

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 2 «Рябинка»

**Инновационный, практико - ориентированный проект**  
**«Кинезиология, как средство развития речи старших дошкольников»**

Составитель:  
Бодягина Алия Асхатовна,  
учитель-логопед

Мегион, 2022

Бодягина А.А., учитель-логопед  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2  
«Рябинка»

## Содержание

1. Информационная карта проекта.....	3
2. Введение.....	4
3. Актуальность проекта.....	4
4. Проблема, новизна и гипотеза.....	5
5. Цели, задачи.....	5
6. Ожидаемые результаты .....	6
7. Концептуальное обоснование проекта.....	6
8. Основные принципы работы в рамках проекта.....	7
9. Педагогические технологии.....	7
10. Условия реализации проекта.....	8
11. Этапы реализации проекта.....	9
12. Динамика развития социально – коммуникативных способностей воспитанников (целевые ориентиры).....	10
13. Основные показатели достижений детей в рамках проекта.....	10
14. Мониторинг речевого развития детей.....	
15. Календарно-тематическое планирование.....	11
16. Взаимодействие с родителями. Перспективный план.....	12
17. Риски и пути преодоления рисков.....	13
18. Сравнение показателей результативности проекта в сравнении с традиционными методиками обучения.....	13
19. Вывод .....	14
20. Литература.....	14
21. Приложение №1 Фотоотчёт о проделанной работе.....	15

## Информационная карта проекта

Название проекта	Кинезиолгия, как средство развития речи старших дошкольников»
Тип проекта	Инновационный, практико-ориентированный.
Вид проекта	Долгосрочный
По количеству детей, вовлечённых в проект	Групповой
Форма проведения	Дневная (совместная образовательная деятельность)
По уровню контактов	На уровне образовательного учреждения и детско-юношеской библиотеки г. Мегиона
Нормативно-правовое обеспечение	Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17.10.2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"; Концепция дошкольного воспитания (1989 г.) Конвенция о правах ребёнка (одобрена ООН 20.11.1989) Основная образовательная программа дошкольного образования МАДОУ
Цели	Способствовать гармоничному умственному развитию дошкольников, развитие межполушарного взаимодействия, развитие мелкой моторики, памяти, мышления, внимания, речи.
Задачи:	<b>для детей:</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развитие межполушарного взаимодействия.</li> <li>• Развитие мелкой моторики. Развитие способностей.</li> <li>• Развитие памяти, внимания.</li> <li>• Развитие мышления.</li> </ul>
	<b>для родителей:</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Познакомить родителей (законных представителей) с современными кинезиологическими методиками, их целями и задачами.</li> <li>• Научить родителей (законных представителей) применять эти методики на практике.</li> </ul>
	<b>для педагогов:</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Создать условия для благополучного и комфортного состояния детей.</li> <li>• Повышение профессиональной компетентности.</li> </ul>
Структура и срок реализации проекта	1. Подготовительный этап 2. Основной этап 3. Обобщающий этап Срок реализации: с 01.09.21г по 31.05.23г
Составитель проекта	Бодягина Алия Асхатовна, учитель - логопед

Бодягина А.А., учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

## **Введение**

Следует отметить, что за последние годы увеличилось число детей с общим недоразвитием речи. Для данного контингента воспитанников характерны: системное нарушение речевой деятельности, недостаточная речевая активность, которая накладывает отпечаток на формирование у детей сенсорной, интеллектуальной и аффективно-волевой сферы, незрелость психических процессов, пространственные нарушения, приводящие к расстройствам письменной речи (дислексии и дисграфии), расстройства в эмоционально-волевой, личностной сферах, снижение работоспособности, общая соматическая ослабленность, отставание в развитии двигательной сферы, которая характеризуется плохой координацией движений. И как следствие – трудности в процессе усвоения школьных программ и адаптации к школе.

А так как современный мир стремительно меняется: запросы школы и общества таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем, стараться быть успешным и конкурентоспособным. То эта проблема не теряет своей актуальности.

По мнению нейрофизиологов, кинезиологов, определяющую роль в возникновении речевых нарушений играют нарушения функциональной асимметрии коры больших полушарий головного мозга и межполушарного взаимодействия. То есть одной из причин является «координационная неспособность» к обучению, неспособность правого и левого полушария к интеграции.

Для преодоления имеющихся нарушений необходимо проведение специализированной комплексной коррекционной работы. Одним из наиболее результативных методов является развитие межполушарного взаимодействия, который называется кинезиология. Это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные связи и улучшить работу головного мозга, отвечающего за развитие психических процессов, в том числе и речи.

## **Актуальность**

Современный мир меняется стремительно: запросы общества таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем и постараться стать успешным. Поэтому и необходимыми становятся не сами знания, а умение учиться, развивать личность через формирование универсальных учебных действий. В последнее же время отмечается увеличение количества детей с затруднениями в обучении, различными нарушениями в организме, трудностями в адаптации. Для преодоления имеющихся у них нарушений необходимо проведение комплексной психокоррекционной работы. Также в системе дошкольного образования мы наблюдаем значительные преобразования, вызванные изменением научной, материальной, методической базы обучения и воспитания детей дошкольного возраста.

## **Проблема**

Поиск новых эффективных средств развития речи детей.

## **Новизна**

Одним из важных условий обновления является использование новых информационных технологий. Это позволяет, с одной стороны повысить эффективность образовательного

Бодягина А.А., учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

процесса, с другой - в большей степени применить индивидуальный подход в процессе обучения и воспитания.

Одним из актуальных направлений внедрения инновационных технологий в коррекционный процесс является использование кинезиологии. Она позволяет восстановить работоспособности и продуктивности в непосредственно образовательную деятельность.

Как уже говорилось, кинезиология – наука, изучающая развитие головного мозга через движения.

**Гипотеза:** основана на предположении, что при использовании кинезиологии в развитии речи детей дошкольного возраста нарушения станут менее выраженными.

**Цель:** Повышение своего теоретического уровня, профессионального мастерства и компетентности по данной теме.

**Задачи:**

для детей:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Развитие межполушарного взаимодействия.</li><li>• Развитие мелкой моторики.</li></ul> Развитие способностей. <ul style="list-style-type: none"><li>• Развитие памяти, внимания.</li><li>• Развитие мышления.</li></ul>
для родителей:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Познакомить родителей (законных представителей) с современными кинезиологическими методиками, их целями и задачами.</li><li>• Научить родителей (законных представителей) применять эти методики на практике.</li></ul>
для педагогов:
<ul style="list-style-type: none"><li>• Создать условия для благополучного и комфортного состояния детей.</li><li>• Повышение профессиональной компетентности.</li></ul>

**Ожидаемый результат:**

**Для детей:**

Реализация проекта позволит решить проблемные вопросы и достигнуть поставленную цель, дети успешно научатся выполнять все виды кинезиологических упражнений, освоят рисование двумя руками как на листе бумаги, освоят игры с су-джок мячами, которые будут способствовать гармоничному умственному развитию дошкольников, развитию межполушарного взаимодействия, развитию мелкой моторики, памяти, мышления, внимания, речи.

**Для педагогов:**

- повышение педагогической компетентности по данному вопросу.

**Для родителей:**

- создание системы развивающего игрового взаимодействия детей и родителей.

**Концептуальное обоснование проекта**

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

О важности приобщения ребенка к культуре своего народа написано много, так как знание отечественного наследия воспитывает уважительное отношение к людям всех национальностей, гордость за землю, на которой живешь. Поэтому детям надо знать и изучать культуру своих предков. Так как знание истории своего народа, его культуры поможет в дальнейшем с уважением и интересом относиться к культурным традициям других народов.

Таким образом, духовно-нравственное воспитание детей является одной из основных задач дошкольного образовательного учреждения. Народные праздники, как совместная деятельность дошкольников и взрослых оказывают положительное влияние на усвоение детьми духовно-нравственных норм.

### **Основные принципы работы в рамках проекта**

Проект ориентирован на формирование духовно-нравственных качеств дошкольников, поэтому сочетает в себе дидактические принципы: наглядности, доступности, научности, индивидуального подхода, связи теории с практикой; а также принципы социального воспитания:

- принцип центрации состоит в направленности воспитательной работы на умение правильно себя вести в коллективе;
- принцип коллективности социального воспитания заключается в том, что коллектив выполняет воспитательную функцию, дает человеку большой жизненный опыт и учит его правильно поступать в различных жизненных ситуациях;
- принцип природосообразности позволяет оценить связь человека с природой, зависимость модели поведения от возраста и пола конкретного индивидуума;
- принцип культуросообразности подразумевает под собой ориентацию личности на национальные и этнические ценности;
- под принципом дополненности принято понимать комплексное использование всех перечисленных принципов.

Взаимодействие педагогов – родители - дети основывается на соблюдении всеми участниками следующих принципов:

- доступности: каждый желающий может участвовать в мероприятиях, коллективных делах;
- открытости: на сайте детского сада можно ознакомиться с уставом, договором с родителями и иными локальными актами, с исторической справкой учреждения и текущей информацией. Есть рубрики для родителей, кроме того они могут обратиться с вопросами к руководителю учреждения или специалистам по электронной почте или через сайт;
- доброжелательности всех участников содружества, соблюдения морально-этического устава, разработанного для формирования позитивных взаимоотношений родителей и педагогов;
- добровольности: в процессе реализации задач и содержания программы не допускается никакого принуждения.

### **Педагогические технологии**

Взаимодействие всех участников проекта осуществляется на основе современных образовательных технологий:

**личностно-ориентированная технология** обучения и воспитания: обеспечение комфортных условий ребёнку в семье и дошкольном учреждении. Предоставление возможности ребёнку через проигрывание художественного произведения, его чтение или рассказа, его обсуждение высказывать любое свое мнение, то есть, все, что он ни говорит не должно подвергаться осуждению. Это такое обучение, где во главу угла ставится

Бодягина А.А., учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

личность ребенка. Обучение исходит из признания уникальности субъектного опыта самого воспитанника, как важного источника индивидуальной жизнедеятельности, проявляемой, в частности, в познании;

**индивидуального подхода** - воспитание и обучение с учётом индивидуальных особенностей развития каждого ребёнка позволяет создать комфортные условия для деятельности. Дети выполняют работу в удобном для них индивидуальном темпе. Кроме того, данная технология позволяет наиболее эффективно развивать навыки самостоятельной работы у дошкольников;

**здоровьесберегающие технологии** - это эмоциональный комфорт и позитивное психологическое самочувствие ребенка в процессе общения родитель-педагог – ребёнок в детском саду и семье через использование пальчикового театра, проигрывание сказочных сюжетов, подвижных и спортивных игр.

**технология проектной деятельности** – это целенаправленная деятельность, с определенной целью, по определенному плану для решения поисковых, практических задач по любому направлению содержания образования. Именно проектная деятельность поможет связать процесс обучения и воспитания с реальными событиями из жизни ребёнка, а также заинтересовать его, увлечь в эту деятельность. Она позволяет объединить педагогов, детей, родителей, научить работать в коллективе, сотрудничать, планировать свою работу. Каждый ребёнок сможет проявить себя, почувствовать себя нужным, а значит, появится уверенность в своих силах.

Технология проектирования требует от педагога терпения любви к ребенку, веры в его возможности. Проектирование требует индивидуальных оригинальных решений, и в тоже время коллективного творчества. За счет работы в режиме группового творчества интенсивно развиваются способности к рефлексии, выбору адекватных решений, умению выстроить из частей целое. Таким образом, проектирование является одним из средств интеллектуального социального творческого саморазвития всех субъектов образования.

В современном мире при всем нарастающем потоке информации не обойтись без применения **информационно-коммуникационных технологий**. Для обогащения словарного запаса, зрительной памяти, создания сказочной атмосферы в совместной деятельности нами часто применяются мультимедийные презентации, музыкальное оформление, организуются видеопросмотры, подбирается иллюстративный материал.

### **Условия реализации проекта**

Создание условий для реализации проекта должно обеспечить развитие личности ребенка в сфере социально-коммуникативного развития на фоне эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, себе и к другим людям.

Построение предметно-развивающей среды в ДОУ основано на Методических рекомендациях для педагогических работников дошкольных образовательных организаций и родителей детей дошкольного возраста «Организация развивающей предметно-пространственной развивающей среды в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования» О.А.Карабанова, Э.Ф.Алиева, О.Р.Радионова и др.М.: ФИРО, 2014

#### **Психолого-педагогические условия**

Для успешной реализации проекта обеспечены психолого-педагогические условия. Это уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях, положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности через реализацию намеченных мероприятий.

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

Проект соответствует возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Поддержка родителей (законных представителей) в воспитание детей через вовлечение в совместную деятельность с детьми.

**Материально – техническое обеспечение проекта**

- интерактивная доска,
- музыкальный центр,
- су-джок мячи
- планшеты для рисования двумя руками

**Методика проведения**

1. Упражнения проводятся ежедневно в рамках непосредственной образовательной деятельности и в режимных моментах.
  2. Занятия проводятся в доброжелательной обстановке.
  3. От детей требуется точное выполнение движений и приемов.
  4. Упражнения проводятся стоя или сидя.
  5. Упражнения выполняются в медленном темпе от 3 до 5 раз, сначала одной рукой, затем другой рукой, а в завершение - двумя. Также можно выполнять упражнения закрытыми глазами. Все указания даются чётко, спокойно. Педагог следит за правильностью выполнения заданий.
- Все упражнения педагог выполняет вместе с детьми, постепенно от занятия к занятию увеличивая время и сложность предлагаемых упражнений (с учетом возраста детей).
5. Упражнения могут выполняться под музыкальное сопровождение

**Этапы реализации проекта**

В основе организации проектной деятельности, реализуемой на практике, лежит структура, предложенная Н.А.Рыжовой, состоящая из трёх основных этапов: подготовительного, основного и обобщающего.

1.Этап Подготовительный	<p>Определение цели, задач.          Изучение методической литературы.          Составление плана проекта.          Сбор материалов.          Ознакомление детей и родителей с целями и задачами проекта.          Выбор форм работы с родителями.          Выбор основных мероприятий.          Определение объема и содержания работы для внедрения проекта.          Определение и формулировка ожидаемых результатов.</p>
2.Этап Основной	<p>Составление консультаций, бесед, рекомендаций.          Сделать методическую подборку кинезиологических упражнений и развивающих игр.          Разучивание кинезиологических упражнений          Совместные мероприятия с детьми и родителями: мастер-класс «Кинезиология-гимнастика для ума»</p>
3.Этап Обобщающий	<p>Сбор полученного материала по проекту.          Выступление на научно-практической конференции педагогов по темам самообразования.</p>

**Динамика развития социально-коммуникативных способностей воспитанников (целевые ориентиры)**

Бодягина А.А, учитель-логопед  
 Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»



- Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены.
- Ребенок проявляет любознательность. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет.
- Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе.

### Основные показатели достижений детей в рамках проекта

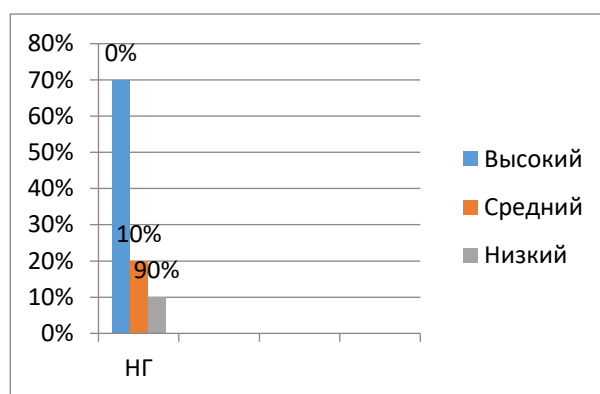
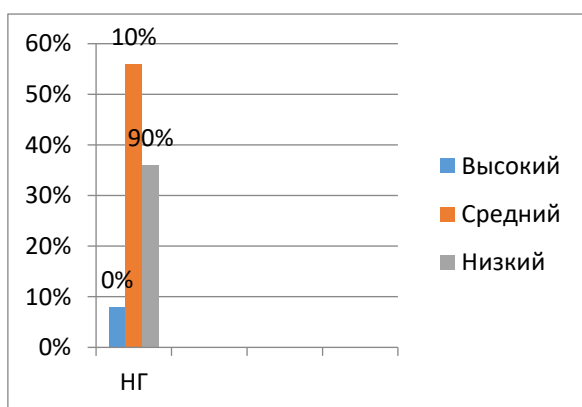
Кинезиологические упражнения благотворно влияют не только на работу мозга, но и всего организма в целом.

После проведенной работы у детей:

- снизилась тревожность, дети стали спокойнее и увереннее;
- улучшились навыки самообслуживания;
- развивается устная речь;
- формируется логическое мышление;
- улучшаются коммуникативные навыки;
- улучшаются внимание, память, воображение.

### Мониторинг речевого развития детей

К концу второго полугодия показатели мониторинга по речевому развитию детей группы возросли по сравнению с показателями мониторинга на начало учебного года.



Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

## Календарно-тематическое планирование

### КОМПЛЕКС №1 октябрь-ноябрь

#### Первый этап (Октябрь)

Упражнения с детьми необходимо выполнять в медленном темпе от 3 до 5 раз сначала одной рукой, затем другой, а в завершение – двумя руками вместе. Указания ребенку должны быть спокойными, доброжелательными и четкими.

1. Массаж ушных раковин. Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.
  2. Ладони. Обыкновенное лопание в ладоши, только тыльная сторона ладони находится сверху – на счет раз сверху правая рука, на счет два – левая рука.
- пеку, пеку, пеку,

Деткам всем по пирогу,

- Для милой мамочки испеку два пряничка. Кушай, кушай, мамочка  
Вкусные два пряничка.
2. Стул. Левая ладонь вертикально вверх. К ее нижней части приставляется кулачок большим пальцем к себе. По счету менять положение рук.

Ножки, спинка и сиденье

– Вот вам всем на удивленье.

3. Стол. Левая рука складывается в кулачок. Сверху на кулачок опускается ладонь правой руки. Локоть правой руки находится параллельно полу. По счету менять положение рук.

У стола четыре ножки, сверху крышка, как ладошка.

5. Шарик. Все пальчики обеих рук в «щепотке» и соприкасаются кончиками. В этом положении дуем на них, при этом пальчики принимают форму шара. Воздух «выходит», и пальчики принимают исходное положение.

Надуваем быстро шарик. Он становится большой.

Вдруг шар лопнул, воздух вышел – стал он тонкий и худой.

6. Пальчики здороваются. Кончиком большого пальца правой руки поочередно касаться кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. Прodelать то же самое левой рукой.
- здороваюсь везде –

Дома и на улице.

Даже «здравствуй!» говорю

Я соседской курице.

Одновременно кончиками больших пальцев правой и левой рук поочередно касаться кончиков указательных, средних, безымянных пальцев и мизинцев.

Повстречал ежонка еж:

«Здравствуй братец! Как живешь?»

7. Рожицы. Выполняйте различные мимические движения: надувайте щеки, выдвигайте язык, вытягивайте губы трубочкой, широко открывайте рот.
8. Медвежьи покачивания. Качайтесь из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключите руки. Придумайте сюжет.
9. Здравствуй. Пальцами правой руки по очереди «здороваться» с пальцами левой руки, похлопывая друг друга кончиками.

Здравствуй, солнце золотое! Здравствуй, небо голубое! Здравствуй, вольный ветерок, Здравствуй, маленький дубок! Мы живем в одном краю – Всех я вас приветствую!

10. Расслабление. Сядьте на стул, руки положите ладонями вниз на стол. Плечи разверните

расслабьте. Глаза закрыты, сделайте медленный глубокий вдох, а затем медленный выдох. Во время вдоха дыхание должно проходить по центральной линии тела.

Бодягина А.А., учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

11. Зайчик – кольцо. Упражнение основано на переходе из одной позиции в другую:  
а) пальцы в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы и развести их в стороны;  
б) большой и указательный пальцы соединить в кольцо, остальные пальцы развести в стороны.

Прыгнул зайнык с крылечка, в траве нашел колечко.

А колечко не простое – блестит, словно золотое.

12. Бабочка. Скрестить запястья обеих рук и прижать ладони тыльной стороной друг к другу. Пальцы прямые. «Бабочка сидит». Ладони прямые и напряжены. Пальцы не сгибать.

Легким, но резким движением рук в запястьях имитировать полет бабочки.

Бабочка – коробочка,

Улетай под облачко.

Там твои детки

На березовой ветке.

13. Мячик. Округленные ладони складываются одна на другую под любой стих про мяч.

### **Второй этап (Ноябрь)**

#### **ПЕРЕКРЕСТНЫЕ ШАГИ**

Зафиксируйте взгляд на пересечении линий, выполняя при этом следующее упражнение: Стоя. Поднимите (не высоко) левую ногу, согнув ее в колене, и кистью правой руки дотроньтесь до колена левой ноги, затем то же с правой ногой и левой рукой. Повторите упражнение 7 раз. Упражнение выполняется как можно медленнее. Когда упражнение делается

- медленном темпе, оно вовлекает и тонкую моторную координацию и требует сознательной активизации вестибулярного аппарата и лобных долей мозга.

1. Качание головой.

Дышите глубоко. Расправьте плечи, опустите голову вперед и медленно раскачивайте головой из стороны в сторону. Сначала с открытыми глазами, затем с закрытыми глазами.

2. Гимнастика для языка и челюсти.

а) «Часики» - движения языком в разные стороны, «Киска сердится» – выгибание языка (удерживать кончик языка за нижними зубами, выгнуть его горкой, стараясь вытолкнуть его наружу).

б) Слегка приоткрыть рот и нижней челюстью делать резкие движения из стороны в сторону.

3. Перемены.

Упражнение основано на переходе из одной позиции в другую:

а) КРЮЧКИ. Руки сжаты в кулаки, мизинцы сцеплены друг с другом

б) ЦЕПОЧКА. Сцепляются колечки, образованные сомкнутыми большими пальцами и мизинцами правой и левой рук.

в) СЛОНИК. Правая рука встает на выпрямленную левую ладонь; указательный и безымянный пальцы – передние ноги слона, большой и мизинец – задние ноги, вытянутый средний палец – хобот.

г) МЯЧИК. Округленные ладони складываются одна на другую.

д) ДОМИК. Руки направлены вверх. Большой, указательный и средний пальцы каждой руки прижаты к ладоням. Основания ладоней и кончики безымянных пальцев соприкасаются, образуя «крышу». Мизинец правой руки встает вертикально – «труба».

е) ЦВЕТОК. Руки направлены вверх. Ладони соприкасаются своими основаниями, образуя чашу. Пальцы разведены в стороны и даже прогнуты – «лепестки».

Сначала ребенок вслед за взрослым разучивает эти позиции пальцев. Затем следует игра-условие:

Вместо цепочки делаем крючки.

Вместо крючков – цепочки

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

Игра начинается медленно, затем ее темп увеличивается. Если дети хорошо запомнили все позиции, следует замена условия на новое, более сложное.

Вместо слоника – домик,

Вместо домика - мячик,

Вместо мячика – слоник,

А на цветок – запрет.

Т.е. одну из позиций повторять не нужно. Допустимо предлагать новые пальцевые фигурки и новые забавные задания, например: Вместо домика – замри!

6. Ладони обеих рук лежат на столе или коленях. Постучите каждым пальцем правой руки по столу под счет «один, один-два, один-два-три и т. д.». Прodelать данное упражнение левой рукой, затем двумя руками одновременно.

7. Зеркальное рисование.

Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки.

### 3. Кулак - кольцо.

Левая рука	Правая рука	
кулак	кольцо «большой – указательный»	
кольцо «большой – указательный»	кулак	
кулак	кольцо «большой – средний»	
кольцо «большой – средний»	кулак	
кулак	кольцо «большой – безымянный»	
кольцо «большой – безымянный»	кулак	
кулак	кольцо «большой – мизинец»	
кольцо «большой – мизинец»	кулак	

### КОМПЛЕКС №2 - январь-февраль

#### Первый этап (Январь)

1. Пальчики здороваются. Кончиком большого пальца правой руки поочередно касаться кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. Прodelать то же самое левой рукой.

Я здороваюсь везде – дома и на улице

Даже «здравствуй!» говорю соседской курице.

Одновременно кончиками больших пальцев правой и левой рук поочередно касаться кончиков указательных, средних, безымянных пальцев и мизинцев.

Повстречал ежонка еж:

«Здравствуй братец! Как живешь?»

2. Рожицы. Выполняйте различные мимические движения: надувайте щеки, выдвигайте язык, вытягивайте губы трубочкой, широко открывайте рот.

3. Зайчик - кольцо. Упражнение основано на переходе из одной позиции в другую:

а) пальцы в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы и развести их в стороны;

б) большой и указательный пальцы соединить в кольцо, остальные пальцы развести в стороны.

Прыгнул зайчика с крылечка в траве нашел колечко.

А колечко не простое – Блестит, словно золотое.

4. Медвежья покачивания. Качайтесь из стороны в сторону, подражая медведю. Затем подключите руки. Придумайте сюжет.

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

5. Мячик. Округленные ладони складываются одна на другую под любой стих про мяч.

Массаж ушных раковин. Помассируйте мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками

6. Ладонки. Сядьте на стул, руки положите ладонями вниз на стол. Плечи разверните и расслабьте. Глаза закрыты, делайте медленный глубокий вдох, а затем медленный выдох. Во время вдоха дыхание должно проходить по центральной линии тела.
7. Цепочка. Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо
  - большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. Проба выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.
8. Зайчик и барабан. Пальчики согнуты в кулачок Указательный и средний пальцы подняты вверх и прижаты друг к другу. Безымянным и мизинцем поочередно стучать по большому пальцу.

Зайка взял свой барабан

- ударил трам-трам-трам
  - ударил трам-трам-трам.
9. Коза. Упражнение основано на переходе из одной позиции в другую: а) пальцы в кулачок б) затем выдвинуть указательный и мизинец, и развести их в стороны. Сначала правой рукой, затем левой и вместе.
  10. Катание Раскатывание ребристого карандаша по очереди ладонью и пальцами правой руки, затем левой.

Рожки. Выполняйте различные мимические движения: надувайте

щеки, выдвигайте язык, вытягивайте губы трубочкой, широко открывайте рот.

Второй этап (Февраль)

1. Расслабление. Сядьте на стул, руки положите ладонями вниз на стол. Плечи разверните
  - расслабьте. Глаза закрыты, делайте медленный глубокий вдох, а затем медленный выдох. Во время вдоха дыхание должно проходить по центральной линии тела.
2. Прямое и обратное колечко. Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, одной рукой соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т. д. А другой рукой соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно мизинец, безымянный и т. д.
3. Считалка - бормоталка.

Попросите ребенка выучить фразу: «Идет бычок качается». Он должен несколько раз подряд произнести эту фразу. В первый раз он произносит все три слова, во второй раз он произносит только слова «идет бычок», а слово «качается» произносит про себя, хлопая при этом один раз в ладоши. В третий раз он произносит вслух только слово «идет», а слова «бычок качается» произносит про себя, сопровождая каждое слово хлопком в ладоши. В четвертый раз ребенок произносит все три слова про себя, заменяя их тремя хлопками.

Это выглядит следующим образом:

5. Идет - бычок - качается.
6. Идет - бычок - (хлопок).
7. Идет - (хлопок) - (хлопок).
8. (Хлопок) - (хлопок) - (хлопок).

Если ребенок не понял задания, покажите ему сами, как это нужно делать. Можно использовать другие варианты считалочки - бормоталочки.

Уронили - мишку - на - пол. Ехал - грека - через - реку. Наша - Таня - громко - плачет.

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

4. Заяц - коза - жук.

Упражнение основано на переходе из одной позиции в другую:

1. зайчик - пальцы в кулачок, выдвинуть указательный и средний пальцы и развести их в стороны.
- Б) коза - пальцы в кулачок, выдвигаются указательный и мизинец, развести их в стороны.
2. жук - пальцы в кулачок, выдвигаются большой и мизинец, развести их в стороны.
6. Ухо - нос.

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой - за противоположное ухо.

Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».

### **Второй этап (Февраль)**

1. Перекрестные движения с локтем.

Зафиксируйте взгляд на пересечении линий, выполняя при этом следующее упражнение:

Стоя. Поднимите левую ногу, согнув ее в колене, и локтем правой руки дотроньтесь до колена левой ноги, затем то же с правой ногой и левой рукой. Повторите упражнение 7 раз. Упражнение выполняется как можно медленнее. Когда упражнение делается в медленном темпе, оно вовлекает и тонкую моторную координацию и требует сознательной активизации вестибулярного аппарата и лобных долей мозга.

2. Горизонтальная восьмерка.

Вытяните перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставьте вытянутыми указательный и средний. Нарисуйте в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Начинаем движение руки из центра этого знака. Сначала одной рукой, затем другой и заканчиваем упражнение двумя руками одновременно.

3. Элементы массажа.

Перед массажем руки хорошо потереть ладошку об ладошку до ощущения теплоты.

Каждое упражнение повторяем 2-3 раза.

- а) «Сухое умывание» - сложили руки так, как будто набрали в них воды. Затем сделали движение руками, имитируя настоящее умывание.
- б) Легкими движениями обеих рук поглаживаем лоб от середины к виску.
- в) Указательным пальцем правой руки проводим от межбровья до кончика носа и слегка покачиваем его.
- г) Массируем щеки круговыми движениями пальцев.
- д) Слегка приоткройте рот и нижней челюстью делайте резкие движения из стороны в сторону (5 раз в каждую сторону).

4. Вытяните руки перед собой, сгибайте кисти вверх и вниз. Затем вращайте обеими кистями до и против часовой стрелки (сначала однонаправлено, затем разнонаправлено), сводите и разводите пальцы рук. Попробуйте одновременно с движениями рук широко открывать и закрывать рот.

5. Точки мозга

Прежде чем начать читать, заниматься, можно сделать упражнение «точки мозга». Одну руку положите на пупок, а другой массируйте точки, расположенные сразу же под ключицей, с правой и левой стороны груди. Выполняя это упражнение, представьте, что у вас на носу кисточка, и вы рисуете ею бабочку - цифру «8» на потолке. Можно водить взглядом по стене в том месте, где она пересекается с потолком.

После этих упражнений глаза легко скользят по тексту и не устают при чтении.

### **КОМПЛЕКС №3 – апрель-май**

#### **Первый этап (Апрель)**

1. Качание головой.

Бодягина А.А., учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

Дышите глубоко. Расправьте плечи, опустите голову вперед и медленно раскачивайте головой из стороны в сторону. Сначала с открытыми глазами, затем с закрытыми глазами.

2. Гимнастика для языка. «Часики» - движения языком в разные стороны, «Киска сердится», выгибание языка (удерживать кончик языка за нижними зубами, выгнуть его горкой)
  - «Лошадка» - цоканье.
3. Рожицы. Выполняйте различные мимические движения: надувайте щеки, выдвигайте язык, вытягивайте губы трубочкой, широко открывайте рот.
4. Катание. Раскатывание ребристого карандаша между ладонями, сначала в медленном темпе, затем темп увеличивается.
5. Дерево.

Сначала буду маленький

К коленочкам прижмусь,

Затем я вырасту большой До солнца дотянусь.

Сидя на корточках. Спрячьте голову в колени, колени обхватите руками. Это семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимайтесь на ноги, затем распрямляйте туловище, вытягивайте руки вверх. Напрягите тело и вытяните его вверх. Подул сильный ветер: раскачивайте тело, имитируя дерево.

6. Глаз-путешественник. Развесить или положить в разных углах и по стенам групповой комнаты разные игрушки, рисунки и т.д. Исходное положение - стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот предмет или рисунок, который назвал воспитатель.

Из 1 и 2 комплекса, взять то упражнение, которое дается детям с трудом.

#### Второй этап (Май)

1. Перекрестные шаги. Нужно шагать высоко поднимая колени, попеременно касаясь правой и левой рукой противоположного колена - 6 пар движений. Затем шагать, касаясь руками одноименного колена - 6 пар движений. Закончить разнонаправленными движениями.
2. Скворечник. Ладони вертикально поставлены друг к другу, мизинцы прижаты (как лодочка), а большие пальцы загнуты внутрь.

Скворец в скворечнике живет

И песню звонкую поет.

3. Дети берут в руки игрушку или небольшой мяч. По команде воспитателя поднимают его вверх, вправо, влево, вниз.
4. Глаз-путешественник. Развесить или положить в разных углах и по стенам групповой комнаты разные игрушки, рисунки и т.д. Исходное положение - стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот предмет или рисунок, который назвал воспитатель.
5. Из 1 и 2 комплекса, взять то упражнение, которое дается детям с трудом.

6. Перекрестные шаги. Нужно шагать высоко поднимая колени, попеременно касаясь правой и левой рукой противоположного колена - 6 пар движений. Затем шагать, касаясь локтем противоположного колена - 6 пар движений. Затем шагать, касаясь руками одноименного колена - 6 пар движений. Закончить разнонаправленными движениями.

7. Свеча. Исходное положение - сидя на стуле. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечки маленькими выдохами.

8. Мельница. Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

9. Глаз-путешественник. Развесить или положить в разных углах и по стенам групповой комнаты разные игрушки, рисунки и т.д. Исходное положение - стоя. Не поворачивая головы, найти глазами тот предмет или рисунок, который назвал воспитатель.

Из 1 и 2 комплекса, взять то упражнение, которое дается детям с трудом.

### **Взаимодействие с родителями**

Основные направления:

- Психолого-педагогическое просвещение родителей;
- Вовлечение родителей в совместную с детьми деятельность;
- Дифференцированная и индивидуальная помощь родителям.
- 

### **Риски и пути преодоления рисков**

- Недостаток опыта педагога по теме «Кинезиология»;
- сопротивление со стороны участников образовательного процесса;
- нежелание родителей в полной мере включиться в реализацию проекта.

**Меры по их преодолению:**

- повышение компетентности педагога по реализации проекта;
- раскрытие творческого потенциала в реализации проекта;
- более тесное взаимодействие с родителями воспитанников;
- возможное расширение временных рамок работы над проектом.

### **Сравнение показателей результативности проекта в сравнении с традиционными методиками обучения**

Анализируя проделанную работу, пришли к выводу, что использование инновационных технологий:

- является уникальным средством для создания условий развития ребенка, очень важным аспектом в работе, как дошкольного образовательного учреждения, так и в воспитании ребенка вне его;
- является методом практического и целенаправленного действия, открывает возможности формирования собственного жизненного опыта ребёнка по взаимодействию с социальной средой;
- является педагогической технологией, методом, идущим от детских потребностей и интересов, возрастных и индивидуальных особенностей детей, стимулирующих детскую самостоятельность, обеспечивающей рост личности ребёнка, позволяет фиксировать этот рост, вести ребёнка по ступеням роста – от проекта к проекту;
- один из немногих методов, выводящий педагогический процесс из стен детского учреждения в социальную среду;
- способствует актуализации знаний, умений и навыков ребёнка, их практическому применению во взаимодействии с окружающим;
- формирует потребность ребёнка в самореализации, самовыражении, творческой личностно и общественно значимой деятельности;
- реализует принцип сотрудничества детей и взрослых.

### **Вывод**

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»



В результате проектной деятельности были сформулированы следующие выводы: применение в логопедической работе кинезиологических упражнений и приёмов мы пробуждаем интерес к занятиям, формируем умение понимать словесные инструкции, развиваем темпо-ритмическую, интонационную речь, внимание, память, обогащаем словарный запас и формируем связную речь.

### **Список литературы**

1. Сиротюк А. Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. – М.: ТЦ Сфера, 2001. – 128 с.
2. Сиротюк А. Л. Коррекция проблем обучения и развития методом кинезиологии. - Бодягина А.А, учитель-логопед  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

- М.: Аркти, 2003. – 156 с.
3. Сиротюк А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников.— М: ТЦ Сфера, 2008.48 с.
  4. Деннисон П., Деннисон Г. Программа «Гимнастика мозга». Пер. С.М. Масгутовой. – М., 1997.
  5. Ханнафорд К. Мудрое движение. Пер. С.М. Масгутовой. – М., 2000
  6. Использование метода кинезиологии в работе с дошкольниками / Е. И. Стальская, Ю. С. Корнеева, Е. Г. Ромицына // Северная Двинамай-июнь).
  7. Дудьев В.П. Средства развития тонкой моторики рук у детей с нарушением речи.— Дефектология, №4, 1999.
  8. Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999
  9. «Гимнастика мозга» Пол Е. Деннисон, Гейл Е. Деннисон, 2015 г

## *Приложение 1*

### **Картотека кинезиологических упражнений.**

#### **I. Растяжки**

##### **1. “Снеговик”**

Бодягина А.А, учитель-логопед  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2  
«Рябинка»

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала “тает” и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

## **2. “Дерево”**

Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

## **3. “Тряпичная кукла и солдат”**

Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

## **4. “Сорви яблоки”**

Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните.

Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем подними как можно выше левую руку и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

## **II. Дыхательные упражнения**

### **1. “Свеча”**

Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

### **2. “Дышим носом”**

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

Подыши одной ноздрей,  
И придет к тебе покой.  
Исходное положение – о. с.

1 - правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки, левой делать тихий, продолжительный вдох;

2 - как только вдох окончен, открыть правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх.

### **3. “Ныряльщик”**

Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

### **4. “Надуй шарик”**

Исходное положение - лежа на спине. Детям расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза - задержка дыхания. Выдох - втянуть живот как можно сильнее. Пауза - вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

### **5. “Дыхание”**

Тихо-тихо мы подышим,  
Сердце мы свое услышим.

И. п. - о. с.

1- медленный вдох через нос, когда грудная клетка начнет расширяться — прекратить вдох и сделать паузу длительностью 4с;

2 — плавный выдох через нос.

### **6. “Губы трубочкой”**

Чтобы правильно дышать,  
Нужно воздух нам глотать.

И. п. - о. с.

1 — полный вдох через нос, втягивая живот;

2 — губы сложить «трубочкой», резко втянуть воздух, заполнив им все легкие до отказа;

3 — сделать глотательное движение, как бы глотая воздух;

4 — пауза в течение 2-3 с, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно.

## **III. Телесные упражнения**

### **1. “Перекрестное марширование”**

Любим мы маршировать,  
Руки, ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем, шагать касаясь рукой

одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

## **2. “Мельница”**

Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

## **3. “Паровозик”**

Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

## **4. “Робот”**

Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.

## **5. «Колено – локоть».**

Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

## **6. “Яйцо”**

Спрячемся от всех забот,  
только мама нас найдет. (Сесть на пол, подтянуть колени к животу, обхватить их руками, голову спрятать в колени. Раскачиваться из стороны в сторону, стараясь расслабиться).

## **7. “Дерево”**

Мы растем, растем, растем

И до неба достаем.

Сидя на корточках, стряхать голову в колени, колени обхватить руками. Это — семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно подняться на ноги, затем распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Подул ветер — раскачивать тело, имитируя дерево. (10 раз)

**8. «Крюки».** Можно выполнять стоя, сидя, лежа. Скрестите лодыжки ног, как удобно. Затем вытяните руки вперед, скрестив ладони друг к другу, сцепив пальцы в замок, вывернуть руки внутрь на уровне груди так, чтобы локти были направлены вниз.

## **IV. Упражнения на релаксацию**

### **1. “Дирижер”**

Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка).

Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с

Бодягина А.А., учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком... Пусть в то время как вы дирижируете, музыка течет через все ваше тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируйте на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

## **2. “Путешествие на облаке”**

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните... Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуйте, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что – нибудь чудесное и волшебное... Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Теперь наблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

## **3.Релаксация “Ковер-самолет”**

Исходное положение - лежа на спине, глаза закрыть, при этом играет спокойная музыка. Мы ложимся на волшебный ковер-самолет. Он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает. Ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей группе (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся.

## **V. Глазодвигательные упражнения**

### **1. “Взгляд влево вверх”**

Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углом в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на “прямо перед собой”. (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.

### **2. “Горизонтальная восьмерка”**

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

### **3.«Слон».**

Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперёд, как хобот. Рука рисует «Ленивую восьмёрку», начиная от центра зрительного поля вверх и против часовой стрелки; при этом глаза следят за движением кончиков пальцев. Упражнение выполнять медленно от трёх до пяти раз левой рукой, прижатой к левому уху, и столько же раз правой рукой, прижатой к правому уху.

### **4. “Глаз – путешественник”**

Развесить в разных углах и по стенам группы различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный воспитателем.

### **5. “Глазки”**

Чтобы зоркость не терять,

Нужно глазками вращать.

*Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды (6 раз).*

### **6. “Глазки”**

Нарисуем большой круг

И осмотрим все вокруг.

Глазами и выдвинутым языком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).

### **7. “Глазки”**

Чтобы зоркими нам стать,

Нужно на глаза нажать.

Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко соответствующего глаза и держать 1-2 секунда.

## **VI. Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия.**

«Кольцо» — поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д.

Цель упражнений «Колечки», «Лезгинка», «Ухо - нос» (с хлопком) -развитие межполушарного взаимодействия (мозолистого тела, произвольности и самоконтроля).

«Кошка» - последовательно менять два положения руки: кулак, ладонь (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

«Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»

«*Лезгинка*» - левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук.

«*Ухо-нос*» - левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки и поменять их положение.

"*Кулак - ребро – ладонь*"— последовательно менять три положения: сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, ладонь на плоскости стола (сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками вместе).

«*Заяц*» - вытянуть вверх средний и указательный пальцы. При этом мизинец и безымянный пальцы прижать большим пальцем к ладони. Упражнение выполняется 3 раза под счет до 10.

«*Коза*» - вытянуть вперед указательный палец и мизинец. При этом средний и безымянный пальцы прижаты большим пальцем к ладони. Упражнение выполняется 2-3 раза под счет до 10.

«*Вилка*» - вытянуть вверх три пальца (указательный, средний, безымянный), расставленные

врозь. При этом большой палец удерживает мизинец на ладони. Упражнение выполняется 1 раз под счет до 10.

«*Симметричные рисунки*» - рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т.д. Главное, чтобы ребенок смотрел во время «рисования» на свою руку).

Цель - развитие письма; улучшение межполушарного взаимодействия и координации движений; стимуляция творческих процессов; снятие напряжения.

«*Я хороший*» - синхронизация работы полушарий головного мозга, улучшение психоэмоционального состояния, повышение самооценки.

Все эти упражнения направлены на взаимодействие в равной степени правой и левой и левой руки.

## **VII. Самомассаж.**

### **1. Массаж ушных раковин.**

Сделайте массаж мочки ух, потом всю ушную раковину. В конце упражнения разотрите уши руками.

### **2. Массаж лица.**

Двумя пальцами правой руки массировать круговыми движениями лоб, а двумя пальцами левой руки – подбородок. Считать до 30.

### **Упражнения на развитие мелкой моторики.**

1. Вращайте карандаш сначала между пальцами правой руки, затем левой (между большим и указательным; указательным и средним; средним и безымянным; безымянным и мизинцем; затем в обратную сторону).

Бодягина А.А, учитель-логопед

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №2 «Рябинка»



2. Бегущие пальцы. Перебирать всеми пальцами вдоль карандаша (палочки) от одного конца до другого вперед и назад.
3. Прижмите ладонь к поверхности стола. Сначала по порядку, а затем хаотично поднимайте пальцы по одному и называйте их.
4. Нанизывание бусин на шнурок.
5. Игры со шнуровками.
6. «Сухой бассейн».
7. Раскатывать на доске маленький комочек пластилина по очереди пальцами левой руки.