребёнком друг за другом. Взрослый даёт инструкцию: «Что я буду делать правой рукой, ты делаешь своей правой, а то, что я буду делать левой — ты делаешь своей левой». Взрослый поднимает поочередно руки, опускает, вытягивает, а ребёнок повторяет.

7. «Рисование двумя руками». Ребёнок берёт в каждую руку по цветному мелку и встает перед доской или мольбертом. Ребёнку предлагается нарисовать «восьмёрку»:

1. правая рука рисует слева направо, а левая одновременно рисует справа налево,
2. правая рисует справа налево, а левая одновременно рисует слева направо.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. Компьютерная игра «Закрась предмет». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Свободные игры со строительным материалом. Психолог наблюдает за игрой ребёнка.

10. Релаксационное упражнение «Надувание шаров». Ребёнок делает глубокий и медленный вдох и выдох, поднимая руки вверх и описывая ими круг. Повторить 3–4 раза.

11. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

Занятие №20.

Упражнения, направленные на обеспечение сенсомоторной пластичности.

1. Дыхательное упражнение. И.п. — ноги на ширине плеч, руки опущены ладонями вперёд. На медленный вдох — притягивающее движение, руки плавно разводятся в стороны и вверх, на выдох — отталкивающее движение, руки вытягиваются и опускаются вдоль тела ладонями вниз. Вернуться в и.п.

2. Глазодвигательные упражнения. Исходное положение — ребёнок стоит. Ноги вместе, руки вдоль тела.

Ребёнок самостоятельно берёт небольшой предмет (ручку, яркую игрушку) и плавно водит им слева направо и в обратном направлении, вверх-вниз и к носу (ребёнок должен смотреть на предмет двумя глазами не поворачивая головы; его глаза должны сходиться к переносице, когда предмет оказывается у носа). Необходимо на 3–4 секунды задержать предмет в крайних положениях (справа, слева, вверху, внизу), ребёнок должен удерживать взгляд в этих точках. Упражнение выполняется правой и левой руками сначала на расстоянии вытянутой руки ребёнка, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.



3. «Растяжки». Ребёнок лежит на животе, ноги прямые, обе руки согнуты в локтях, лежат на полу, лоб на ладонях. По команде взрослого ребёнок поднимает обе ноги, ноги при этом не сгибаются, затем опускает.

4. Ползание. Ребёнок ползёт на четвереньках боком (сначала вправо, затем влево):

1. шаг делает одновременно правая рука и нога, затем левая рука и нога и т. д. (приставной шаг). При этом ребёнок поворачивает глаза и язык в сторону «шагающей» руки.
2. шаг делает одновременно правая нога и левая рука, затем левая нога и правая рука и т. д. При этом ребёнок поворачивает глаза и язык в сторону «шагающей» руки (шаг делает правая рука — глаза и язык вправо, шаг делает левая рука — глаза и язык влево)

Упражнения, направленные на развитие невербальных психических процессов.

5. «Память». Для развития слухо-речевой памяти игра «Магазин». Ребёнок по просьбе взрослого идёт в «Магазин» и старается запомнить все предметы, которые нужно «купить». Начинается игра с 1-2 предметов и постепенно увеличивается их количество до 10. В этой игре полезно меняться ролями: взрослый отправляется в «магазин», а ребёнок перечисляет ему, что нужно купить.

6. «Право-лево». Расчертить лист бумаги на четыре части и попросить ребёнка показать нижние, верхние части, правую нижнюю, левую нижнюю, правую верхнюю, левую верхнюю.

7. «Рисование двумя руками». Ребёнок берёт в каждую руку по цветному мелку и встает перед доской или мольбертом. Ребёнку предлагается нарисовать «восьмёрку», при этом правая рука рисует справа налево и вверх, а левая рука рисует слева направо и вниз.

Упражнения, направленные на формирование смыслообразующих функций психических процессов.

8. «Заполни таблицу». Ребёнку предлагается компьютерная игра центра «АДАЛИН».

Самостоятельные игры детей и упражнения на релаксацию.

9. Игры в игровом уголке по желанию ребёнка. Взрослый наблюдает за игрой ребёнка.

10. Релаксационное упражнение «Надувание шаров». Ребёнок самостоятельно выполняет упраж-

нение: делает глубокий и медленный вдох и выдох, поднимая руки вверх и описывая ими круг. Повторить 3–4 раза.

11. Беседа в конце занятия. Как ты себя чувствуешь? Наше занятие. Закончено. Что тебе особенно понравилось сегодня?

ЛИТЕРАТУРА:

1. Адрианов О.С. О принципах структурно-функциональной организации мозга. — М., 1999.
2. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста / Под ред. Л.С. Цветковой. — М., 2001.
3. Актуальные проблемы нейрофизиологии и нейропсихологии / Под ред. А.Н. Лебедева — М., 1991.
4. Анализ межполушарной асимметрии мозга / Под ред. Е.Д. Хомской. — М., 1986.
5. Батуев А.С. Высшие интегративные системы мозга. — М., 1981.
6. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Выготский Л.С. Полное собрание сочинений. — Т.3. — М., 1986.
7. Выготский Л.С., Лурия А.Р. Этюды по истории поведения. — М., 1993.
8. Глубинные структуры мозга и поведения. — Ереван, 1985.
9. Данилова Н.Н. Психофизиологическая диагностика функциональных состояний. — М., 1992.
10. Крушинский Л.В. Биологические основы рассудочной деятельности. — М., 1986.
11. Лебединский В.В. Аномалия психического развития у детей. — М., 1987.
12. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека. — М., 1962.
13. Лурия А.Р. Мозг человека и психические процессы. — Т. 1. — М., 1963. — Т.2. — М., 1970.
14. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. — М., 2002.
15. Механизм деятельности мозга человека. — М., 1988.
16. Нейропсихологическая диагностика / Под ред. Е.Д. Хомской. — М., 2003.
17. Психология аномального развития ребёнка: Хрестоматия / Под ред. В.В. Лебединского, М.К. Бардышевской. — М., 2002.
18. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. — М., 2002.
19. Симерницкая Э.Г. Мозг и психические процессы в онтогенезе. — М., 1985.
20. Цветкова Л.С. Мозг и интеллект. — М., 1995.
21. Цветкова Л.С. Методика нейропсихологической диагностики детей. — М., 1998.