

Принято
Педагогический совет № 1
от 27.08.2021

Утверждаю
Заведующий МБДОУ г. Иркутска детским садом № 129
Е.Л. Булавкина
Приказ от 01.09.2021 № 01-04-64/17



Департамент образования
комитета по социальной политике и культуре администрации г. Иркутска
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Иркутска детский сад № 129
(МБДОУ г. Иркутска детский сад № 129)

Методическая разработка
Комплексные двигательные и графические задания
для скоординированности различных видов деятельности
и мышления

Пояснительная записка

Ум ребенка находится
на кончиках его пальцев.
В.А. Сухомлинский

У многих детей отмечается недостаточность двигательных навыков: скованность, плохая координация, неполный объем движений, нарушение их произвольности; недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации: неловкость, несогласованность движений рук. Нарушение моторики отрицательно сказывается на развитии познавательной деятельности ребенка. Несовершенство тонкой двигательной координации кистей и пальцев рук затрудняет овладение письмом и рядом других учебных и трудовых навыков. Тонкая моторика – основа развития психических процессов.

В настоящее время отмечается увеличение количества детей дошкольного и младшего школьного возраста с разного рода нарушениями в развитии, что приводит в дальнейшем к эмоциональной и физической усталости с последующим падением интереса к процессу обучения как таковому.

Очень важно проводить комплексную развивающую и психокоррекционную работу. Основой и обязательной составляющей такой работы являются особые виды гимнастики («гимнастика для мозга»/«нейройога»/«кинезиология»), позволяющие не только снять отдельный симптом, но и повысить продуктивность протекания психических процессов за счет нормализации функционирования всей биосистемы ребенка. Только при нормально работающей системе жизнеобеспечения возможно соответствующее возрасту развитие памяти, внимания, речи, пространственных представлений, моторики, самоконтроля, работоспособности – всего того, без чего в дальнейшем невозможна продуктивная познавательная деятельность.

Цель: Формирование у детей предпосылок, необходимых для осуществления любой и особенно учебной деятельности, которая требует развитой двигательной сферы (крупных и мелких движений), развитых внимания, памяти, пространственного восприятия, речи и мышления, волевых усилий, навыков планирования и самоконтроля (облегчение процесса овладения навыками рисования, письма и чтения).

Задачи

- повышение умственной работоспособности, синхронизации работы глаз и рук (база для овладения графомоторными навыками),
- развитие графомоторных навыков, плавности, точности, скоординированности движений рук (развитие крупной и мелкой моторики),
- развитие внимания, памяти, логического мышления, воображения, пространственных представлений,
- развитие произвольной сферы.

Участники: дети старшего дошкольного возраста

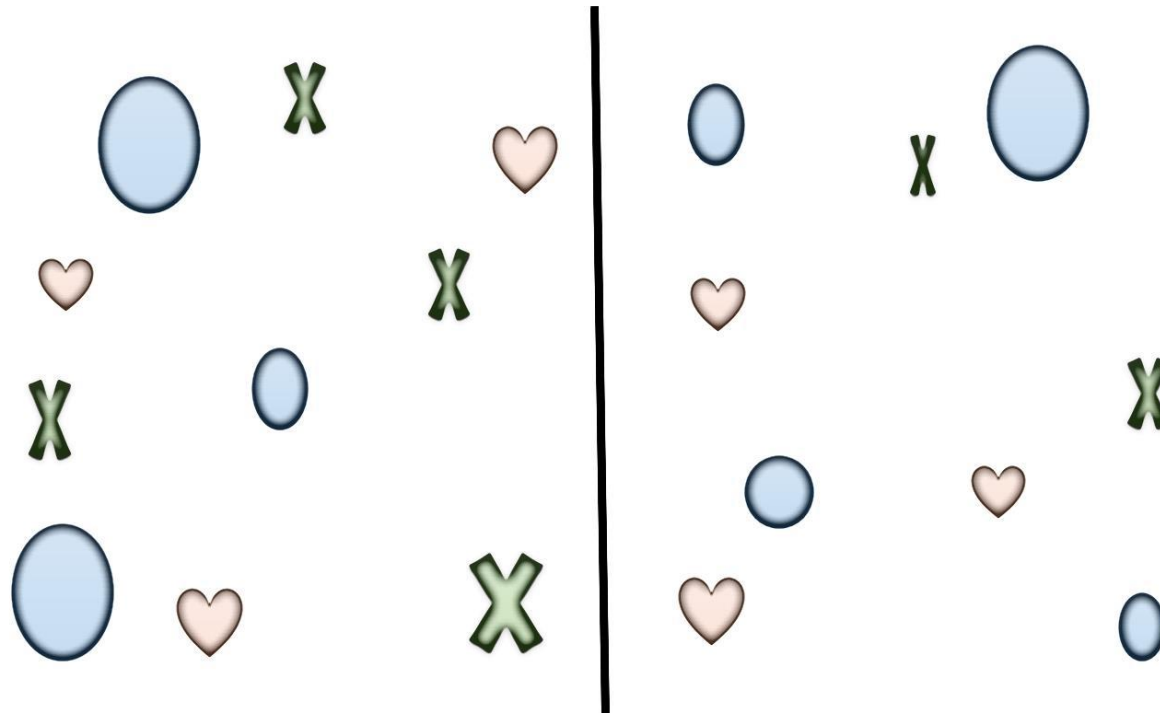
1 упражнение «Поле»

Развиваем: Переключаемость внимания, двуручная координация и графические функции

Задание:

1.1. Правой рукой работаем на правой половине поля, левой- на левой. Двумя руками одновременно: 1.2. Правой рукой работаем на правой половине поля, левой- на левой. Двумя руками одновременно:

В каждом круге поставить точку, каждое сердечко - подчеркнуть, каждый крестик – перечеркнуть
Обвести все круги и соединить линией все сердечки, не задевая остальных фигур

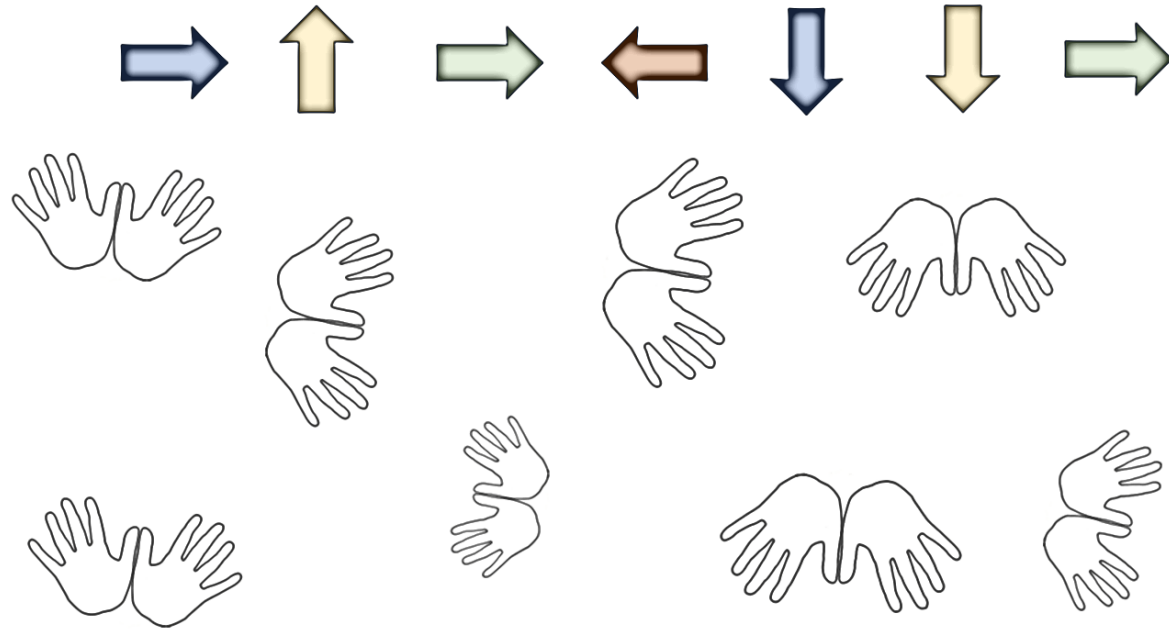


2 упражнение «Направления»

Развиваем: Пространственная ориентировка, пальцевый праксис и координация

Задание:

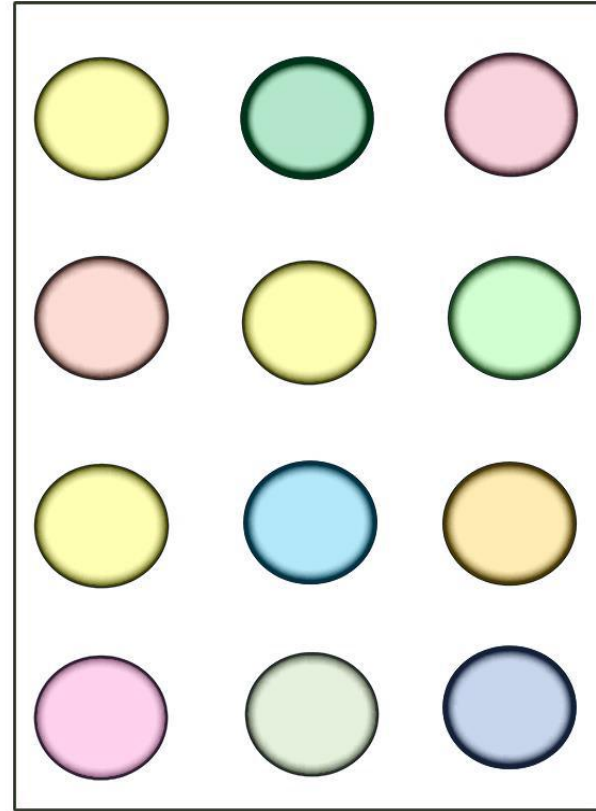
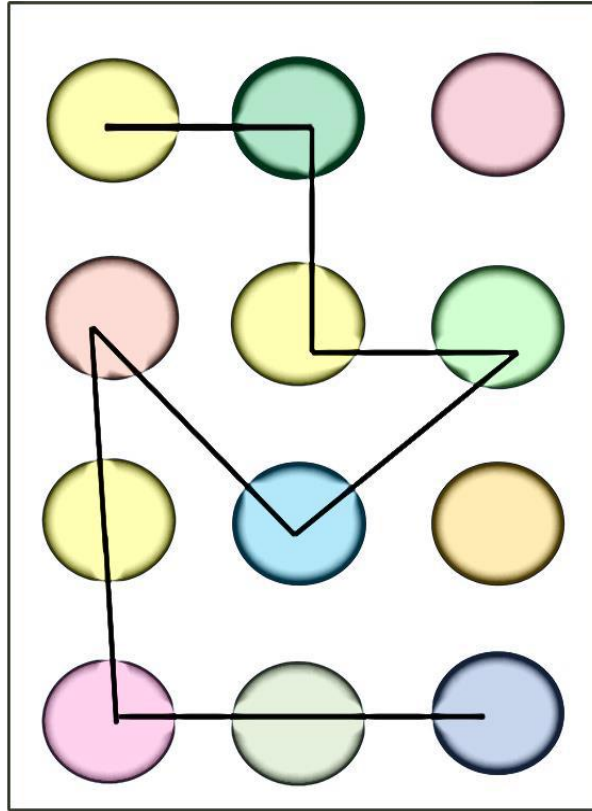
1. Назови куда смотрит каждая стрелочка.
2. Посмотри и покажи пальцем в ту сторону, куда смотрит стрелочка, а затем в противоположенную.
3. Посмотри, в какую сторону развернуты ладони и раскрась их в том цвет, которым нарисована соответствующая стрелочка.
Например, ладони, развернутые вниз- желтым и синим и т.д.
4. Выполните задания руками: поверните ладошки в ту сторону, куда смотрит стрелочка

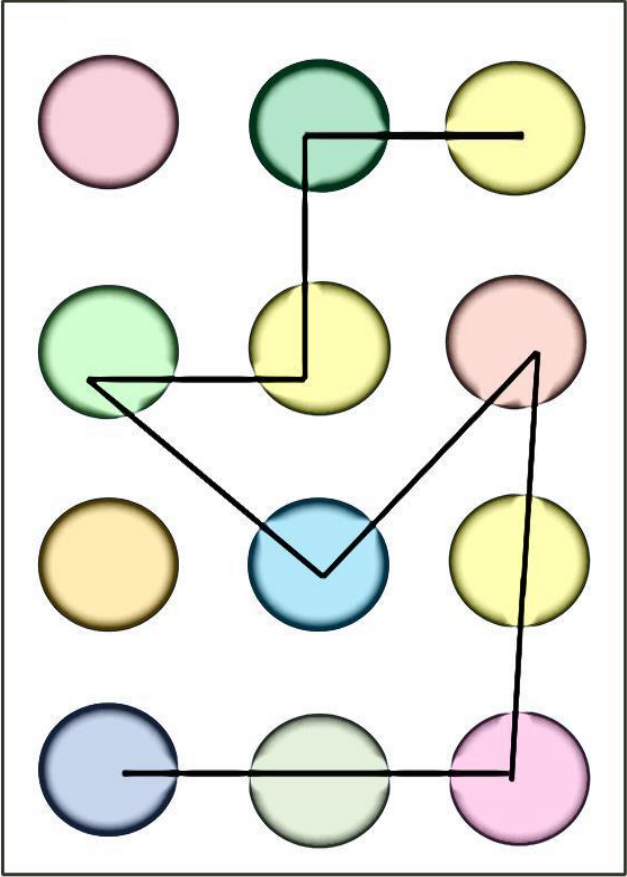
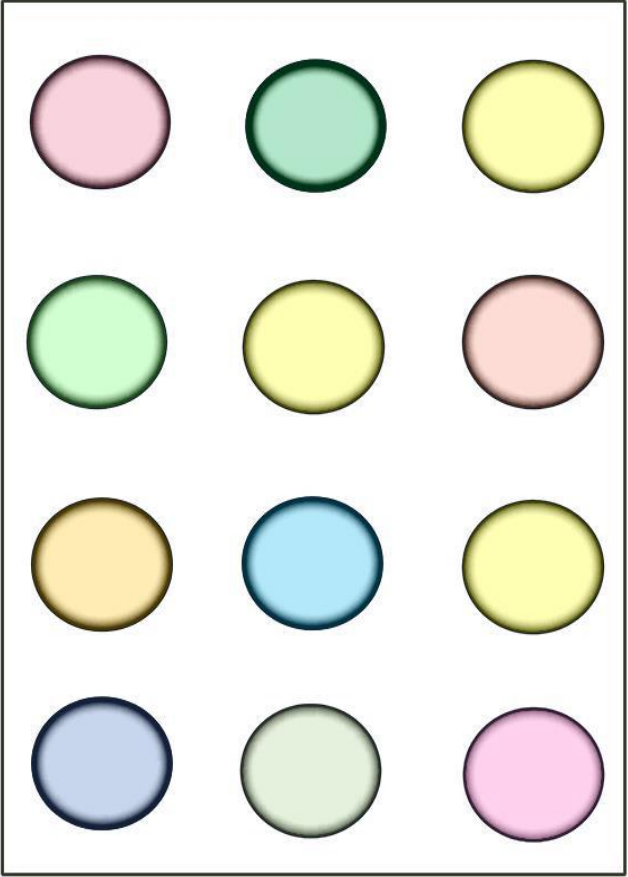


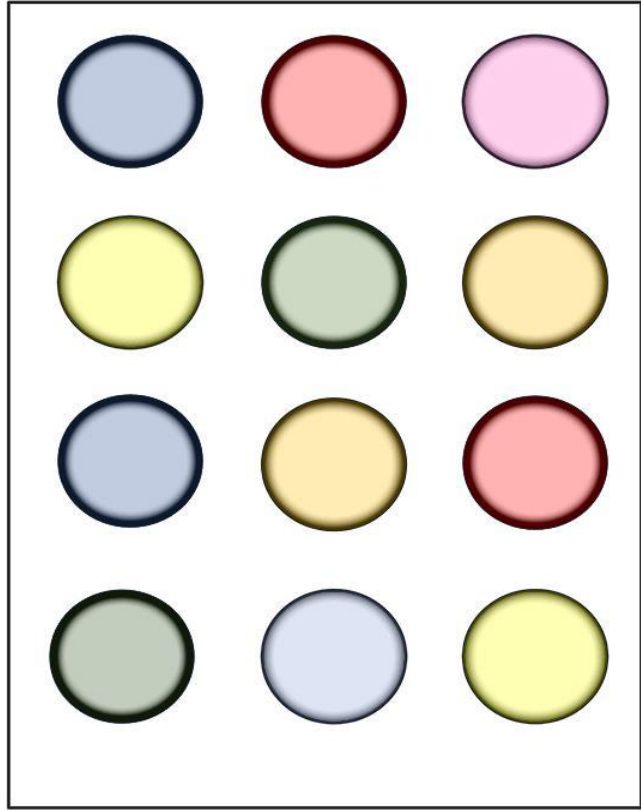
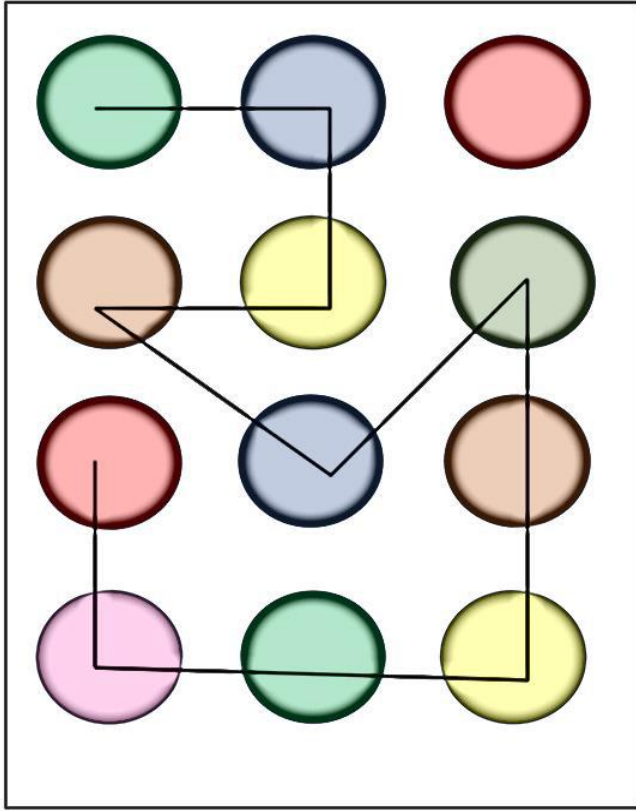
3 упражнение «Лабиринты»

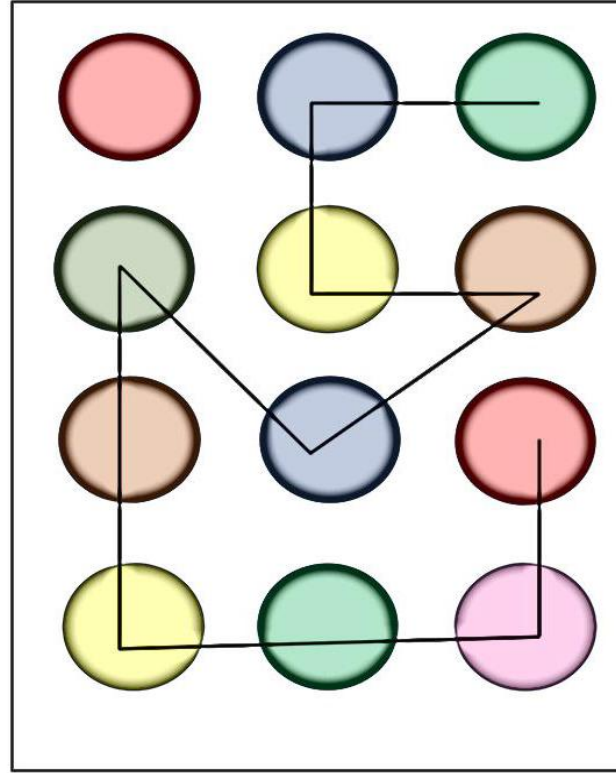
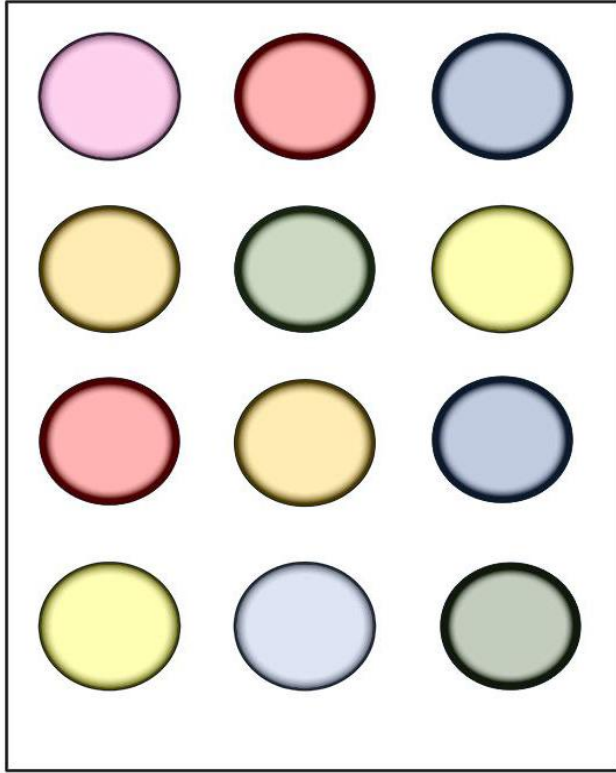
Развиваем: Графические функции, пространственная ориентировка, зрительно-моторная координация

Задание: провести линию также, как в примере









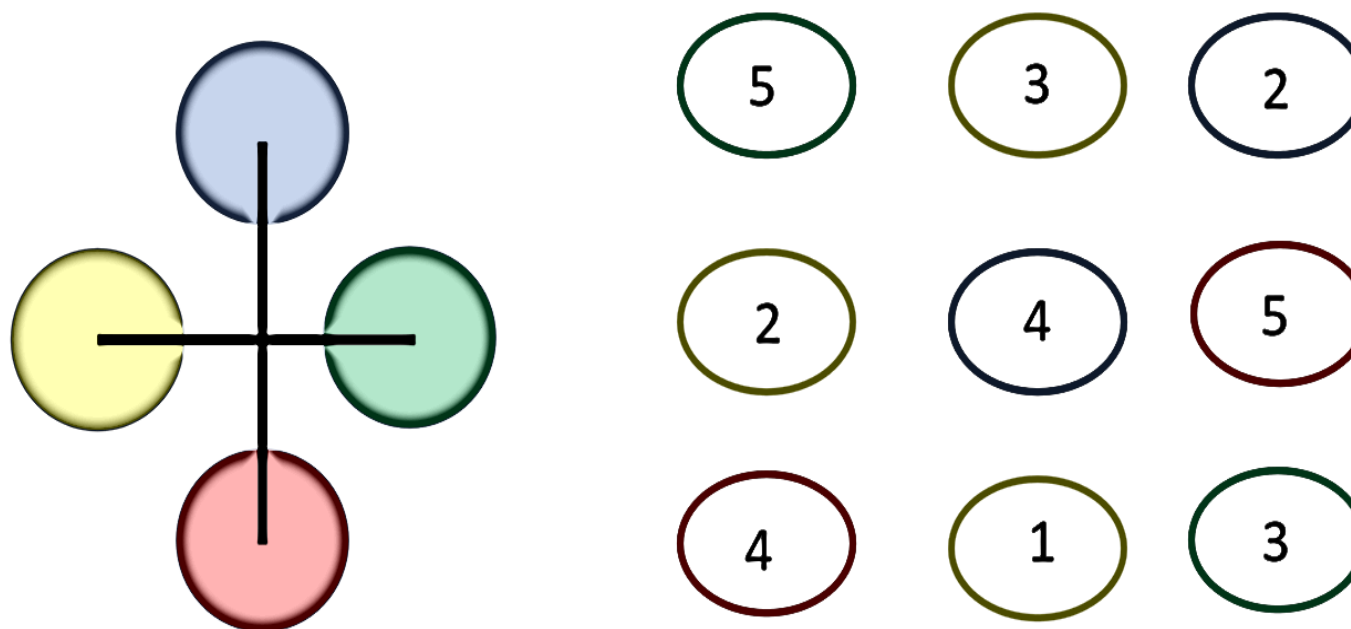
4 упражнение «Синхронизация»

Развиваем: Внимание, межполушарное взаимодействие и мелкая моторика

Задание: Левая рука работает на поле слева, правая – на цифрах справа.

Правой рукой ребенок поочередно показывает и называет цифры, а левой- показывает цвета (соответствуют цвету контура цифры). Например: 5 – зеленый, 3 – желтый и так далее.

Можно сначала дополнительно обвести круги с цифрами по контуру, а затем приступить к выполнению основного задания. Повторить тоже с другой руки.

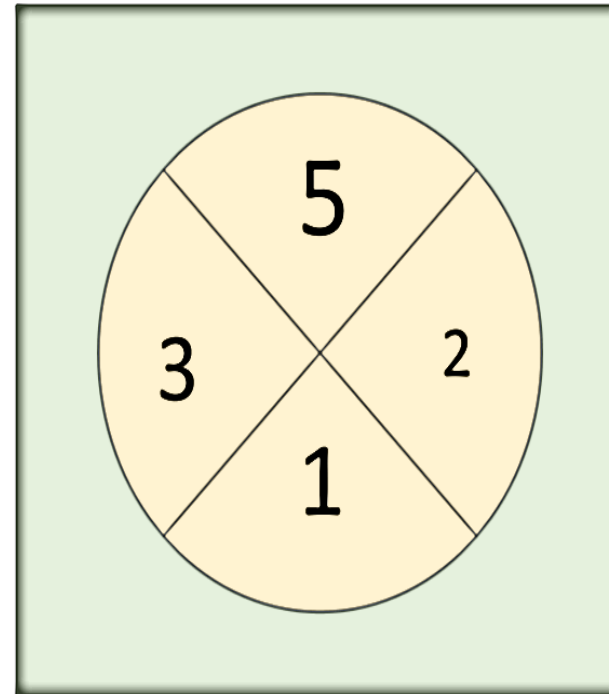
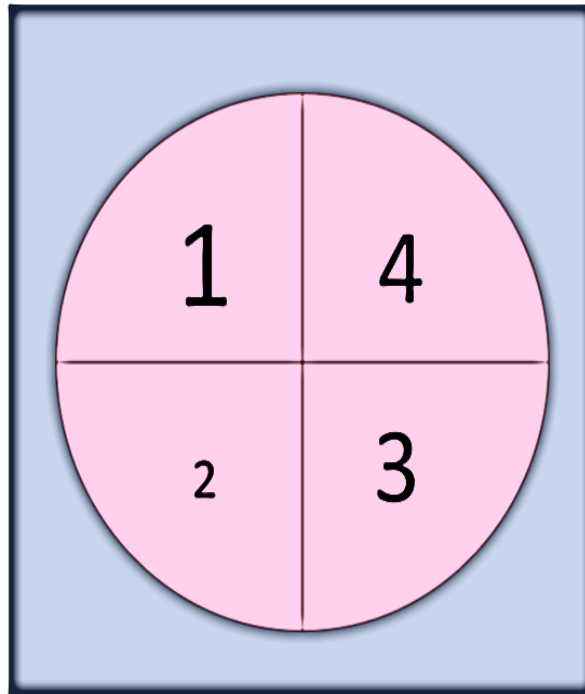


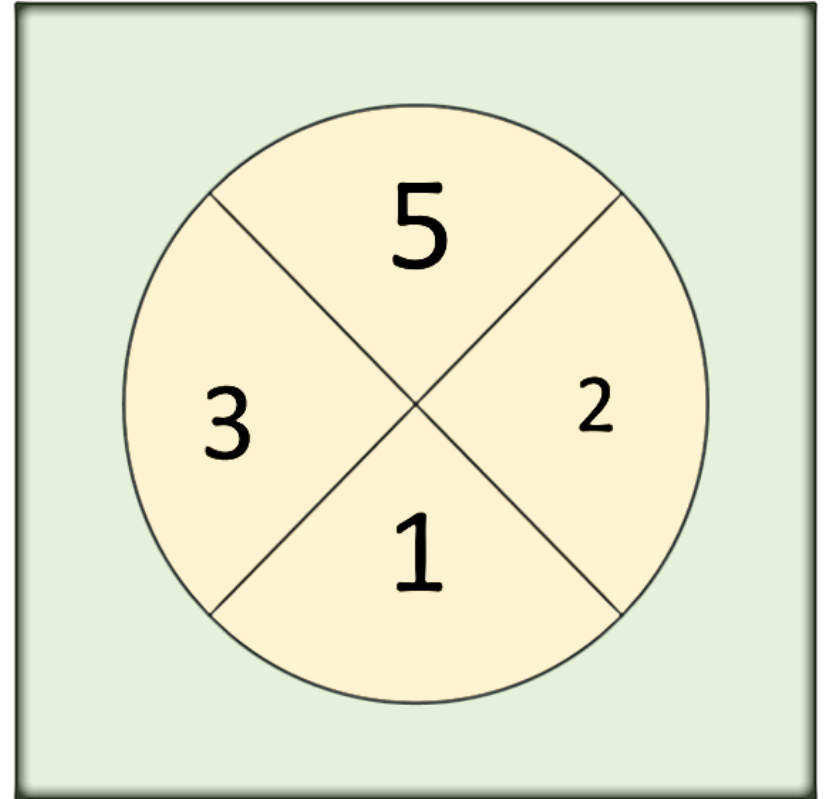
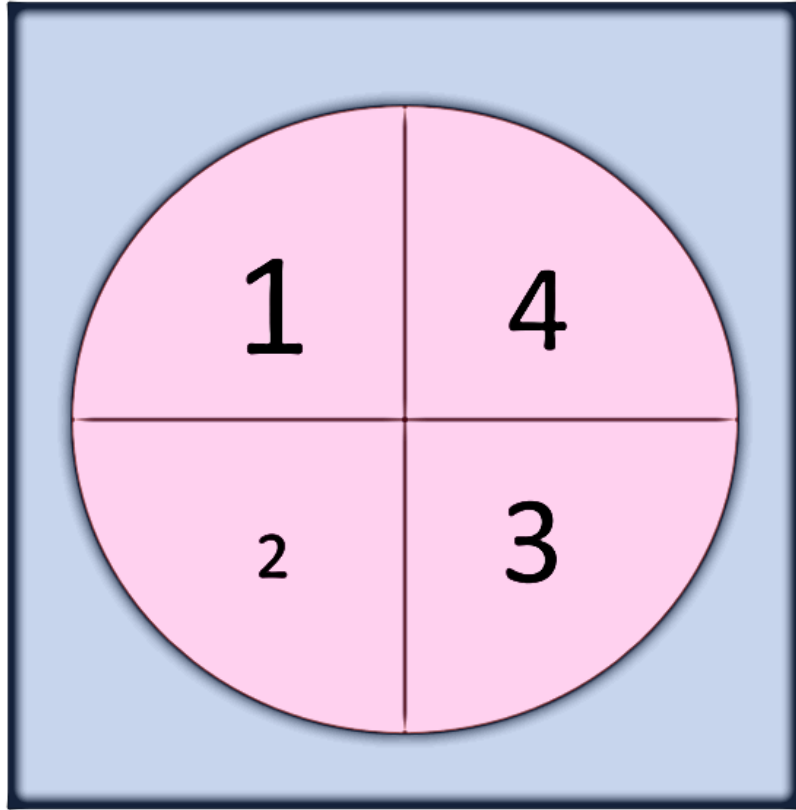
5 упражнение «Нейроцифры»

Развиваем: межполушарное взаимодействие, дифференциация движений, математические представления

Задание: можно выполнять по часовой стрелке, против часовой стрелке или же одно поле по часовой, другое- против часовой. Нужно показать то количество пальцев, которое написано двумя руками одновременно.

Например, идем в двух полях по часовой стрелке. Начинаем с цифры 1 и 5 соответственно, далее 4 и 2 и так далее



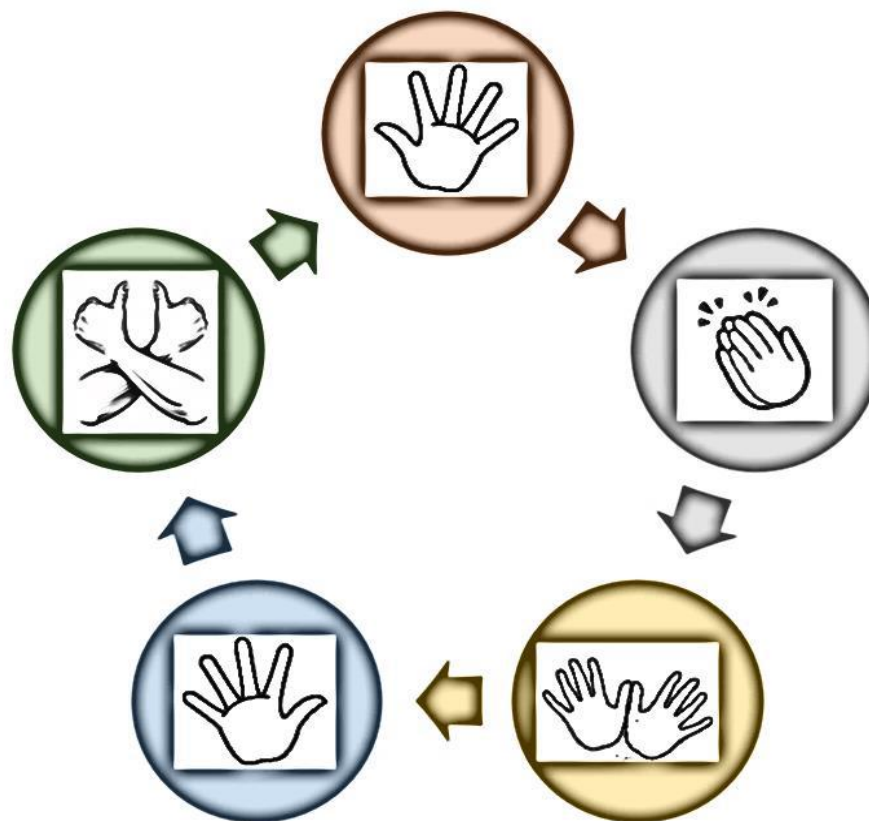


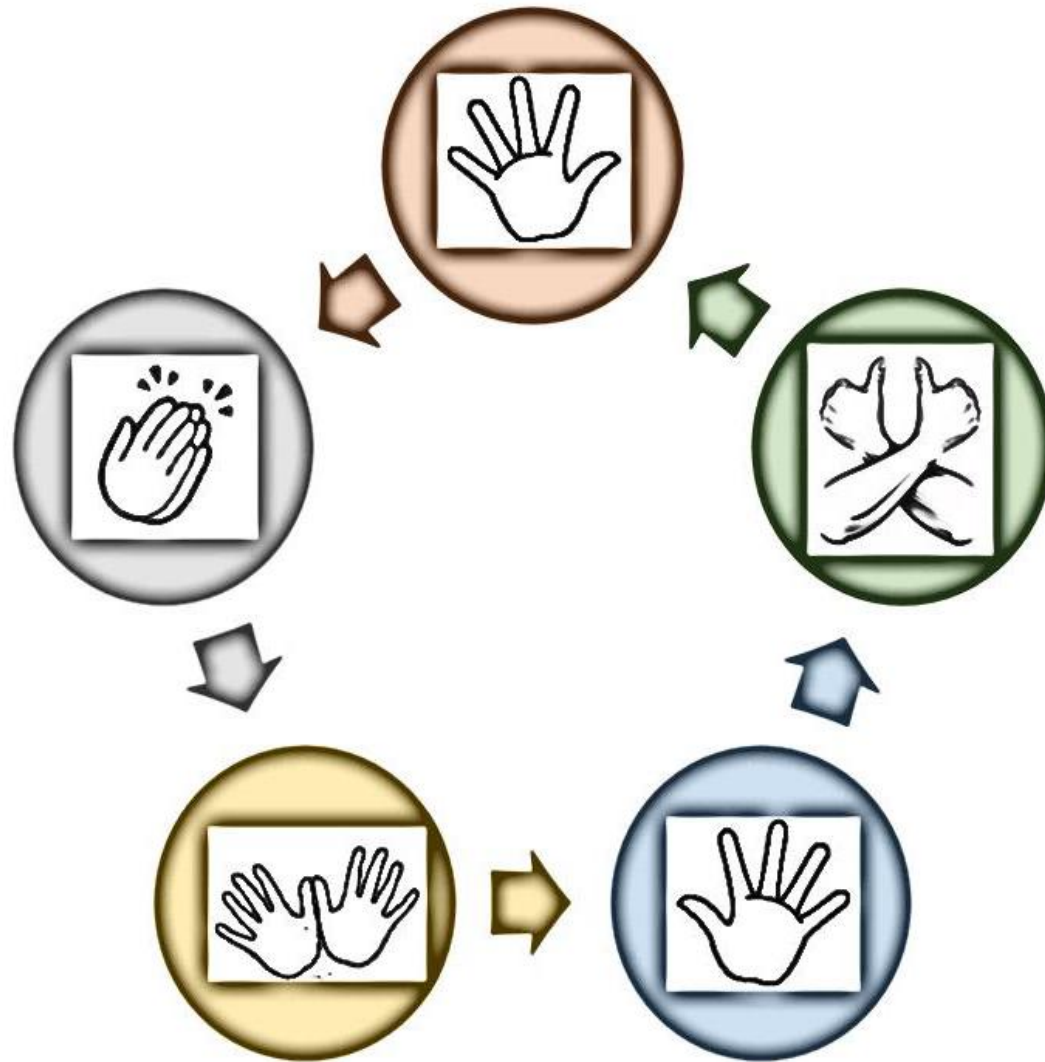
6 упражнение «Позы»

Развиваем: Кинетический праксис, копирование и моторное планирование

Задание: выполняем действие, нарисованное на картинке. Правая ладошка- хлопок, две ладошки, левая рука, руки скрестно и большие пальцы вверх. С каждым разом увеличиваем скорость выполнения.

Усложнение: выполняем задание на шагах и под музыку (ритмично). Также можно выполнять задания под счет, например: цифра 1- хлопнуть в ладоши, 2 – показать правую ладонь и так далее. Цифры можно называть по порядку и в разнобой.





7 упражнение «Паутина»

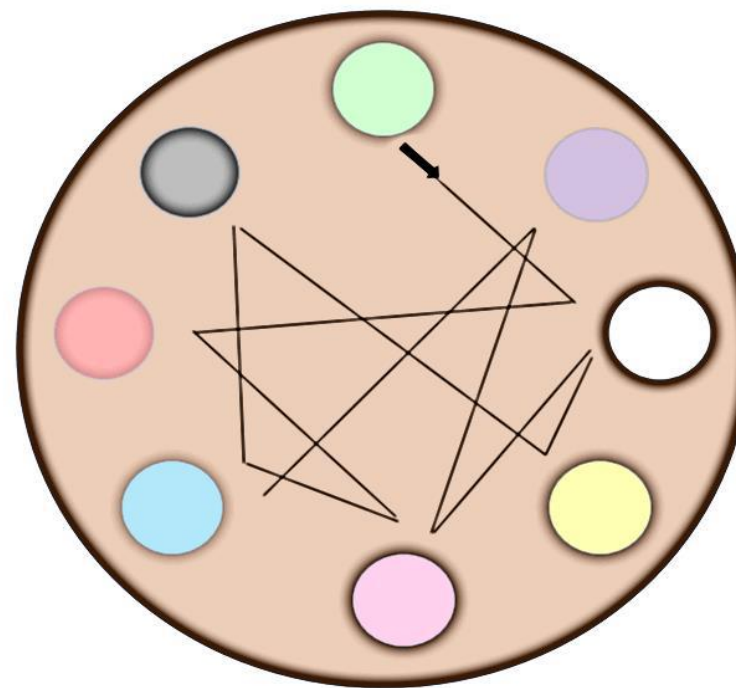
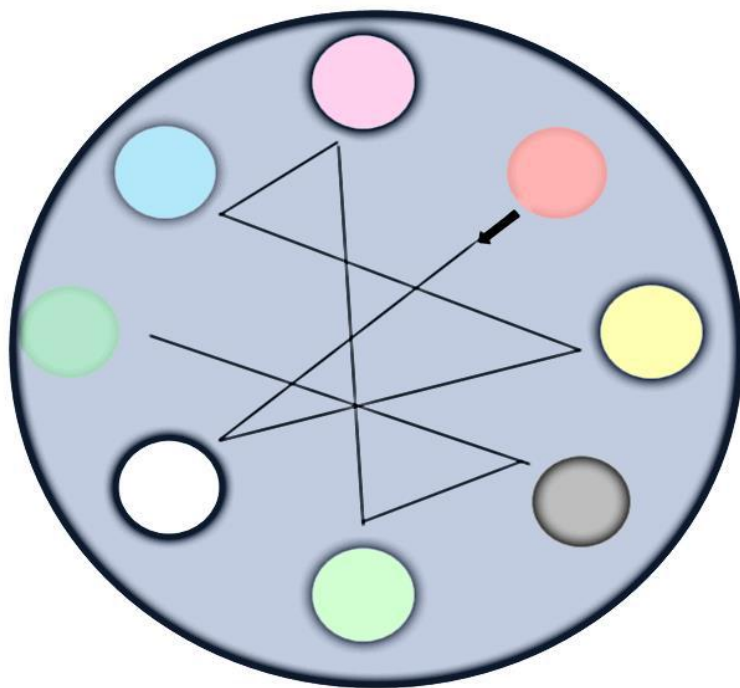
Развиваем: Зрительно-моторная координация, межполушарное взаимодействие и моторное планирование

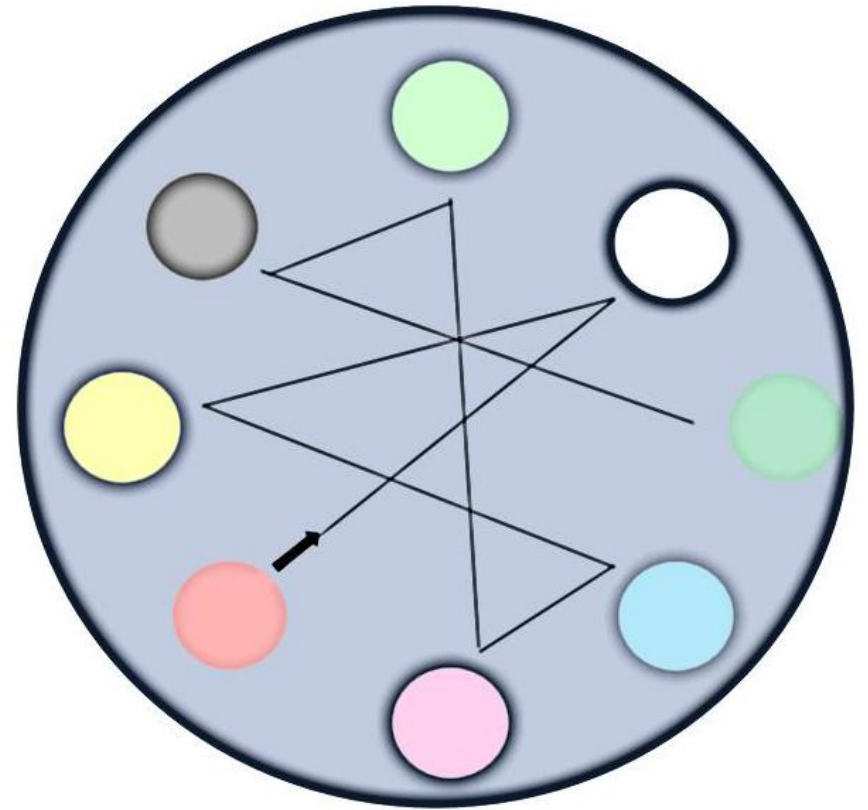
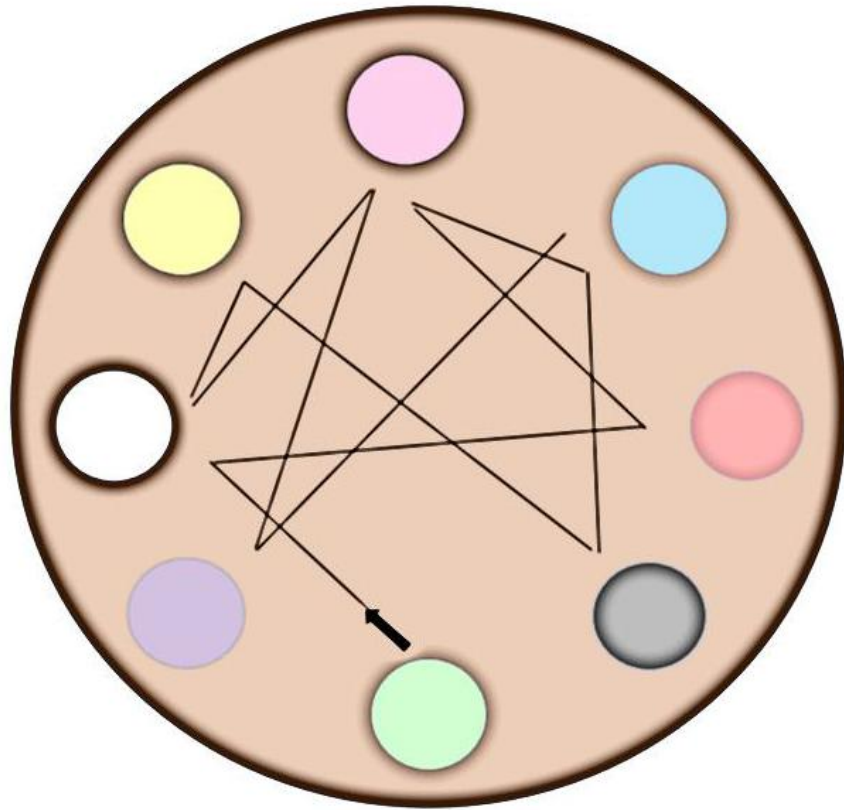
Задание: пройти по лабиринту от заданного круга (рядом со стрелочкой) и узнать, какой круг будет последний.

Можно выполнять моторным способом (пальцем проводить по линии) или визуальным (прослеживать глазами).

Например, на левом круге - красный, белый, желтый и так далее.

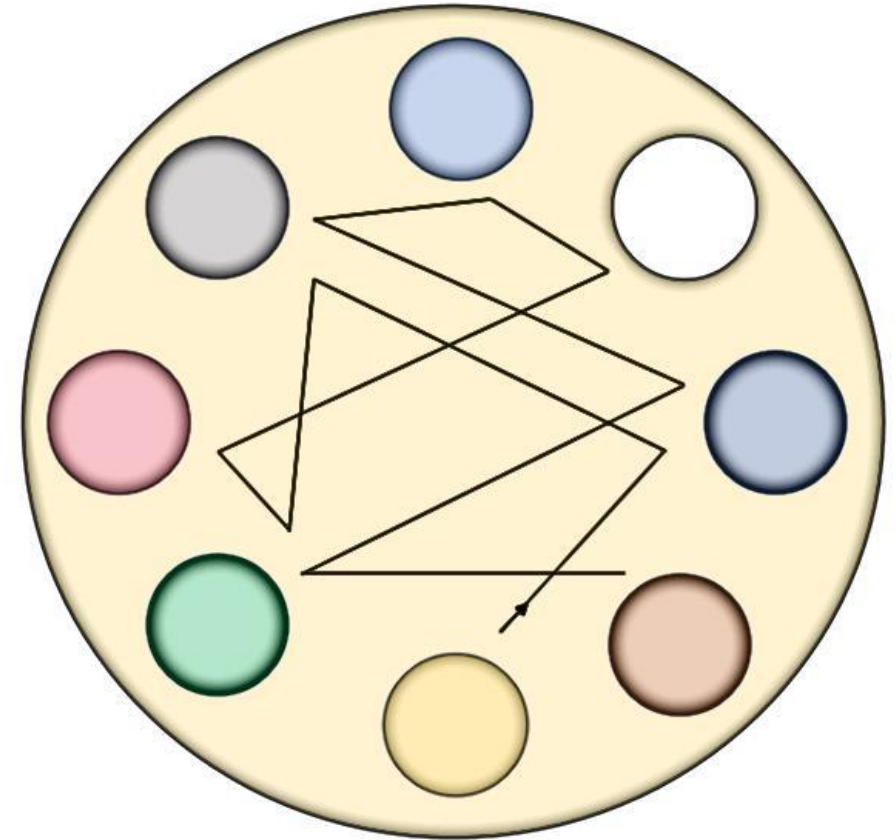
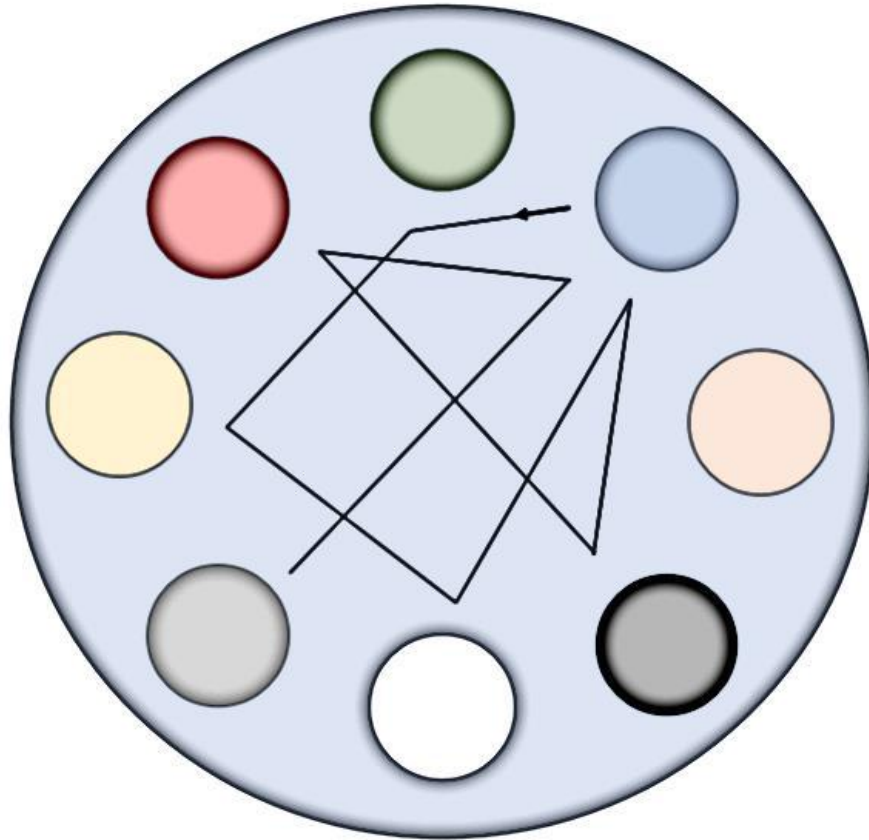
Усложнение: после прохождения лабиринта на память восстановить цепочку цветов, зарисовать последовательность





Также можно добавлять цифры и буквы. Например, нумеровать круги и далее закрашивать их в соответствие с цифрой.

Или выполнять работу на звукозличение (З-С и т.д.)



8 упражнение «Сетка»

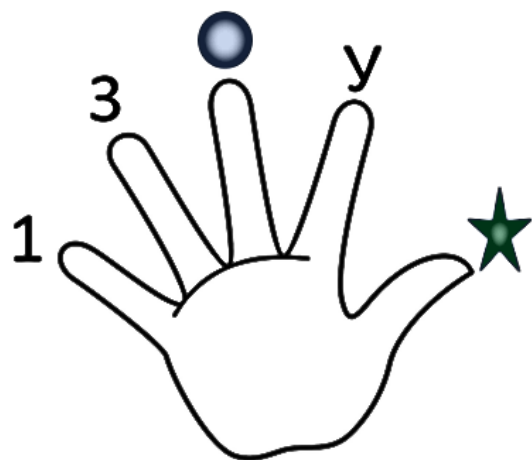
Развиваем: Пространственная ориентировка, переключаемость внимания и дифференциация движений

Задание:

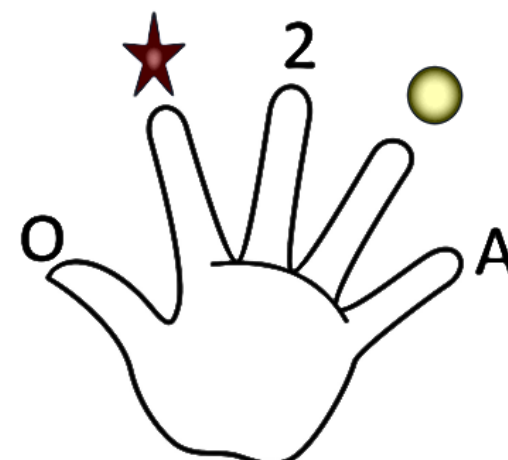
1. Педагог называет цифру, букву или символ (или их последовательность). Ребенку нужно понять, с каким пальцем какой руки соотносится искомый элемент и показать на него необходимым пальцем.

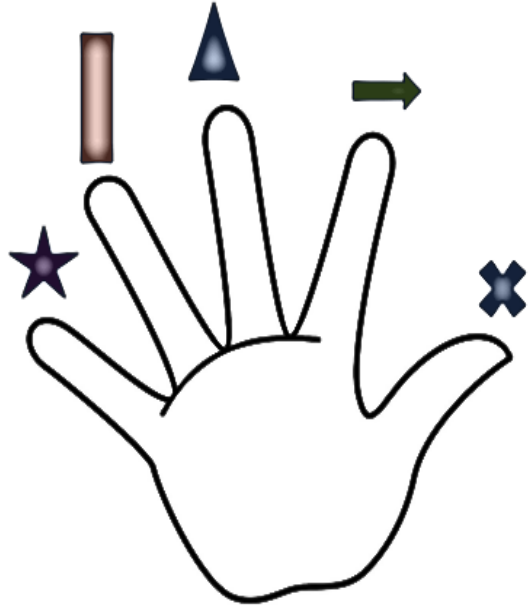
Например, цифра 2-средний палец правой руки, зеленая звездочка- большой палец левой руки.

2. Педагог называет конкретный палец на правой или левой руке. В соответствии с этим, ребенок должен дотронуться до определенного символа конкретным пальцем заданной руки на поле.

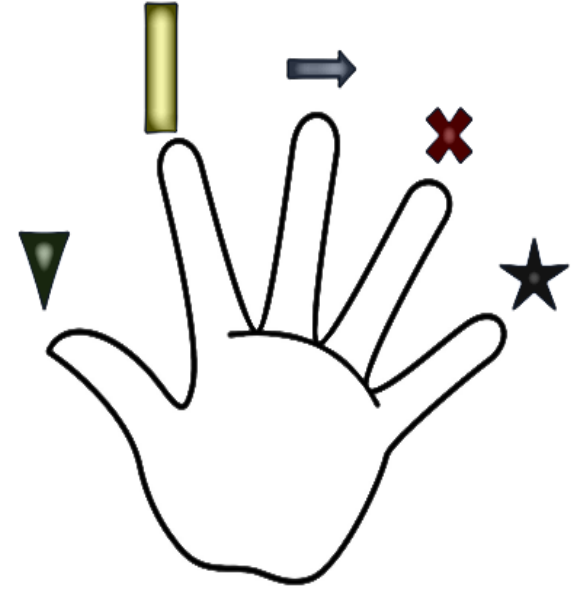


5	★	★	2
3	●	★	A
y	4	И	●
1	●	★	0





Blue cross	Light blue right arrow	Dark red vertical bar	Yellow-green vertical bar
Pink star	Light grey left arrow	Dark green downward triangle	Black star
Brown vertical bar	Light green right arrow	Purple star	Light grey left arrow
Yellow cross	Blue upward triangle	Purple downward triangle	Red cross

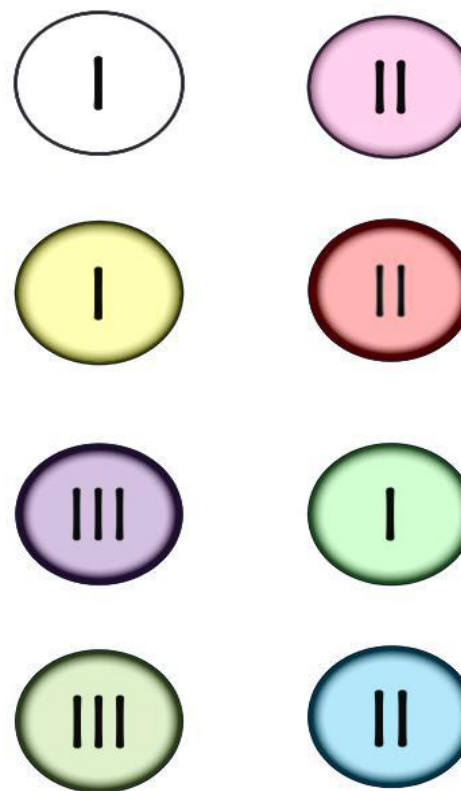
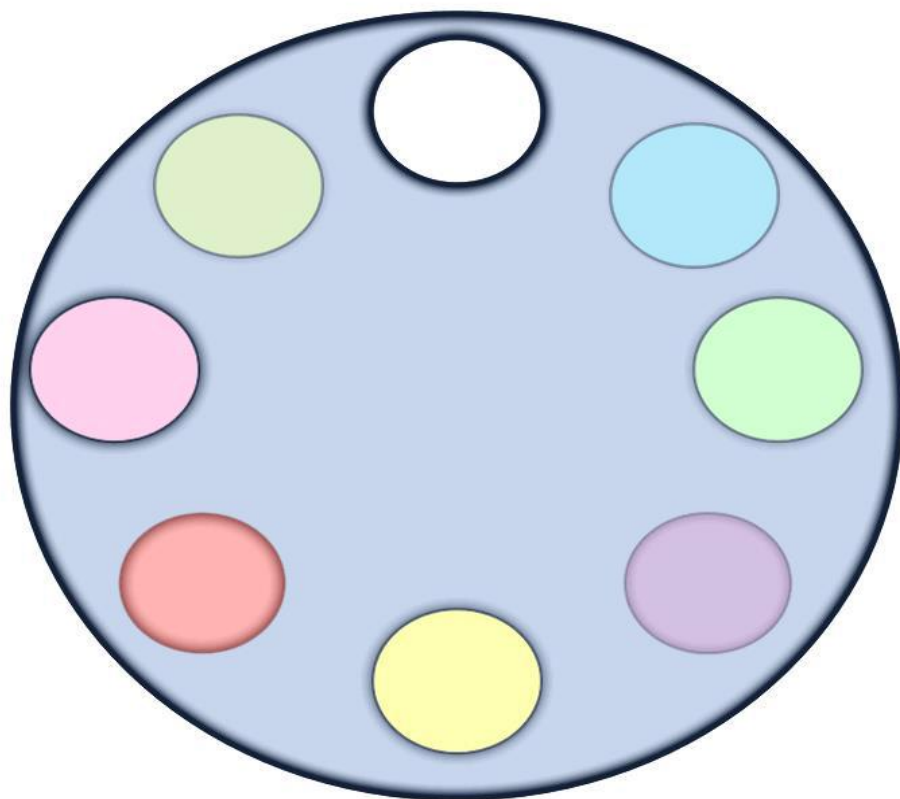


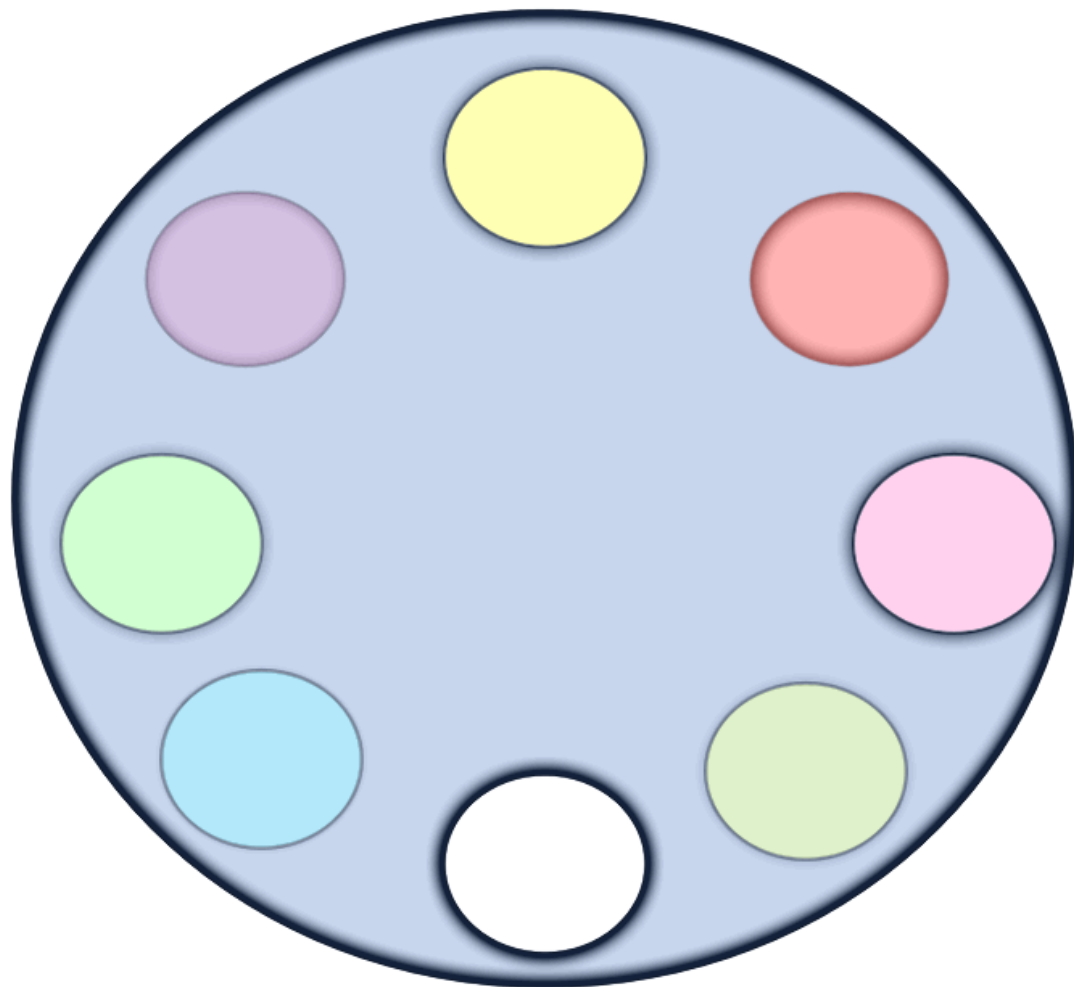
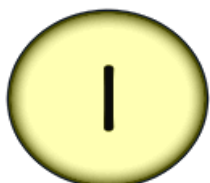
9 упражнение «Ритм»

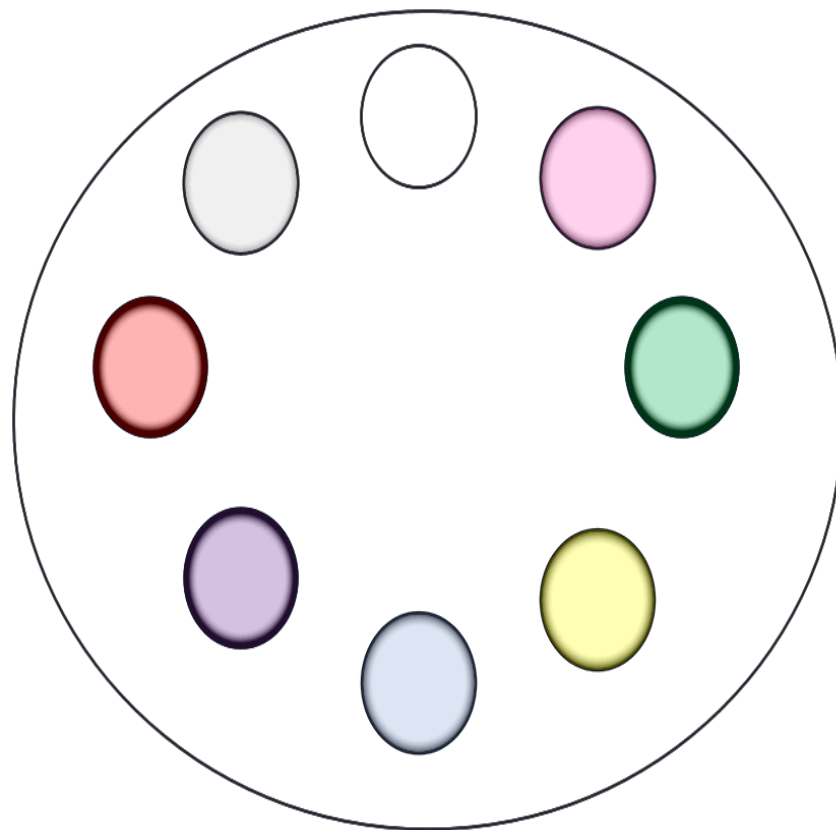
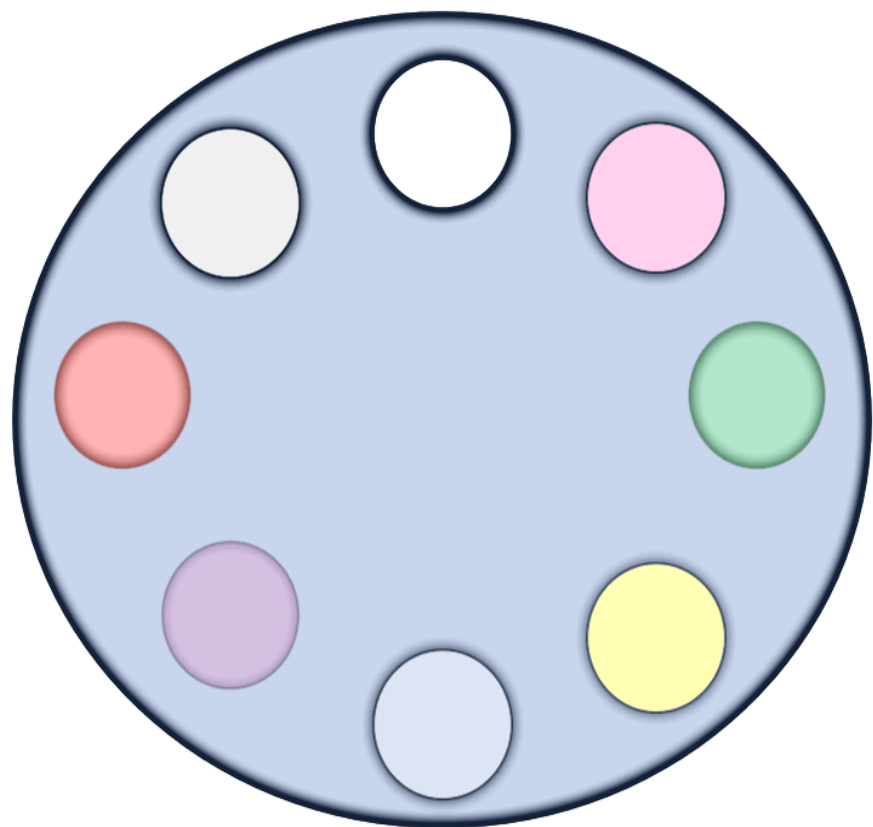
Развиваем: Моторика, зрительно-моторная координация и ритмичность

Задание: Левая рука работает в большом круге. Палец двигается по или против часовой стрелке, поочередно показывая на каждый круг.

В кружках справа- палочки, они обозначают количество ударов для правой руки. Правая рука (кулак, робко или ладонь) стучит указанное количество раз. Таким образом, левая рука указывает на цвета, а правая (исходя из положения левой руки- цвета) – стучит необходимое количество раз. Например: белый круг- 1 стук. Голубой- 2 и так далее.



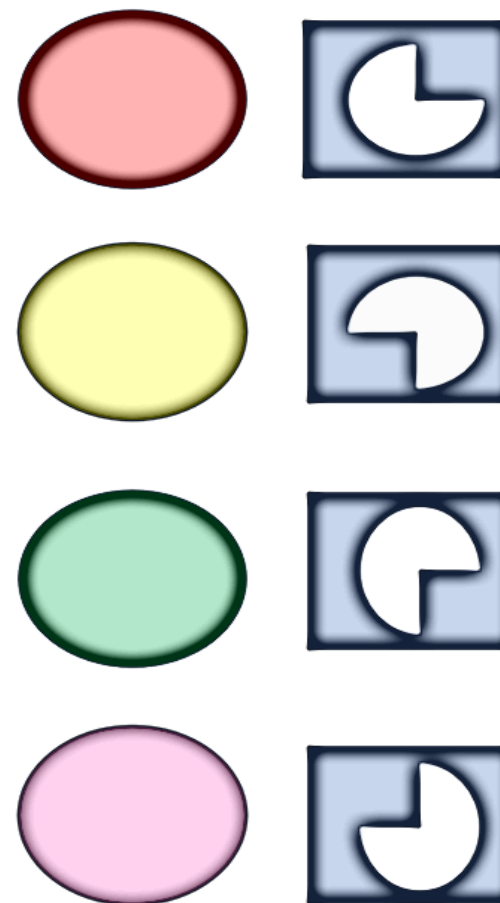
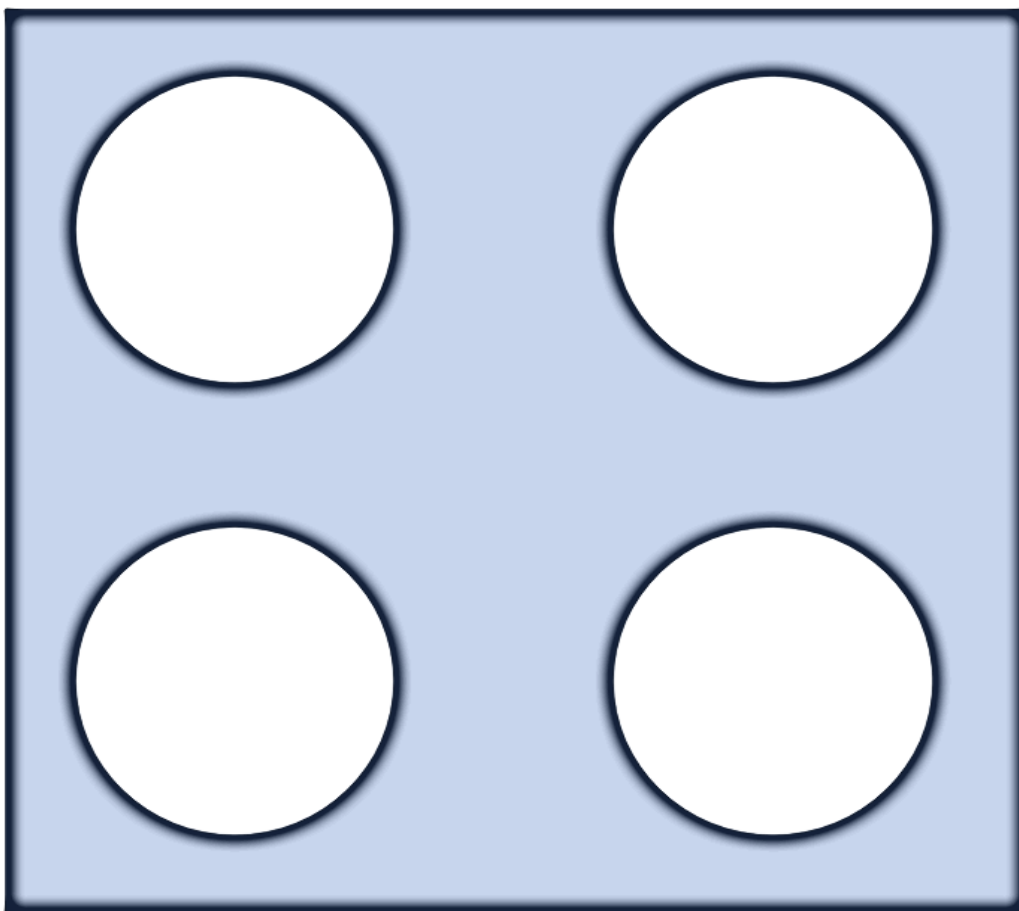


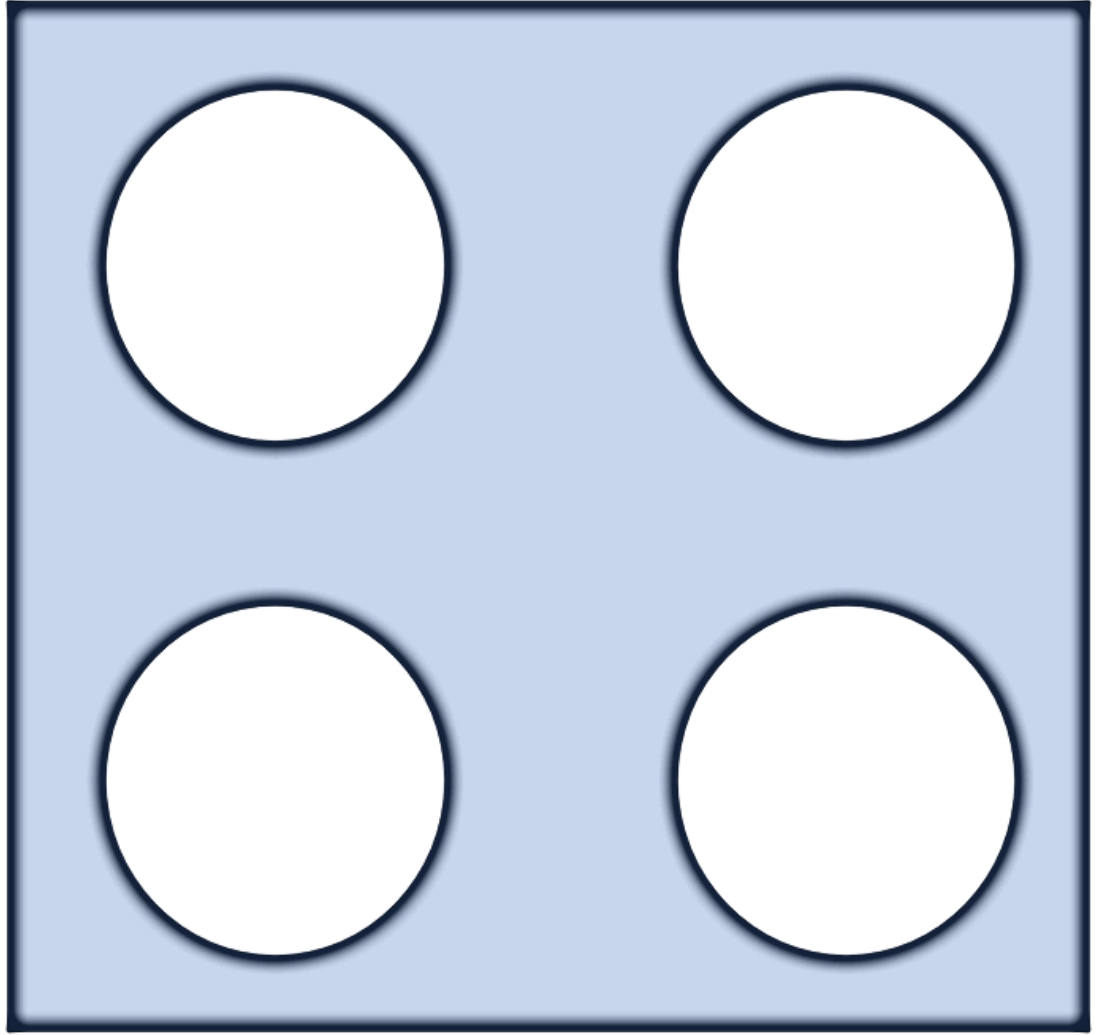
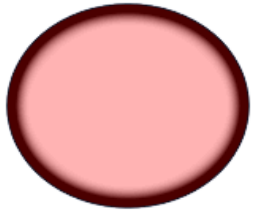
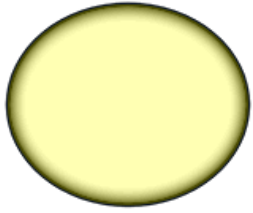
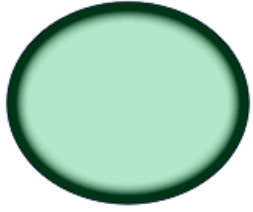
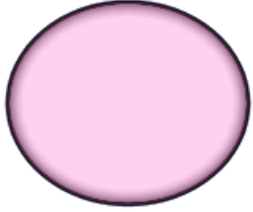


10 упражнение «Плита»

Развиваем: Логика, оптико-пространственные представления и графические функции

Задание: В большом квадрате нарисованы круги, которые нужно раскрасить в соответствии со схемой справа (цвет + положение круга). Например, в красный цвет нужно будет раскрасить правый верхний круг и так далее.



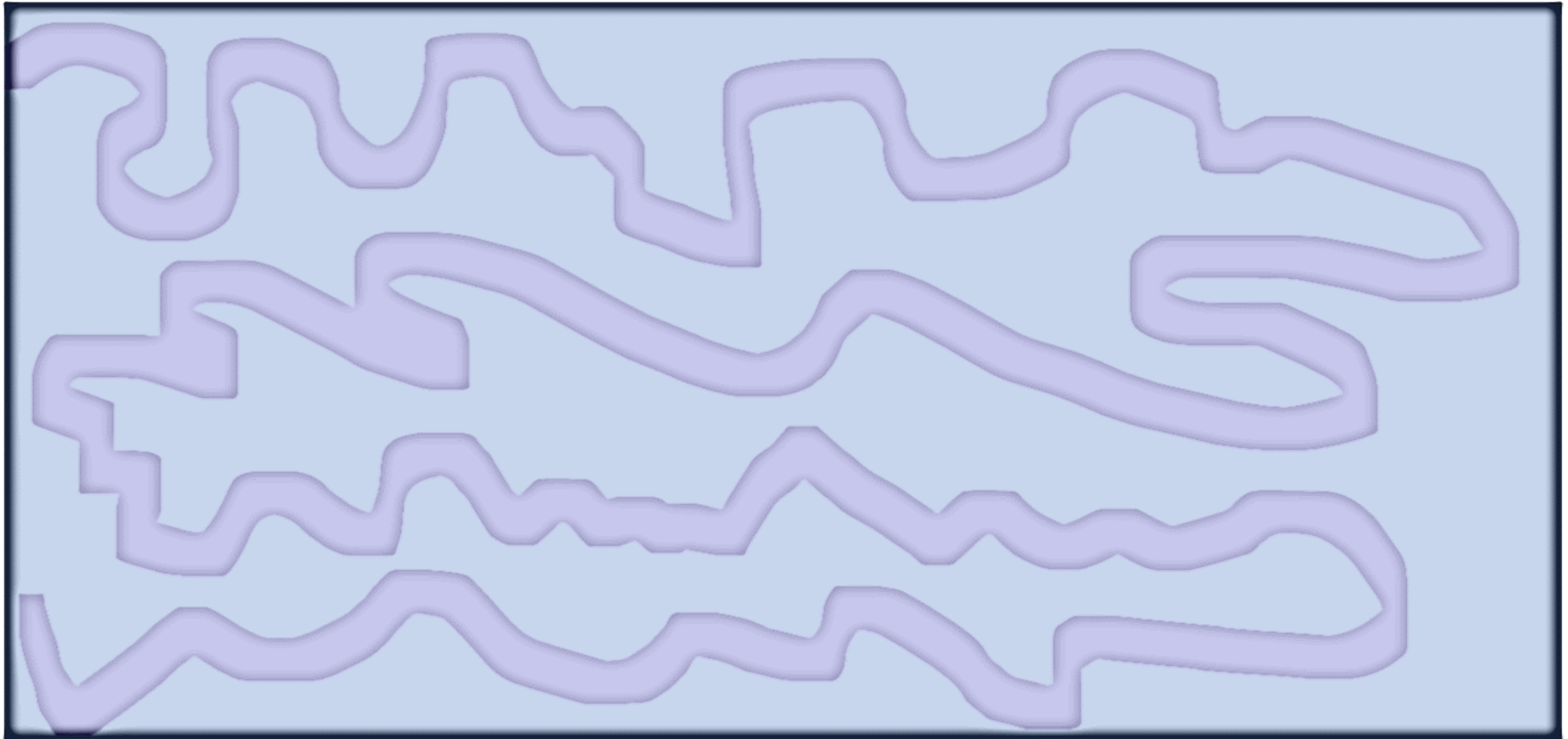


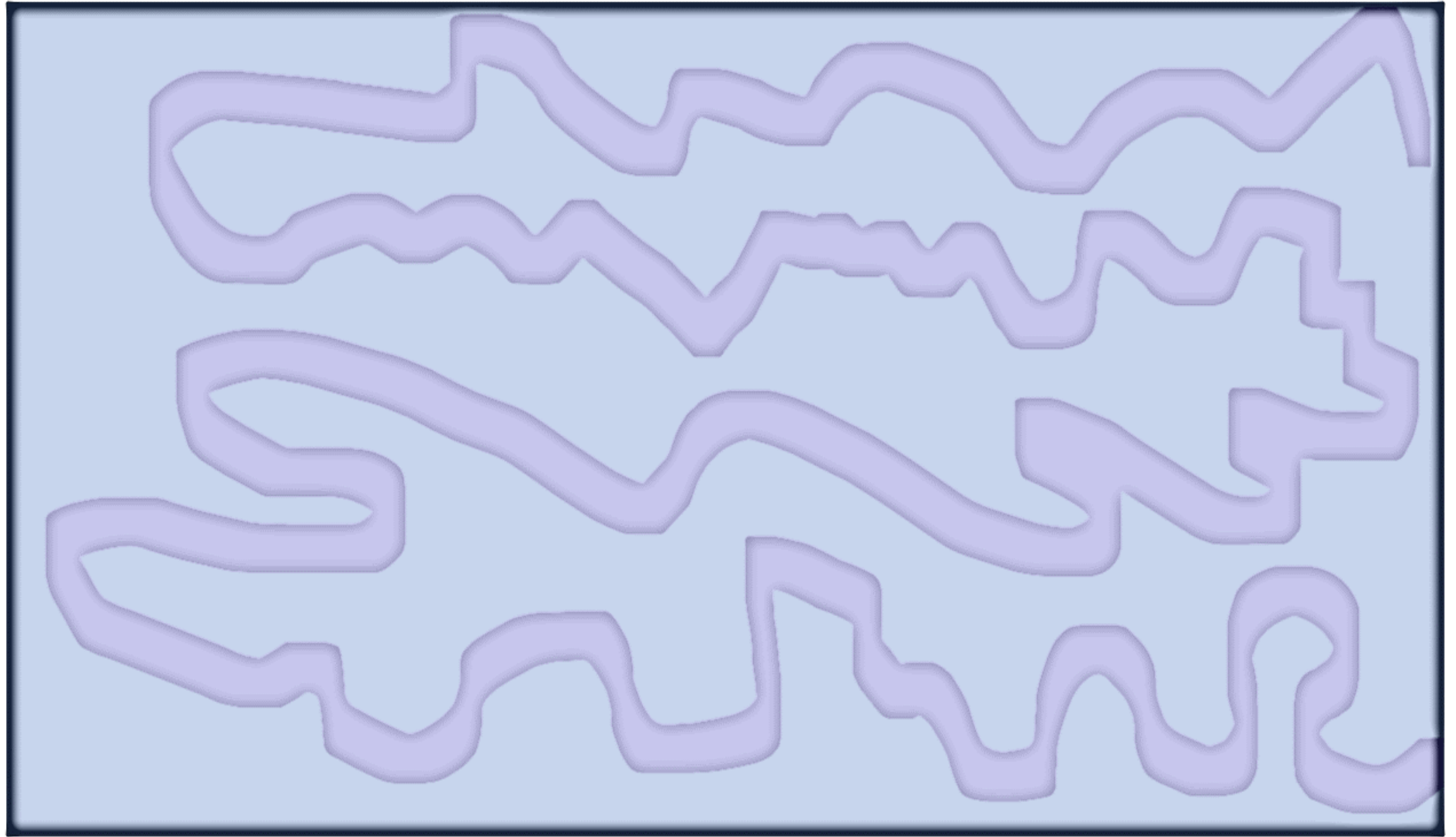
11 упражнение «Линия»

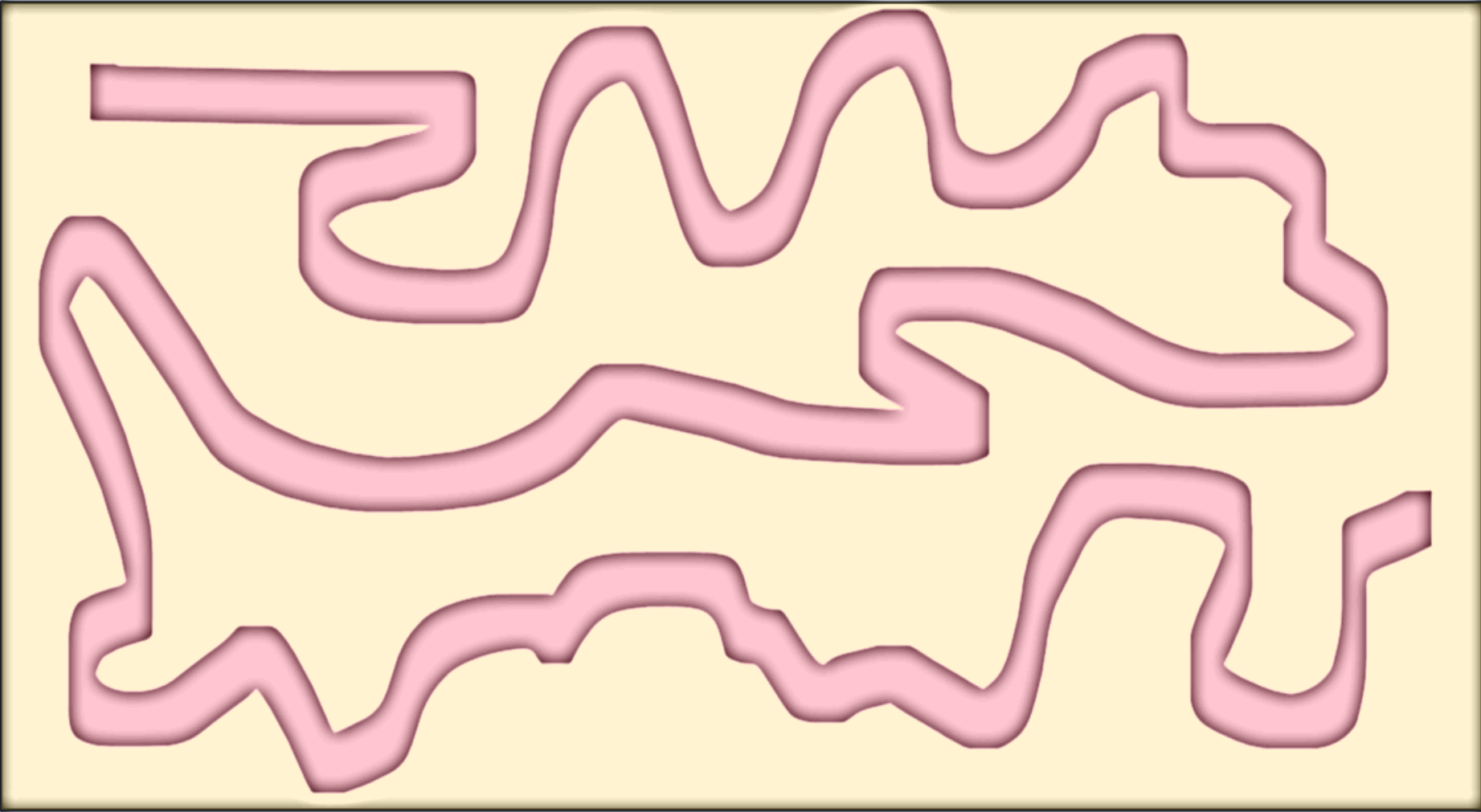
Развиваем: Графические функции, дифференциация движений и зрительно-моторная координация

Задание:

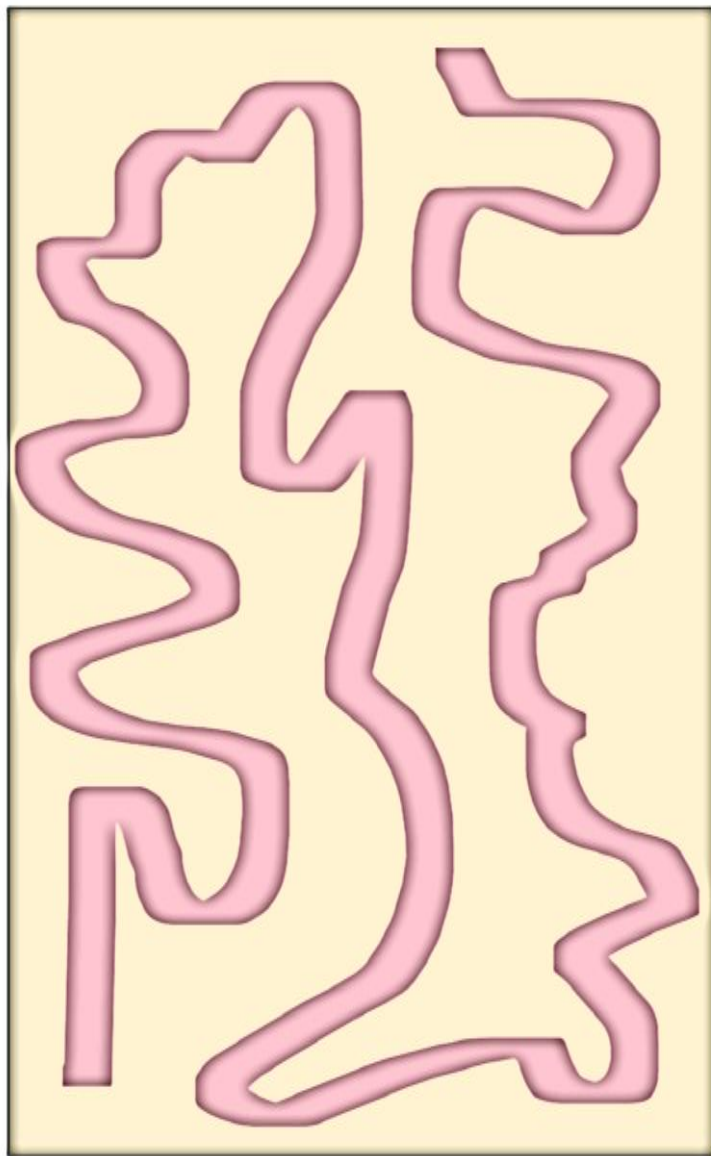
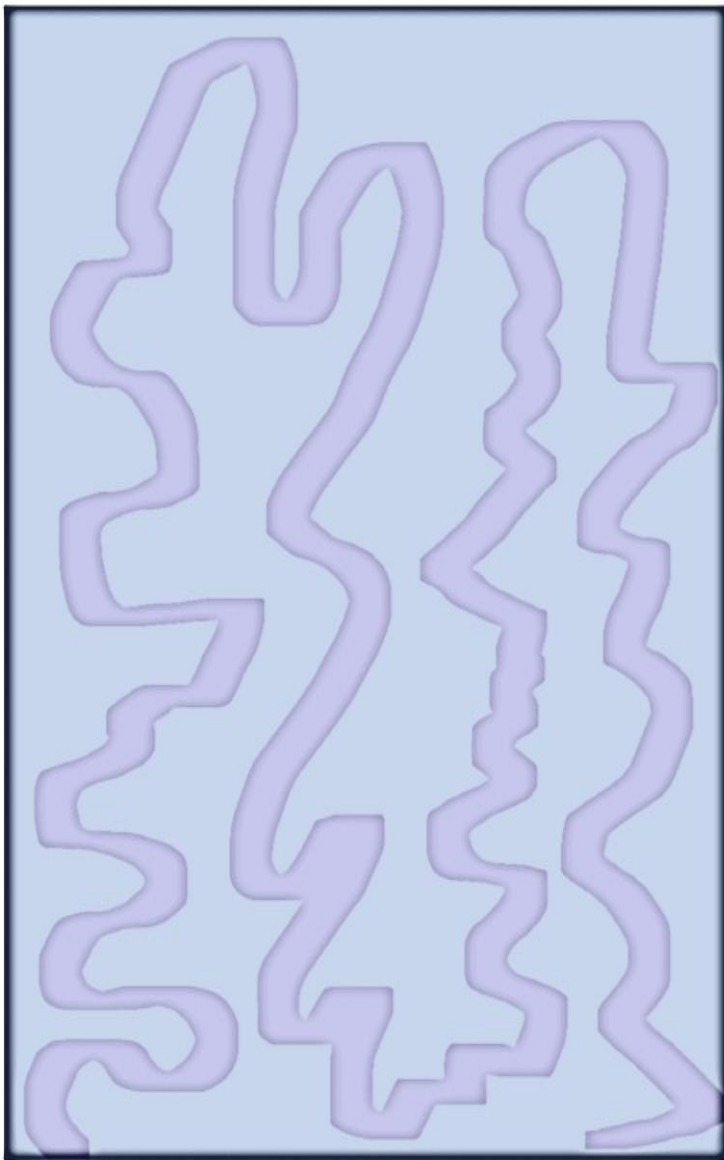
1. Проведи по линии указательным пальцем правой руки, затем указательным пальцем левой руки. Повтори тоже самое каждым пальцем правой и левой руки.
2. Проведи внутри широкой линии еще одну линии с помощью ручки, карандаша или фломастера. Веди линии, не отрывая руки!







Выполняем двумя руками одновременно

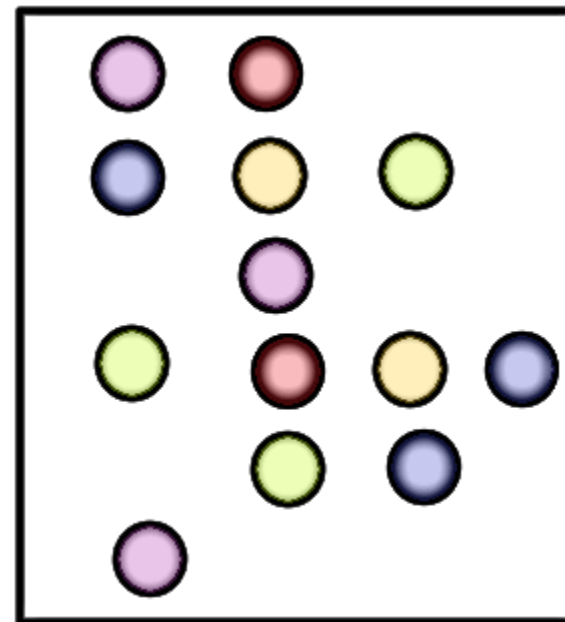
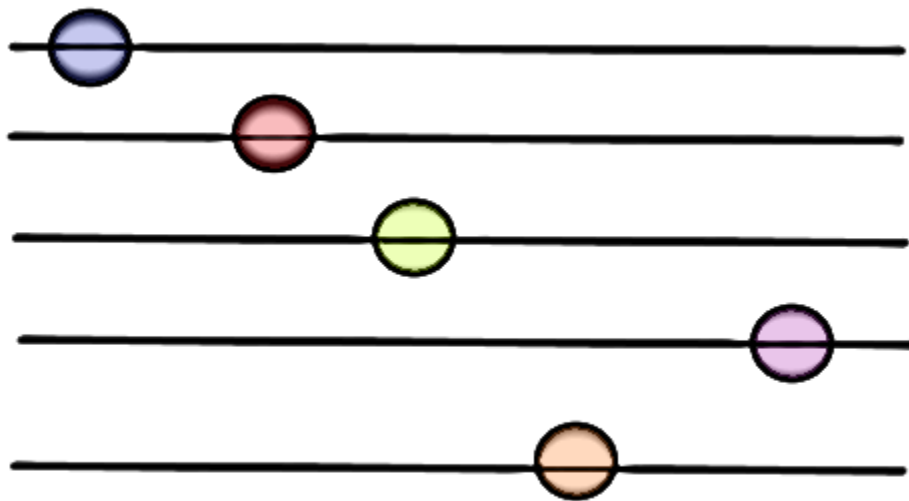


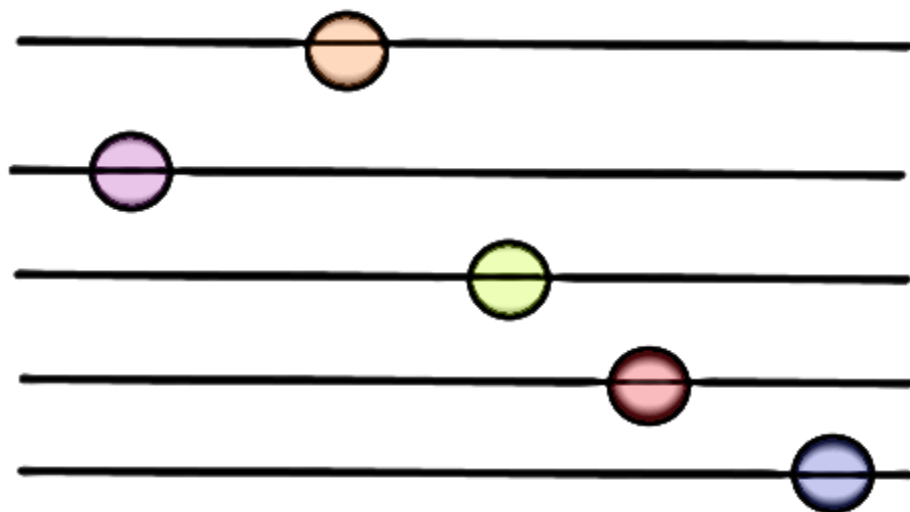
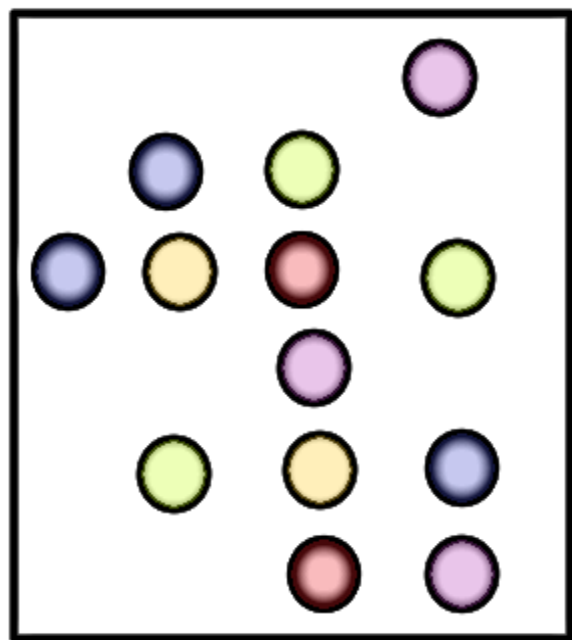
Упражнение 13 «Гитара»

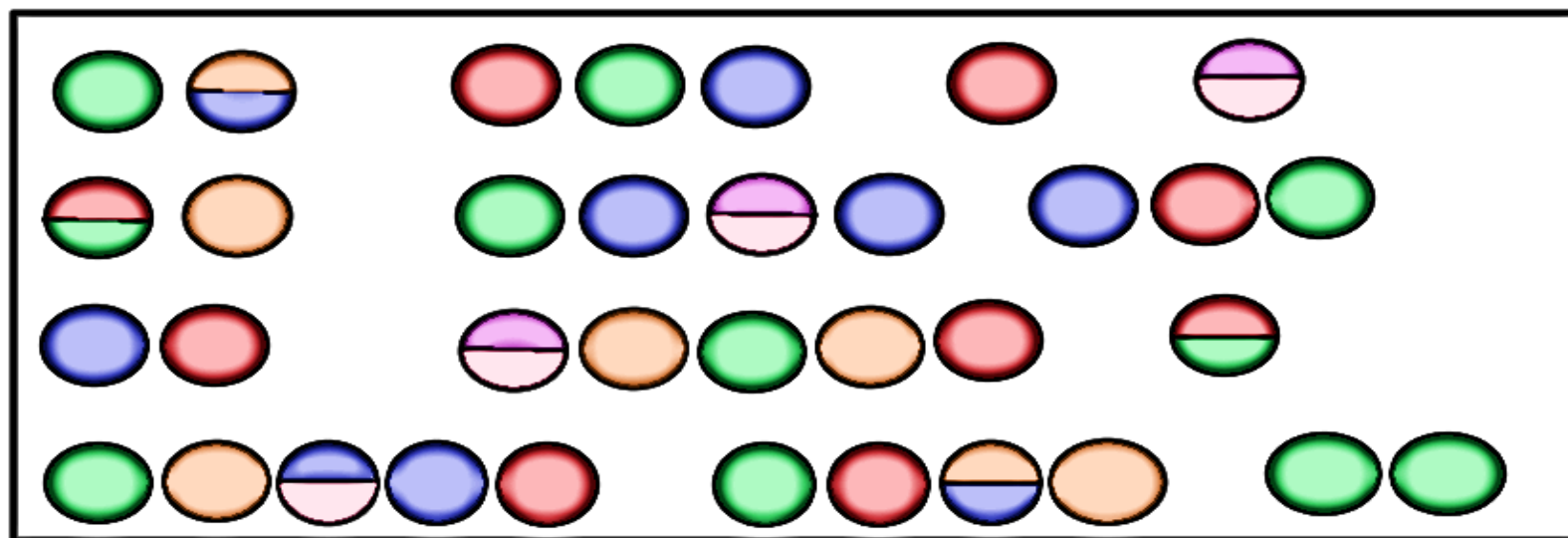
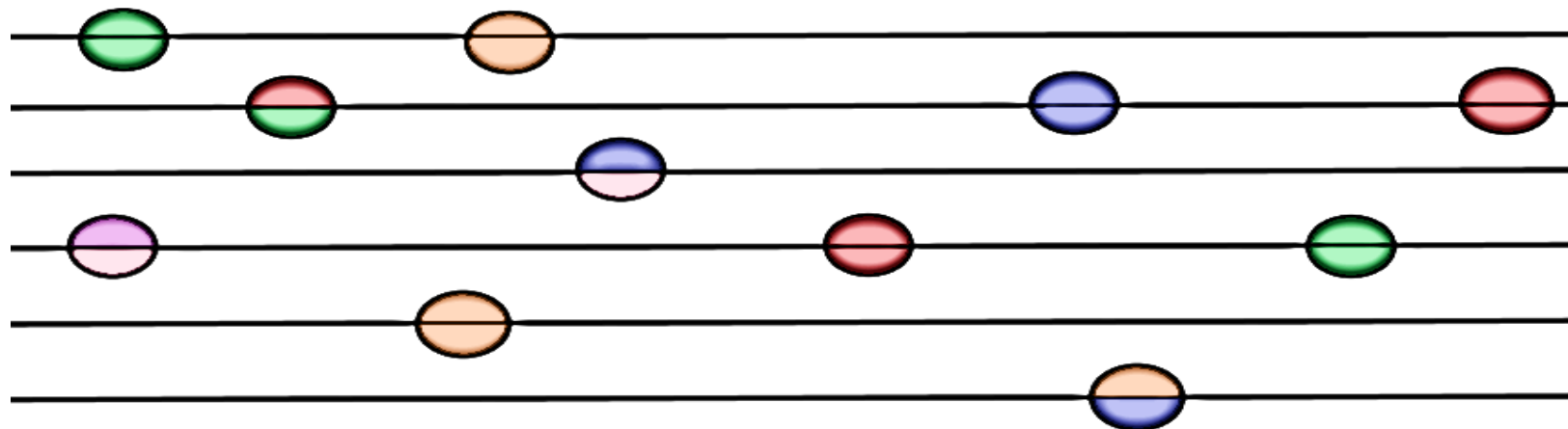
Развиваем: Зрительно-моторная координация, мелкая моторика и пространственная ориентировка

Задание: В прямоугольнике представлено, с какими кругами и в какой последовательности работать.

1. Пальцы одной руки ставим на круги в прямоугольнике, другой- на те же круги (по цвету), но на линиях
2. Отслеживаем порядок «нажимания кнопок» в прямоугольнике и ставим пальцы одной руки на соответствующие круги на линиях.
3. Можно использовать две руки одновременно при «нажатии на кнопки»



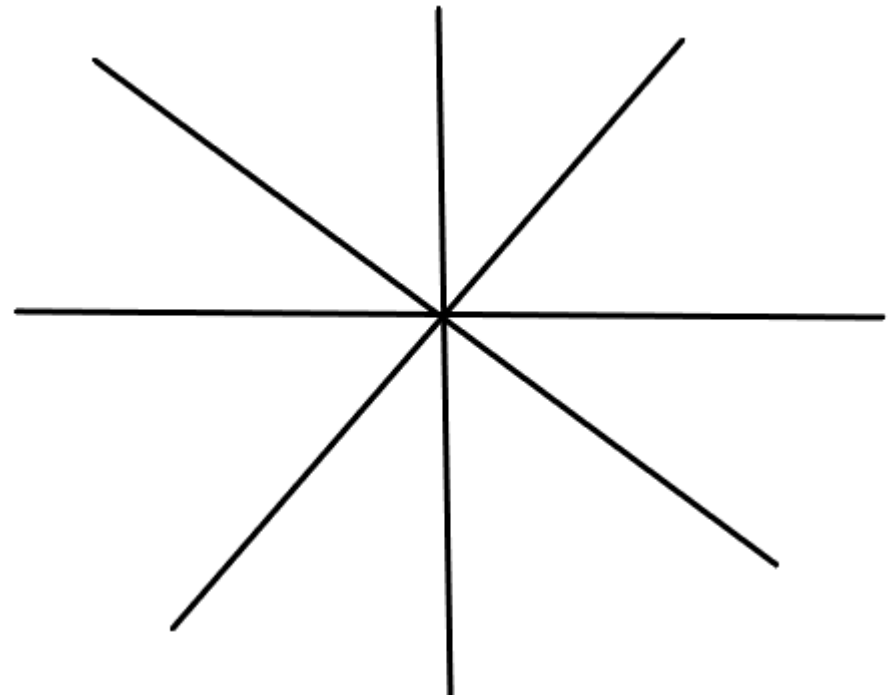
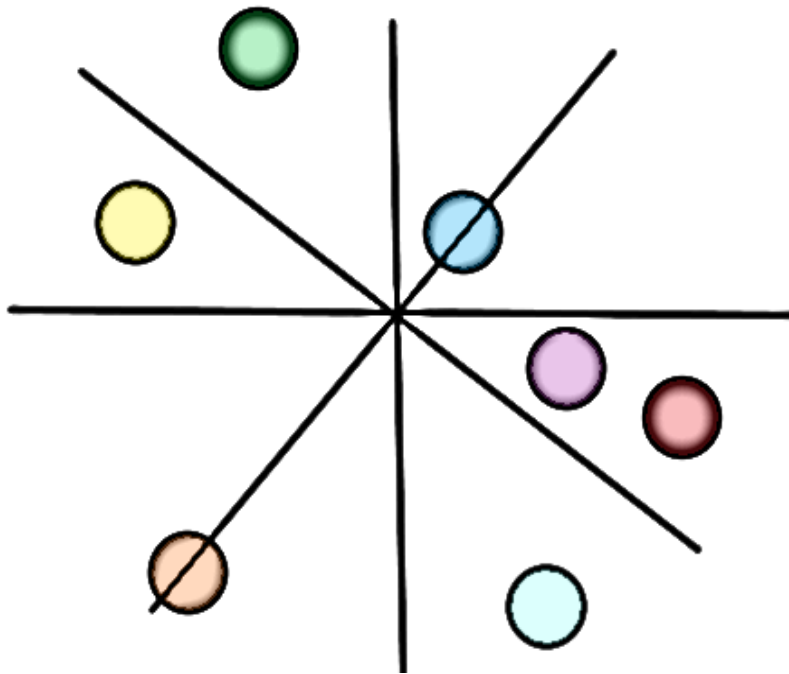


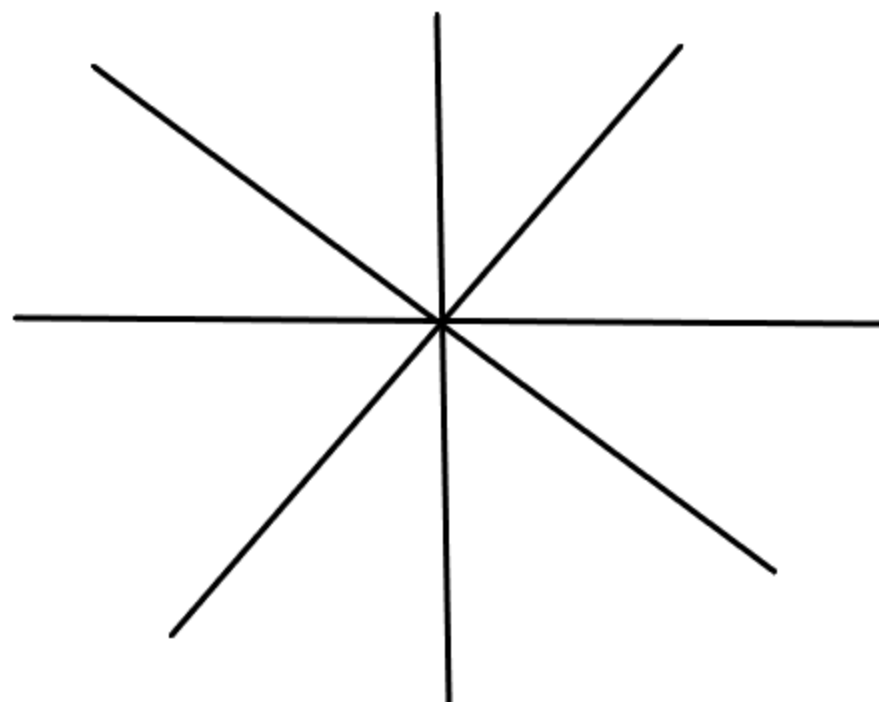
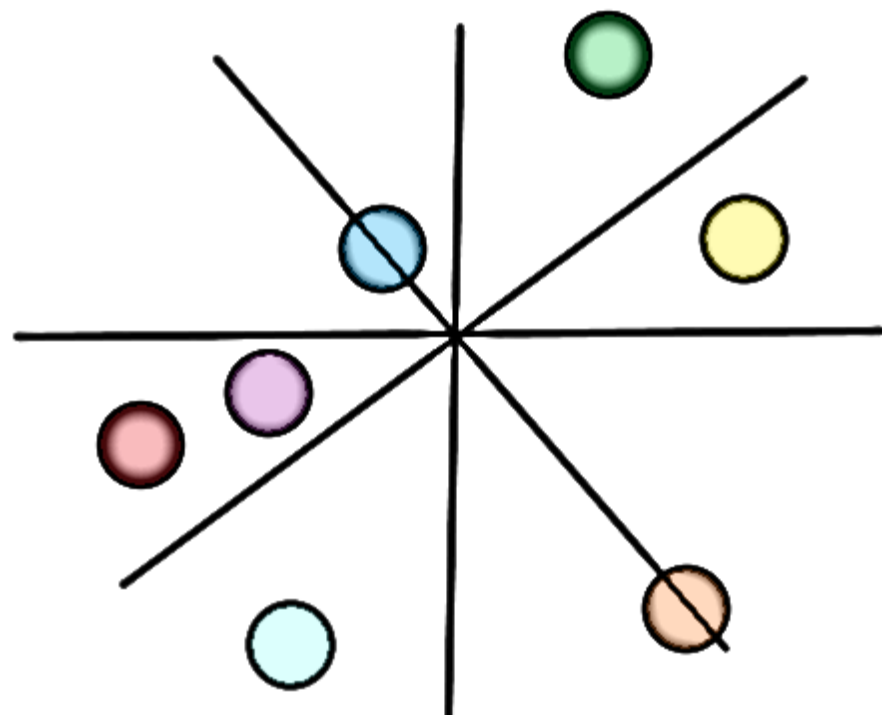


Упражнение 14 «Оптика»

Развиваем: Копирование, оптико-пространственные представления и графика

Задание: Повтори рисунок так же, как на примере.





Литература:

Андреев О.А. Тренируем свою память. – Ростов н/Д, 2004.

Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Т., Щебинина С.В. Проверям знания дошкольника. Тесты для детей. 5, 6, 7 лет.

Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 18/2005. Двигательные игры-разминки (для первоклассников, и не только),

Газета "Школьный психолог" Издательского дома "Первое сентября", № 37/2004. Метод быстрого снятия сильного эмоционального или физического напряжения

Зегебарт Г.М., Ильичева О.С. Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков. Методическое пособие. –М.:Генезис, 2009.

Зегебарт Г.М. Не просто лабиринты. Набор 1. - М.: Генезис,2011.

Кузнеченкова С. Нейройога. Воспитание и развитие ребенка с пользой для здоровья. – Спб.: Речь; М.: Сфера, 2010.

Кисова В.В., Конева И.А, Практикум по специальной психологии. – Спб.: Речь, 2006.

Кузнеченкова С. Полезные сказки и упражнения для родителей. – Спб.: Речь, 2010.

Локалова Н.П. «120 уроков психического развития младших школьников (Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся I-IV классов). - М.: «Ось-89», 2006.

Морозова Л. Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой. Выпуск 1. – М.: ООО «Издатель Быстров».

Метиева Л.А., Удалова Э.Я. Сенсорное воспитание детей с отклонениями в развитии. Сборник игр и игровых упражнений. – М.: Книголюб, 2008.

Медико-психолого-педагогическая служба в ДОУ: Организация работы/Под ред. Е.А.Каралашвили. – М.: ТЦ Сфера, 2006.

Практикум по сказкотерапии/ Под ред.Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой.

Павлова Н.Н., руденко Л.Г. Экспресс-диагностика в детском саду. Комплект материалов для педагогов-психологов детских дошкольных образовательных учреждений. – М.: Генезис, 2011.

Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М.: ТЦ Сфера, 2002.

Сиротюк А.Л. «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. – М.: ТЦ Сфера, 2002.

Ткачева И. Рисуем обеими руками. От линии к линии. Дрофа, 2010.

Шевлякова И.Н. Посмотри внимательно на мир. Программа коррекции и развития зрительного восприятия и пространственного мышления у детей младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2003.