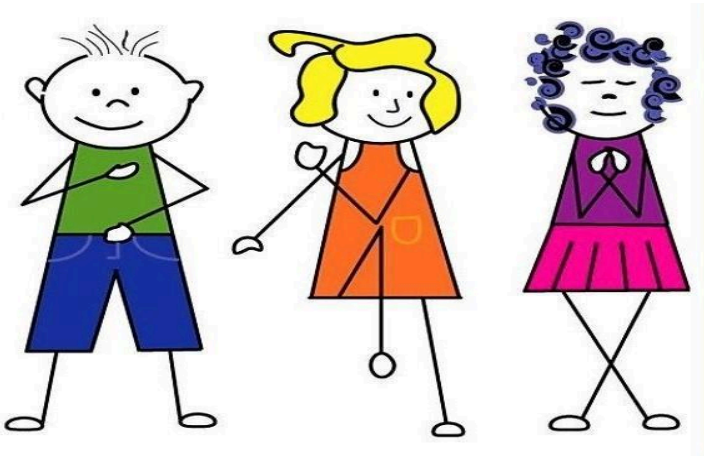
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 19 «Радость»

ПРОЕКТ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ НЕЙРОГИМНАСТИКИ И КИНЕЗИОУПРАЖНЕНИЙ В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ИМЕЮЩИМИ ТЯЖЕЛЫЕ НАРУШЕНИЯ РЕЧИ

«НЕЙРОГИМНАСТИКА ДЛЯ ДОШКОЛЯТ»



Автор: педагог-психолог
Мамаева С.Б.

г. Урай, 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение …….. 3

Паспорт проекта…….. 5

Содержание проекта……..... 8

Этапы реализации проекта…… 10

Календарно-тематическое планирование в рамках проекта на 2021-2023 учебный год… 13

Заключение..... 16

Библиография..... 17

Приложение…….. 18

ВВЕДЕНИЕ

В последние годы значительно увеличилось количество детей с тяжелыми нарушениями речи. Поэтому перед педагогами остро встают вопросы раннего распознавания, квалифицированной диагностики и выбора адекватных методов коррекционного воздействия в работе с детьми, имеющими нарушения речи.

В системе дошкольного образования наблюдаются значительные преобразования, вызванные изменением научной, материальной, методической базы обучения и воспитания детей дошкольного возраста. Одним из важных условий обновления является использование инновационных технологий. Это позволяет, с одной стороны повысить эффективность коррекционно-образовательного процесса, с другой - в большей степени применить индивидуальный подход в процессе обучения.

Результативность работы с каждым отдельным ребенком всегда разная. С одним ребенком процесс коррекции идет достаточно легко, эффективно, а у другого ребенка происходит «застревание» на различных этапах логопедической работы. Эффективной работа педагога-психологаа будет тогда, когда будет выстроена дифференцированно, с учётом логики развития мозговых структур. Успех коррекционной работы с детьми с речевой патологией также во многом зависит от комплексного подхода к коррекции речевых нарушений.

В последнее время особое внимание в коррекционной практике уделяется такому направлению, как нейропсихология. Нейропсихологические методы обследования успешно применяются как для диагностики, так и для коррекции высших психических функций у детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья, включая детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи).

Теоретическая основа метода нейропсихологического изучения была разработана А. Р. Лурия и его сотрудниками (Л. С. Цветковой, Е. Н. Винарской, Е. Д. Хомской, Т. В. Ахутиной) [1], [5]. Теоретический анализ исследований различных ученых (У. В. Ульянкова, В. И. Лубовский, И. А. Коробейникова и др.) позволяет отметить специфические особенности психического развития детей дошкольного возраста с ТНР (ОНР).

Нейрогимнастика — это название двигательной нейропсихологической коррекции (или сенсомоторной коррекции). Это немедикаментозный вид помощи детям, имеющим различные неврологические заболевания и синдромы, такие как: ЗПР, СДВГ, РАС, алалия, дизартрия и другие.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие. Левое полушарие головного мозга – математическое, знаковое, речевое, логическое, аналитическое – отвечает за восприятие слуховой информации, постановку целей и построений программ.

Известно, что возраст с 5 до 7 лет очень важен для развития мозговых структур. Именно в этот период можно получить прекрасные результаты у детей по интеллектуальному развитию, сохраняя здоровье ребенка. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот. Одним из универсальных методов является кинезиология – наука о развитии умственных способностей и

физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой интеллекта.

Кинезиологические упражнения влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, они позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики.

Дети воспринимают и запоминают информацию через мир образов. В первом случае основой для запоминания стал яркий образ, а во втором — навязанная взрослым информация. Первые 5-7 лет правое полушарие, ответственное за воображение, развивается у человека быстрее чем левое, ответственное за логическое и аналитическое мышление. Вот почему яркие образы такие важные в жизни детей.

Каждое из упражнений нейрогимнастики способствует возбуждению определенного участка мозга и включает механизм объединения мысли и движения, также способствуют развитию координации движений и психофизических функций. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. Гимнастика мозга позволяет выявить скрытые способности человека и расширить границы возможности деятельности его мозга. Нейрогимнастика — это универсальная система упражнений, она эффективна и для детей, и для взрослых в любом возрасте.

Нейрогимнастика и кинезиологические игры и упражнения синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, улучшению восприятия речи собеседника (родителей, педагога и других детей), вызывают стойкий интерес у ребенка, активно концентрируют его внимание, позволяют быстро переключиться с одной деятельности на другую, что способствует быстрому включению ребенка в занятие. Кинезиологические игры и задания оказывают благотворное влияния на развитие психических процессов: памяти, внимания, мышления, процессов восприятия, пространственных представлений и процессов саморегуляции. Во время регулярных занятий происходит стабилизация эмоционального фона, раскрытие внутреннего потенциала ребёнка, повышение уровня самооценки.

Разработка и внедрение проекта продиктованы обозначенной проблемой, которая своевременна и актуальна и для детей с тяжелыми нарушениями речи.

ПАСПОРТ ПРОЕКТА

Параметры	***Содержание***
Организация, осуществляющая разработку и управление проектом	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №19 «Радость» г Урай
Контактная информация	628284, Ханты-Мансийский автономный округ — Югра, г.Урай, м-он 3, д.48 **Email:** ds19@edu.uray.ru
Место реализации проекта	МБДОУ «Детский сад №19 «Радость»
Основания для разработки	Федеральные государственные образовательные стандарты дошкольного образования
Нормативно-правовая база проекта	● Федеральный закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»; ● Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155); ● Письмо Министерства образования и науки № 08-249 от 28.02.2014 г. «Комментарии к ФГОС дошкольного образования»; ● СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № 2); ● СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28 сентября 2020 г. № 28); ● Устав МБДОУ от 24.01.2014 г. ● Визель Т.Г. «Основы нейропсихологии»; ● Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей. Нейродинамическая гимнастика. ● И.И.Праведникова Нейропсихология. Игры и упражнения. ● В.С.Колганова, Е.В.Пивоварова Нейропсихологические занятия с детьми.

Автор и разработчик проекта	● Мамаева С.Б., педагог-психолог.
Тип проекта	● Педагогический, творческий, долгосрочный.
Участники реализации проекта	● Мамаева С.Б., педагог-психолог. ● Дети старшей и подготовительной группы компенсирующей направленности для детей с ТНР ● Родители (законные представители) воспитанников. ● Воспитатели компенсирующих групп
Образовательный продукт	● Нормативно-правовая база, регламентирующая проектную деятельность (положения, приказы и т.д.). ● Методическое сопровождение (тематическое планирование, сценарные планы и т.д.).
Система организации контроля за исполнением проекта	Контроль и руководство проектной деятельностью представляет собой оперативную систему внутрисадовского контроля реализации проекта, профессиональное проведение которого позволяет сформулировать верные педагогические выводы, эффективно осуществлять работу по развитию речи, своевременно корректировать как процесс коррекционно-педагогической деятельности, так и ее содержание, и методы. С этой целью предусмотрены следующие структурные компоненты: ● контроль качества проведения проектной деятельности; ● самоанализ деятельности педагога-психолога по реализации проекта; ● анализ итоговых результатов реализации проекта за учебный год.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОЕКТА

Тема проекта	«Нейрогимнасика для дошколят»
Ключевые понятия	Нейрогимнастика, кинезиология, тяжелые нарушения речи.
Цель проекта	Определение эффективности применения кинезиологических упражнений и нейрогимнстаики в работе с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими тяжелые нарушения речи для формирования правильного речевого и психомоторного развития, улучшения межполушарного взаимодействия в развитии познавательных процессов.
Задачи проекта	•Проанализировать передовой педагогический опыт по использованию кинезиологических и нейропсихологических упражнений в практике работы с детьми, имеющими речевые нарушения; • Определить эффективность использования кинезиологических упражнений и нейрогимнастики при работе старшего дошкольного возраста, имеющих тяжелые нарушения речи; • Развивать; межполушарные связи с помощью нейродинамической гимнастики, построенной на основе кинезиологических упражнений, мануальных и психомоторных иг; • Сформировать комплексы кинезиологических упражнений и нейрогимнастики для коррекционной работы с детьми старшего дошкольного возраста, • Внедрить комплексы нейрогимнастики и кинезиоупражнений в коррекционную работу по развитию речи у детей с ТНР.
Сроки и этапы реализации	Срок реализации проекта - 2 год.а ● I этап - Организационный - сентябрь 2021 г. ● II этап - Концептуальный - октябрь 2021 г. - апрель 2023 г. ● III этап - Аналитический - май 2023 г.
Модель реализации проекта	1. Самообразование. 2. Работа с детьми. 3. Работа с родителями. 4. Методический инструментарий.
Основная проблема, обоснование актуальности, научной новизны, практической значимости проекта	***Проблема*** заключается в том, что с каждым годом растет число детей с речевыми нарушениями. ***Актуальность*** заключается в том, что становится вопрос о внедрении в практику логопедической работы с детьми –логопатами инновационных образовательных технологий. ***Новизна проекта*** обловлена тем, что коррекция речевых

	нарушений осуществляется с помощью нейрогимнастики и кинезиологических упражнений, организация игр и игровых упражнений осуществляется во взаимодействии со всеми участниками образовательных отношений: педагогом-психологом во время коррекционно-развевающих занятий, педагогами в процессе совместной деятельности с детьми и организованной образовательной деятельности, родителями (законными представителями) по заданию педагога-психолога. ***Практическая значимость*** проекта состоит в том, что с помощью специально подобранных упражнений организм координирует работу правого и левого полушарий и развивает взаимодействие тела и интеллекта. Данный метод коррекции улучшает у ребенка память, внимание, речь, процессы письма и чтения, пространственные представления, мелкую и крупную моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Как показывает опыт, образовательную кинезиологию и нейрогимнастику необходимо использовать для коррекции детей, имеющих отклонения в развитии.
Принципы в использовании здоровьесберегающих технологий	● *Принцип сознательности и активности* - нацеливает на формирование у детей глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности. ● *Принцип активности* - предполагает у учащихся высокую степень самостоятельности, инициативы и творчества. ● *Принцип наглядности* - обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. ● *Принцип систематичности и последовательности* проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. ● *Принцип доступности и индивидуализации* осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности, педагог всесторонне развивает ребенка, планирует и прогнозирует его развитие. ● *Принцип непрерывности* выражает закономерности построения оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

Ресурсное обеспечение проекта	1.Ккабинет педагога-психолога 2.Методический инструментарий (конспекты игр-занятий, картотека кинезиологических, пальчиковых игр, консультативный материал для педагогов и родителей). 3. Картотека игр по нейрогимнасстике. 4. Мультимедийное оборудование (ИКТ).
Итоги проекта	Трансляция опыта работы педагогам общеразвивающих групп, так и в работе с детьми групп ТНР и ЗПР.

ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОЕКТА

Этап реализации проекта, цели этапа	***Содержание и методы деятельности***	***Продукты инновационной деятельности, прогнозируемые результаты***
1-й этап «Организацион-ный» ***Цели этапа:*** ● Изучить и проанализировать научную литературу по проблеме. ● Создание организационной основы реализации проектной деятельности. ● Координация деятельности участников проектной деятельности.	Анализ ресурсных возможностей для реализации проектной деятельности	- Определение ресурсов. - Формирование творческой группы участников проектной деятельности.
	Изучение теоретических аспектов по использованию кинезиологических упражнений и нейрогимнастики при работе с детьми старшего дошкольного возраста, имеющими тяжелые нарушения речи.	- Ознакомление с методической литературой по данному вопросу. -Написание плана самообразования по данной теме.
	Диагностика детей-логопатов	- Обследование проводится индивидуальной форме на основе «Диагностического альбома для оценки развития познавательной деятельности ребенка" Семаго Н.Я., Семаго М.М. - оформление индивидуальных образовательных маршрутов воспитанников с ОВЗ.
	Информирование родителей (законных представителей) воспитанников о цели, задачах, содержании	- Подборка консультаций, буклетов. - Индивидуальные консультации. - Информация на официальном сайте МБДОУ.

	проектной деятельности	
	Мониторинг хода первого этапа проектной деятельности	- Выявление затруднений, своевременная коррекция деятельности.
2-й этап «Концептуаль-ный» ***Цели этапа:*** ● Создание условий, обеспечивающих эффективность работы всех участников проектной деятельности. ● Своевременная коррекция и регуляция работы по речевому развитию дошкольников с ТНР.	Формирование пакета учебно-методической документации по реализации проектной деятельности	- Разработка тематического планирования по проектной деятельности, сопроводительной документации (картотеки, комплексы упражнений и пр.). - Создание банка фото и мультимедийных презентаций образовательной деятельности и т.д.
	Коррекционно-воспита-тельная деятельность в рамках реализации проекта над всеми компонентами речи	- Внедрение в образовательный процесс проекта - Анализ эффективности промежуточных результатов по реализации проекта. - Отчет о проектной деятельности с указанием направлений работы и результатами на итоговом педагогическом совете.
	Работа с родителями воспитанников	- Фотоотчеты об использовании нейрогимнастики в работе с детьми ТНР в родительских чатах; - Консультации, буклеты, беседы.
	Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов в вопросах использования нейрогимнастики и кинезиоупражнений для речевого развития	- Проведение бесед, разработка консультативного материала и пособий по использованию нейрогимнастики и кинезиоупражнений для речевого развития в работе с детьми. - Пополнение информации на страницах официального сайта МБДОУ. -Проведение активных форм работы с родителями и педагогами по теме проекта -Активное включение родителей в образовательный процесс группы.
	Мониторинг хода второго этапа проектной деятельности	- Мониторинг проектной деятельности. - Внесение корректив в документацию проектной

		деятельности.
3-й этап «Аналитический» ***Цели этапа:*** ● Обобщение результатов проектной деятельности, их верификация: обоснование достоверности и надежности. ● Тиражирование опыта работы по реализации проекта	Итоговый мониторинг количественных и качественных показателей, характеризующих эффективность внедрения нейрогимнастики и кинезиоупражнений в системе коррекционно-психологической работы	- Систематизация и обобщение опыта проектной деятельности.
	Тиражирование методических материалов по апробации проектной деятельности в МБДОУ	- Публикация статей по теме проекта в профессиональных изданиях.
	Определение перспектив дальнейшей работы на основе: - итогов проектной деятельности; - результативности реализации форм и методов речевого развития дошкольников с ТНР; - скоординированности действий всех участников проекта.	- Подготовка предложений по дальнейшему использованию результатов проекта. - Внесение корректив в проект проектной деятельности.

Методическая сложность работы

Методическая сложность работы заключается в комплексной организации коррекционного процесса:

- создание единого пространства речевого развития ребенка
- необходимость вовлечения всех участников образовательных отношений
- подготовка и изготовление демонстрационного и раздаточного материала, дидактических пособий, которые в дальнейшем будут многократно использованы
- построение модели взаимодействия с педагогами и специалистами групп компенсирующей направленности
- отсроченный результат работы с детьми

- временные затраты участников образовательных отношений.

Режим занятий с дошкольниками, имеющих тяжелые нарушения речи

Используются индивидуальная форма, а также работа с малыми подгруппами.

Формы проведения занятий: коррекционно-развивающее занятие, игра,

Занятия проводятся 2 раз в неделю.

Продолжительность занятий 25-30 минут.

Последовательность занятий и количество часов на каждую тему могут варьироваться в зависимости от интереса детей и результатов наблюдений.

Комплектация групп и продолжительность занятий зависит от возрастной категории детей.

Время занятия:

5-6 лет – 25 минут.

6-7 лет – 30 минут.

Программа рассчитана на 2 года обучения и состоит из двух этапов. Содержание этапов составлено с учетом возрастных особенностей и в соответствии СанПиН 2.4.1.1249-03 (требования к организации режима дня и учебных занятий).

Первый этап рассчитан на детей 5-6 лет, второй этап – на детей 6-7 лет.

Примерная структура занятия.

Занятия носят развивающий характер и, как правило, проходит в игровой форме, с интересным содержанием, творческими, проблемно-поисковыми задачами.

Структурно занятия представлены из 4-6 взаимосвязанными между собой по содержанию, но разной степени сложности играми, знакомыми и новыми для детей.

Примерная структура занятия:

1 часть.

Задачи: вызвать интерес к занятию, активизировать процессы восприятия и мышления, развитие связной речи.

2 часть.

Нейродинамическая гимнастика, кинезиологические упражнения. упражнения на межполушарное взаимодействие, ритмические игры. игры с шариками Су-Джок, рисование двумя руками, нейроклассики. работа с занимательным материалом, дидактическими пособиями.

Задачи: упражнять детей в умении осуществлять зрительно-мыслительный анализ. Развивать комбинаторные способности с помощью дидактического материала и развивающих игр. Формировать умение высказывать предположительный ход решения, проверять его путем целенаправленных поисковых действий. Развивать

способность рассуждать, скорость мышления, сочетание зрительного и мыслительного анализ, память. Развивать межполушарное взаимодействие.

3 часть.

Рефлексия.

Большое значение придается созданию непринужденной обстановки: дети выполняют занятия за столом, на ковре, у мольберта.

Предполагаемые результаты работы при реализации проекта:

Систематическое использование нейропсихологических упражнений и игр окажет

- положительное влияние на коррекцию обучения,
- развитие интеллекта,
- улучшает состояние физического здоровья,
- снижает утомляемость,
- повышает способность к произвольному контролю,
- способствует коррекции недостатков речевого развития дошкольников.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ В РАМКАХ ПРОЕКТА «НЕЙРОГИМНАСТИКА ДЛЯ ДОШКОЛЯТ» НА 2021-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

Месяц	Неделя	Содержание занятий	Материал к занятию
Октябрь	1-я	1. Упражнение «Ладонь-кулак». 2. Игра на память и внимание «Рассмотри картинки. Найди между ними 10 отличий». 3. Игра на память и внимание «Запомни слова и назови». 4.Упражнения на обобщение и классификацию «Дорисуй в каждом квадрате нужный предмет, назови их одним словом». 5.Упражнение «Нейрокарточки» 6.Составление фигур из треугольников и квадратов (2 треугольника из 5 палочек).	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12. 2, 3) «Память и внимание» стр. 1. 4, 5) «Логика», стр. 1. Задания на развитие логического мышления. 6) З. А. Михайлова «Игровые занимательные задачи для дошкольников»,
	2-я	1Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь». 2Нейроклассики для пальцев 3. Игра на память и внимание «Найди волшебный сундучок». 4. И/у на память и внимание «Найди и зачеркни». 6. Упражнение на развитие чувства ритма «Стаканчики»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12. 2, 3) «Память и внимание» стр. 2. 4, 5) «Логика», стр. 2. Задания на развитие логического мышления.
	3-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь». 2. Игра на память и внимание «Найди на картинке семерых гномов». 3. И/у на память и внимание «Запомни слова парами». 4. И/у на сравнение «Сделай домики, бабочки, мячики одинаковыми».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12. 2, 3) «Память и внимание», стр. 3. 4) «Логика», стр. 3. Задания на развитие логического мышления.
	4-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь». 2. Игра на память и внимание «Что перепутал художник». 3. Упражнение на развитие чувства ритма «Запомни и повтори несложный ритм». 4. И/у на сравнение «Найди предмет, как первый». 5. Упражнение двигательного характера «Локти-колени»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12. 2, 3) «Память и внимание», стр. 4. 4, 5) «Логика», стр. 4. Задания на развитие логического мышления. В.С.Калганова «Нейропсихологичекие занятия с детьми»

Ноябрь	1-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь», «Проглот» (с платочком). 2. Игра на память и внимание «Назови все, что ты видишь на картинке». 3. И/у на память и внимание «Запомни слова». 4. И/у на аналогии «Выбери недостающий предмет». 5. Игра двигательного характера «Жесты»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12. 2, 3) «Память и внимание», стр. 5. 4) «Логика», стр. 5. 5) Задания на развитие логического мышления. В.С.Калганова «Нейропсихологичекие занятия с детьми»
	2-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь», «Проглот» (с платочком). 2 Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия № 1 3. И/у на систематизацию «Продолжи ряд». 4. И/у на систематизацию «Дорисуй гирлянды».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12. 2) «Память и внимание» стр. 6. 3, 4) «Логика», стр. 6. Задания на развитие логического мышления. 5) Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей.
	3-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь», «Проглот» (с платочком), «Жили-были зайчики». 2. Игра на память и внимание «Чудесный мешочек». 3. Игра на память и внимание «Чего не хватает на картинке?». 4. И/у на систематизацию «Размести фигурки в клеточках». 6. Упражнения двигательного характера «Глаз за рукой» «Змейка»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр.12, 28. 2) «Память и внимание», стр.7, 8. 3, 4) «Логика», стр. 7. Задания на развитие логического мышления. 5) В.С.Калганова «Нейропсихологичекие занятия с детьми»
	4-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь», Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №2 2. Игра на память и внимание «Определи по запаху предмет». 3. Игра на память и внимание «На какую из удочек котик поймает рыбку». 4. Игра на память и внимание «Послушай, повтори». 5. И/у на смысловое соотнесение «Дорисуй».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 28. 2, 3, 4) «Память и внимание», стр. 8, 9. 5) «Логика», стр. 8. Задания на развитие логического мышления. 6) Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей
Декабрь	1-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь», «Проглот» (с	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр.12, 28.

		платочком), «Жили-были зайчики», «Апельсин». 2. Игра на память и внимание «Дорисуй значки в фигурах согласно образцу». 3. Игра на память и внимание «Делай как я». 4. И/у на смысловое соотнесение «Найди пару». 5.Дидактическая игра «Мнемокарточки с нейроритмами»	2, 3) «Память и внимание», стр. 10. 4) «Логика», стр. 9. Задания на развитие логического мышления.
	2-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро-ладонь», «Проглот» (с платочком), «Жили-были зайчики», «Апельсин». 2. Игра на память и внимание «Найди подходящий осколок». 3. Игра на память и внимание «Что изменилось?». 4. Дидактическая игра «Нейротаблички»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 28. 2, 3) «Память и внимание», стр. 11. 4) «Логика», стр. 10. Задания на развитие логического мышления. В.С.Калганова «Нейропсихологичекие занятия с детьми»
	3-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Проглот» (с платочком), «Кулак-ребро-ладонь», «Жили-были зайчики», «Апельсин», «Мячик-ежик» (с Су-Джоком). 2. Игра на память и внимание «Найди двух одинаковых скоморохов». 3. Игра на память и внимание «Послушай, повтори». 4. И/у на отрицание «Раскрась все фигуры, но не треугольники» и т. д. 5.Упражнение «Зеркальное рисование»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28. 2, 3) «Память и внимание», стр. 12. 4) «Логика», стр. 11. Задания на развитие логического мышления. 5) И.И. Праведникова Нейропсихология. Игры и упражнения
	4-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Проглот» (с платочком), «Кулак-ребро-ладонь», «Жили-были зайчики», «Апельсин», «Мячик-ежик» (с Су-Джоком). 2. Игра на память и внимание «Запомни и назови по памяти». 3. Игра на память и внимание «Найди слово КОТ». 4. И/у на анализ, синтез «Найди выделенные фрагменты». 5. Психомоторный блок №3	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр.12, 19, 28. 2, 3) «Память и внимание», стр. 13. 4) «Логика», стр. 12. Задания на развитие логического мышления. 5) Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей

Январь	2-я	1. Упражнения «Яблочко-червячок», «Проглот» (с платочком), «Лезгинка», «Мячик-ежик» (с Су-Джоком). 2. Игра на память и внимание «Расскажи сказку по схемам». 3. Психомоторный блок развитие межполушарного взаимодействия №4. 4. И/у на умозаключения «Найди закономерность».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28. 2, 3) «Память и внимание», стр. 14. 4) «Логика», стр. 13. Задания на развитие логического мышления. 5) Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей
	3-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Виват-окей, «Заяц-коза» «Мячик-ежик» (с Су-Джоком). 2. Игра на память и внимание «Сравни две картинки». 3. Игра на память и внимание «Чтение по стук». 5. Упражнение двигательного характера «Перекрестные движения»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28. 2, 3) «Память и внимание», стр. 15. 4) «Логика», стр. 14. Задания на развитие логического мышления. 5) В.С.Калганова «Нейропсихологичекие занятия с детьми»
	4-я	1. Упражнения «Дом – ежик – замок»; «Фонарики»; перебрасывание предмета двумя руками 2. Игра на память и внимание «Найди на картинке предметы». 3. Логические задачи 4 Упражнения двигательного характера «Разноименные рука и нога»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28. 2) «Память и внимание», стр. 16-17. 4) «Логика», стр. 15. Задания на развитие логического мышления. 5) .С.Калганова «Нейропсихологичекие занятия с детьми»
Февраль	1-я	1. Упражнения «Зайчик – колечко-цепочка», «Ладошка»; Упражнения в подбрасывании предметов двумя руками. 2. Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №6. 3. Игра на память и внимание «Запомни и назови». 4. Логические задачи «Кто живет дальше от белки?» и т. д.	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28. 2) «Память и внимание», стр. 18. 4) «Логика», стр. 16. Задания на развитие логического мышления. Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей
	2-я	Упражнения «Гусь – курица – петух»; «Ухо-нос»; « Дом – ежик – замок»; Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №6.	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28. 2, 3) «Память и внимание», стр. 21. 4) Е. В. Колесникова «Я

		2. Игра на память и внимание «Найди правильную тень елочки с белками». 3. Игра на память и внимание «Найди слово СОН». 4. И/у на анализ и синтез предметов сложной формы «Сколько геометрических фигур?». 5Упражнение двигательного характера «Велосипед»	решаю логические задачи», стр. 12.
	3-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Проглот» (с платочком), «Кулак-ребро-ладонь», «Жили-были зайчики», «Апельсин», «Мячик-ежик» (с Су-Джоком), «Дружба», «Друзья» (упр. с эспандерем). 2. Игра на память и внимание «Найди цифры». 3. Игра на память и внимание «Волшебный ряд». 4. Рисование двумя руками	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23. 2, 3) «Память и внимание», стр. 22. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 13.
	4-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Проглот» (с платочком), «Кулак-ребро-ладонь», «Жили-были зайчики», «Апельсин», «Мячик-ежик» (с Су-Джоком), «Дружба», «Друзья» (упр. с эспандерем). 2. Игра на память и внимание «Цветные клубочки». 3. Игра на память и внимание «Запомни и назови». 5. Задание на смекалку и произвольное внимание «Дубль»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23. 2, 3) «Память и внимание», стр. 23. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 14.
Март	1-я	Упражнение « Флажок – рыбка – лодочка»; «Зайчик –коза – вилки» Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №6. 2. Игра на память и внимание «Слово и картинка». 3. Упражнение на развитие чувства ритма «Похлопаем-топотаем» 4. Дидактическое упражнение Нейротаблицы	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23. 2) «Память и внимание», стр. 24. С.Калганова «Нейропсихологичекие занятия с детьми»
	2-я	1 Упражнение « Флажок – рыбка – лодочка»; «Зайчик –коза – вилки» 2. Игра на память и внимание «В магазине».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23. 2, 3) «Память и внимание», стр. 25-26.

		3. Игра на память и внимание «Что изменилось?». 5. Игра «Сложи узор »	
	3-я	1. Упражнения «Солнышко-заборчик – камешки», «Колечко». Игры с мячиком Су-Джок Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №7 2. Игра на память и внимание «Рассмотри картинку и ответь на вопросы». 3. Игра на память и внимание «Запомни номера телефонов». 4. И/у на поиск недостающей фигуры «Дорисуй». 5. Рисование двумя руками.	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23. 2, 3) «Память и внимание», стр. 27. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 18.
	4-я	1. Упражнения «Солнышко-заборчик – камешки», «Колечко». Игры с мячиком Су-Джок 2. Игра на память и внимание «Запомни и назови». 3. Игра на память и внимание «Пары слов». 4. И/у на поиск недостающей фигуры «Дорисуй». 5. Игра «Сложи из палочек по образцу»	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23, 11. 2, 3) «Память и внимание», стр. 28.
Апрель	1-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Цепочки». Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №7 2. Игра на память и внимание «Найди 10 отличий». 3. Игра на память и внимание «Зарисуй слово». 4. 6. Д/и с блоками Дьенеша «Рыбка».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23, 11. 2, 3) «Память и внимание», стр. 29. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 20. Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей
	2-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Проглот» (с платочком), «Жили-были зайчики», «Апельсин», «Мячик-ежик» (с су-джоком), «Дружба», «Друзья» (упр. с эспандерем), «Кулак-ребро-ладонь», «Цепочки». 2. Игра на память и внимание «Отпечатки пальцев». 3. Игра на память и внимание «Расшифруй фразу». 4. И/у на поиск недостающей фигуры «Дорисуй».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23, 11. 2, 3) «Память и внимание», стр. 30. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 21. 5) Е. Н. Панова «Дидактические игры-занятия в ДОУ», стр. 9. Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей

		5. Д/и с блоками Дьенеша «Лабиринт».	
	3-я	1. Упражнения «Локоть к колену»; «Зайчик – коза – вилка» «Ухо-нос» Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №7. 2. Игра на память и внимание «Помоги принцу выбраться из подземелья». 3. Игра на память и внимание «Повтори фразу». 4. Закрашивание двумя руками 5. Д/и с блоками Дьенеша «С двумя обручами».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23, 11. 2, 3) «Память и внимание», стр. 31. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 22.
	4-я	1. Упражнения «Локоть к колену»; «Зайчик – коза – вилка» «Ухо-нос» Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №8 2. Игра на память и внимание «Раскрась картинку согласно обозначениям». 3. И/у на поиск недостающей фигуры «Дорисуй». 4. Д/и «Нажимай и сортируй». 5 Игры на развитие чувства ритма.	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23, 11. 2, 3) «Память и внимание», стр. 32. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 23.
Май	1-я	1. Психомоторный блок на развитие межполушарного взаимодействия №8 2. Игра на память и внимание «Раскрась картинку согласно обозначениям». 3. И/у на поиск недостающей фигуры «Дорисуй». 4. Д/и с блоками Дьенеша «Волшебное дерево».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23, 11. 2, 3) «Память и внимание», стр. 32. 4) Е. В. Колесникова «Я решаю логические задачи», стр. 23. Т.П. Трясорукова Развитие межполушарного взаимодействия у детей
	2-я	1. Упражнения «Ладонь-кулак», «Кулак-ребро- ладонь», «Проглот» (с платочком), «Жили-были зайчики», «Апельсин», «Мячик-ежик» (с Су-Джоком), «Дружба», «Друзья» (упр. с эспандером), «Цепочки». 2. Игра на координацию движений «Пятнашки». 3. И/у «Продолжи ряд». 4. Рисование двумя руками. 5. Д/и с блоками Дьенеша «Игры с двумя обручами».	1) О. И. Крупенчук «Пальчиковые игры», стр. 12, 19, 28, 23, 11. 2) И. В. Стародубцева «Игровые занятия по развитию памяти, внимания, мышления у дошкольников», стр. 56. И.И. Праведникова Нейропсихология. Игры и упражнения

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Дети с тяжелыми нарушениями речи имеют системное нарушение речевой деятельности, незрелость психических процессов, приводящие к расстройствам эмоционально-волевой, личностной сфер, снижению работоспособности, отставании в развитии двигательной сферы. Оценив, какое положительное воздействие оказывают кинезиологические упражнения и нейрогимнастика на развитие ребёнка, мы стали применять их и в логопедической практике, в качестве коррекции недостатков речевого развития у детей с ТНР.

Практическая значимость использования кинезиологических упражнений и нейрогимнастики в системе логопедических занятий состоит в том, что система оригинальных упражнений и игр, помогает целостно развивать не только психофизическое здоровье детей дошкольного возраста, но и развивать, исправлять недостатки устной речи, а также, в последствие, предупредить нарушения чтения и письма будущих школьников, что актуально в условиях подготовительной группы.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учебник для студентов вузов / Т. Г. Визель. — М.: АСТАстрель Транзиткнига, 2017. — 264 с.
2. Голдберг Э. Управляющий мозг. Москва, 2003.
3. Деннисон П., Деннисон Г. Образовательная кинестетика для детей. Москва, 1998.
4. Захарова Р.А., Чупаха И.В. Методика «Гимнастика мозга». В сб.: Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М., Ставрополь, «ИЛЕКСА», «СЕРВИС ШКОЛА», 2001.
5. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми., часть 2 - М.: Айрис-пресс, 2015.
6. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М., 1973.
7. Пьянова Л.А. Нейрогимнастика в коррекции нарушений речевого развития и оздоровления детей дошкольного возраста // Сборник «Образование и психологическое здоровье» в сетевом издании «Региональный социопсихологический центр». – М., 2018.
8. Пьянова Л.А., Чаплыгина А.А. Использование балансировочной подушки и нейрогимнастики в логопедической работе с детьми дошкольного возраста с тяжёлыми нарушениями речи // Сборник материалов Регионального Фестиваля педагогических идей «Дошкольное образование: опыт и перспективы», ч. 1. 2019.
9. Сиротюк А.Л. Нейропсихологические и психофизиологические сопровождения

обучения. – М.: ТЦ «Сфера», 2003.
10. Трясорукова Т.П. «Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика». – Ростов н/Д.: Феникс, 2019.
11. Шанина Т.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учеб. пособие. М., 1999.
12. И.И.Праведникова Нейропсихология. Игры и упражнения. Москва, Айрис-пресс, 2022г

ПРИЛОЖЕНИЕ

ПОНЯТИЙНЫЙ СЛОВАРЬ

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. По исследованиям физиологов правое полушарие головного мозга – гуманитарное, образное, творческое – отвечает за тело, координацию движений, пространственное зрительное и кинестетическое восприятие.

Кинестетика - мировосприятие мира через рецепторы, расположенные на теле человека, по сути кинестетику можно назвать синонимом осязания, так же широко применяется термин – тактильное чувство.

Нейрогимнастика - это немедикаментозный вид помощи детям, имеющим различные неврологические заболевания и синдромы, такие как: ЗПР, СДВГ, РАС, алалия, дизартрия и другие.

Нейропсихология - междисциплинарное научное направление, лежащее на стыке психологии и нейронауки, нацелена на понимание связи структуры и функционирования головного мозга с психическими процессами и поведением живых существ.

Речевое развитие - широко используемое комплексное обозначение процессов, этапов и методик, связанных с овладением (как ребёнком, так и в широком смысле — человеком в течение жизни) средствами как устной, так и письменной речи (языка), характеризующими в свою очередь развитие его навыков коммуникации, вербального мышления и литературного творчества.

Тяжелые нарушения речи (ТНР) - это стойкие специфические отклонения формировании компонентов речевой системы (лексического и грамматического строя речи, фонематических процессов, звукопроизношения, просодической организации звукового потока, отмечающихся у детей при сохранном слухе и нормальном интеллекте.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) - совокупность обязательных требований к образованию

определенного уровня и/или к профессии, специальности и направлению подготовки, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющих функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования.

Кинезиоологические упражнения

1.Телесные упражнения

«Перекрестное марширование»

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.

«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.

«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.

«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.

«Маршировка»

Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

2. Упражнения на релаксацию

«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 закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь 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 твое тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируй 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.

«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. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овевает 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 покатало. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова

будьте бодрыми, свежими и внимательными.

3. Упражнения для развития мелкой моторики

«Домик»

Мы построим крепкий дом,
Жить все вместе будем в нем.

Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на пальцы левой руки. Отработать эти движения для каждой пары пальцев. (10 раз)

«Ладошка»

С силой на ладошку давим, Сильной стать ее заставим.

Пальцами правой руки с усилием нажать на ладонь левой руки, которая должна сопротивляться. То же для другой руки. (10 раз)

«Лезгинка»

Любим ручками играть
И лезгинку танцевать.

Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

«Ухо-нос»

Левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши и поменять их положение.

«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).

«Зеркальное рисование»

Рисовать на листе бумаги одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы.

«Кулак - ребро-ладонь»

Ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе, распрямленная ладонь на столе. Выполняется сначала правой рукой, затем - левой, потом – двумя руками вместе.

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

«Колечко»

Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо большой палец и последовательно указательный, средний, безымянный и мизинец. Упражнения выполнять начиная с указательного пальца и в обратном порядке от мизинца к указательному. Выполнять нужно каждой рукой отдельно, затем обеими руками вместе.

«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. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

«Змейка»

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

«Горизонтальная восьмерка»

1, 2-я неделя занятий. Упритесь языком в зубы, «стараясь их вытолкнуть наружу». Расслабьте язык. Повторите 10 раз. Прижимайте язык во рту то к левой, то к правой щеке. Повторите 10 раз. Удерживая кончик языка за нижними зубами, выгните его горкой. Расслабьте. Повторите 10 раз.

3, 4, 5, 6-я неделя занятий. Вытяните перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сожмите в кулак, оставьте вытянутыми указательный и средний. Нарисуйте в воздухе этими пальцами знак бесконечности как можно большего размера. Когда рука из центра этого знака пойдет вверх, начните слежение немигающими глазами, устремленными на промежуток между окончаниями этих пальцев, не поворачивая головы. Те, у кого возникли трудности в прослеживании (напряжение, частое моргание), должны запомнить отрезок «горизонтальной восьмерки», где это случается, и несколько раз провести рукой, как бы заглаживая этот участок. Необходимо добиваться плавного движения глаз без остановок и фиксаций. В месте остановки, потери слежения нужно провести рукой несколько раз «туда-обратно» по линии «горизонтальной восьмерки».

7, 8-я неделя занятий. Одновременно с глазами следите за движением пальцев по траектории горизонтальной восьмерки хорошо выдвинутым изо рта языком

4. Самомассаж

а) Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз.

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

в) Сжимают пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимают кулак с усилием. Затем, ослабляя сжатие кулака, делают вдох. Повторить 5 раз. Выполнение с закрытыми глазами удваивает эффект.

Комплекс кинезиологических упражнений
для координации работы глаз и рук
(использованы упражнения П. и Г. Деннисон, А.Л. Сиротюк)

Упражнения рекомендуется выполнять ежедневно в течение 6 - 8 недель по 15 – 20 минут.

Цель: улучшение навыков письма, интеграция работы глаз и рук, формирование визуального и пространственного восприятия, развитие координации тела и двигательных навыков.

1. Восьмерки. Исходное положение – стоя. Закройте глаза. Пальцами одной руки проведите перед глазами горизонтальную восьмерку. Следуйте закрытыми глазами за движениями пальцев. Продолжайте рисовать, увеличивая размеры восьмерки. Отдохните и откройте глаза. Проверьте резкость зрения.

2. Восьмерки локтями. Разведите ноги в стороны и слегка согните их в коленях. Проведите половину горизонтальной восьмерки правым локтем. Глаза должны следить за движениями локтя. Сместите центр восьмерки назад. Проделайте то же самое с левой стороной.

3. Крылья. Поставьте ноги на ширине плеч, расслабьте колени. Потрясите руками и согните локти. Прочертите горизонтальную восьмерку одновременно двумя руками. Сначала вперед, назад и вниз, затем вверх, в сторону и вниз. Подбородок поворачивайте вместе с движениями рук. Повторите несколько раз, пока не почувствуете, что летите. Теперь парите: руки открыты и свободны. На вдохе наклонитесь вперед, опираясь на носки. На выдохе отклонитесь назад. Еще раз глубоко вдохните.

4. Рисующий слон. Исходное положение – стоя или сидя. Колени слегка согните. Наклонитесь головой к плечу. Вытяните руку вперед и рисуйте то, что видите, большими мазками. Затем повторите то же с другой рукой.

5. Сидя, обхватите левой рукой запястье правой руки и массируйте руку. Повторите то же самое с правой рукой.

6. Сидя, соедините руки на уровне глаз. Носом прочертите линию от одной ладони по руке к плечу. Затем впереди вычертите окружность. Теперь следуйте по второй руке. Повторите в другую сторону.

7. Лежа на спине, обнимите руками одно колено, прижимая его к груди. Вторая нога – в расслабленном состоянии. Представьте, что глаза связаны с бедрами. Дышите глубоко. Пусть подколенные сухожилия хорошо растянутся.

Комплекс кинезиологических упражнений для интеграции визуальной и аудиальной модальности

Упражнения рекомендуется выполнять ежедневно в течение 6—8 недель по 15—20 минут. Цель: формирование зрительного и слухового восприятия, развитие зрительной и слуховой памяти, интеграция визуальной и аудиальной модальностей.

1. Сидя или лежа, выдохните, откройте глаза. Вдохните, закройте глаза. Продолжайте упражнение, выдыхая при свете, вдыхая в темноте. Пусть ваши глаза полностью расслабятся, когда они закрыты. Откройте глаза и поморгайте. Каждый раз, открывая глаза, отмечайте то, что видите. Замечайте все изгибы и формы, линии и углы. Сначала замечайте только темные предметы, затем только светлые.

2. Сидя или лежа, закройте глаза и вообразите, что на них светит солнце. Поморгайте глазами так, будто ловите солнечный свет. Посмотрите на солнечный луч с закрытыми глазами, наслаждаясь переливанием цветов. Теперь представьте темноту и расслабьтесь.

3. Сидя, расположите ноги врозь, расслабьте колени. Обнимите руками голову со стороны затылка, касаясь правой рукой левого уха и левой рукой правого. Пальцами выдвигайте затылок вперед. Закройте глаза и расположите голову на руках. Раскачиваясь из стороны в сторону, глубоко дышите, помещая голову в «колыбель». Почувствуйте, что ваше тело – это опора.

4. Сидя, кончики выпрямленных вместе пальцев правой руки подведите к основанию мизинца левой руки, слегка сжатой в кулак. В следующий миг сожмите пальцы правой руки, растяните пальцы левой руки и подведите кончики среднего и безымянного пальцев к

основанию мизинца правой руки. Повторите эти движения быстро и попеременно по 10 раз. Выдох делайте через рот при каждой смене рук.

5. Раскройте пальцы левой руки, слегка нажмите точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. Повторите 5 раз. При нажатии сделайте выдох, а при ослаблении усилия – вдох. Упражнение делайте спокойно, не торопясь. Потом сделайте то же самое для правой руки.

6. Ребенку предлагаются цифры, вылепленные из пластилина, вырезанные из дерева и др. Ребенок должен ощупать цифру, назвать ее вслух и записать. На начальном этапе тренировки можно предложить воспитаннику самому вылепить из пластилина цифры. В дальнейшем следует перейти к запоминанию последовательности из 3 - 4 цыфр на основе их осязания. Последующий этап тренировки – буквы вычерчиваются в воздухе двумя руками в зеркальном отражении.

7. Сложите большой и указательный пальцы кончиками вместе, с усилием прижмите друг к другу, сгибая в наружную сторону. Это же упражнение сделайте для большого и среднего, большого и безымянного, большого и мизинца (для каждой руки 20 раз). Затем кончиком большого пальца сильно надавите последовательно на основания каждого пальца с наружной и внутренней стороны.

8. Одновременно двумя руками вычертите в воздухе в зеркальном отражении информацию, которую необходимо запомнить (цифры, слова и т.д.). Одновременно с промахиванием проговорите эту же информацию.

«Нейродинамическая гимнастика: комплекс упражнений для дошкольников»

(по пособию Трясорукой Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей. Нейродинамическая гимнастика)

Всем известно о пользе утренней гимнастики для организма человека, однако не только тело ребенка нуждается в упражнениях, ног и мозг. Комплексы нейродинамической гимнастики помогут подготовить мозг ребенка к эффективной работе, способствующей лучшему восприятию и переработке информации.

Комплексы нейродинамической гимнастики представлены двумя блоками: мануальным и психомоторным. Мануальный блок (ручной) – это специальные игры и упражнения, позволяющие повысить способность мозга ребенка к интегрированной работе. Движения пальцев и кистей рук имеют особое развивающее воздействие, так как с анатомической точки зрения около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция руки. Под влиянием кинестетических импульсов от руки, а точнее от пальцев, включается механизм «единства мысли и движения». При регулярном выполнении специальных движений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга в единую систему.

Психомоторный блок направлен на укрепление между полушариями функциональной взаимосвязи, имеющей сложную психическую организацию, где участвуют ядра черепно-мозговых нервов (зрение), ретикулярная формация (движения), лимбическая система (поведение, эмоциональный тонус). Упражнения данного блока позволяют улучшить сенсомоторную и пространственную координацию, повысить возможности произвольного внимания, усидчивости, развить зрительно-моторную координацию, а также расширить взаимосвязи и баланс активности между правым и левым полушариями.

Общие рекомендации по проведению нейродинамической гимнастики:

- Гимнастику рекомендуется проводить ежедневно по 10-20 минут в первой половине дня. Возможно внесение отдельных корректив с учетом возраста, состояния здоровья и развивающих потребностей ребенка.
- Не рекомендуется проводить работу с ребенком в период болезни и в течение 5-7 дней после, так как в этот период организм ребенка и его нервная система ослаблены.
- Во время проведения гимнастики необходимо исключить все отвлекающие факторы: работающий телевизор, посторонние разговоры, игрушки.
- Перед выполнением упражнений мануального блока взрослому необходимо объяснить ребенку, как выполняется то или иное движение, а затем закрепить объяснение показом движения в медленном темпе.
- При выполнении заданий психомоторного блока предложите ребенку начинать выполнение задания с «удобной» руки – ведущей (правой или левой). При выполнении заданий «неудобной» рукой допустимы неровности и отклонения от линий.

ПЕРВЫЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

✔ Постучать по столу расслабленной кистью левой руки, а затем – правой в течении 10 секунд.

✔ Повернуть левую кисть на ребро, согнуть пальцы в кулак, затем выпрямить. Сделайте то же самое правой рукой. Движения выполнить поочередно по 5-6 раз каждой рукой.

✔ Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев обеих рук. Пальцами левой руки с усилием нажать на пальцы правой, затем наоборот. Отработать эти движения для каждой пары пальцев отдельно.

Оборудование: 4 счетные палочки.

Счетные палочки раскладываются на столе перед ребенком. Задача ребенка – брать их по одной одноименными пальцами правой и левой руки (указательными, средними, безымянными, мизинцами).

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

✔ Левой рукой ставить точки в квадрате в течение 30 секунд. Аналогично повторить задание правой рукой и двумя руками одновременно. Для детей с 5 лет это задание можно выполнять на скорость: «Постарайся ставить точки как можно быстрее».

ЛЕВАЯ РУКА **ПРАВАЯ РУКА**

ДВУМЯ РУКАМИ ОДНОВРЕМЕННО

ВТОРОЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Опереться на стол ладонями, с силой нажать на стол сначала левой, затем правой ладонью. Движения необходимо выполнить поочередно по 5-6 раз каждой рукой.
- ✔ Постучать каждым пальцем левой руки по столу под счет:

  1 раз – большой палец
  2 раза – указательный палец
  3 раза – средний палец
  4 раза – безымянный палец
  5 раз – мизинец
  Повторить движения правой руки.

Вам потребуются: кусочек пластилина и доска для лепки.
Предложите ребенку раскатать на доске небольшой комочек пластилина по очереди пальцами левой руки, затем правой.
Оборудование: 8 квадратиков 5х5 см, вырезанных из фольги.
Задача ребенка брать их по одному, скатывать в плотный комочек: большим и указательным пальцами, большим и средним пальцами, большим и безымянным пальцами, большим и мизинцем. Сначала одной рукой, затем другой.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

✔ Поставить пальчики левой руки на круги под изображением животных. Затем по команде взрослого поднимать и отпускать пальчики на заданный счет. Например: птичка – 2 раза, ежик – 1 раз, заяц– 3 раза и так далее.
Повторить аналогичную игру для противоположной руки.

ЛЕВАЯ РУКА




средний

безымянный
указательный
мизинец

большой

ПРАВАЯ РУКА



средний




указательный



безымянный







мизинец



большой

ТРЕТИЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Сжимать и разжимать кисти рук в течение 30 секунд, постепенно ускоряя темп. Затем расслабить руки и встряхнуть их.
- ✔ Вытянуть руки перед собой, сгибать кисти вверх и вниз. Затем повращать обеими кистями по часовой и против часовой стрелки (сначала однонаправленно, затем – разнонаправленно).
- ✔ Правой рукой помассировать левую кисть от запястья к кончикам пальцев, затем – обратно. Повторите эти движения с правой рукой.

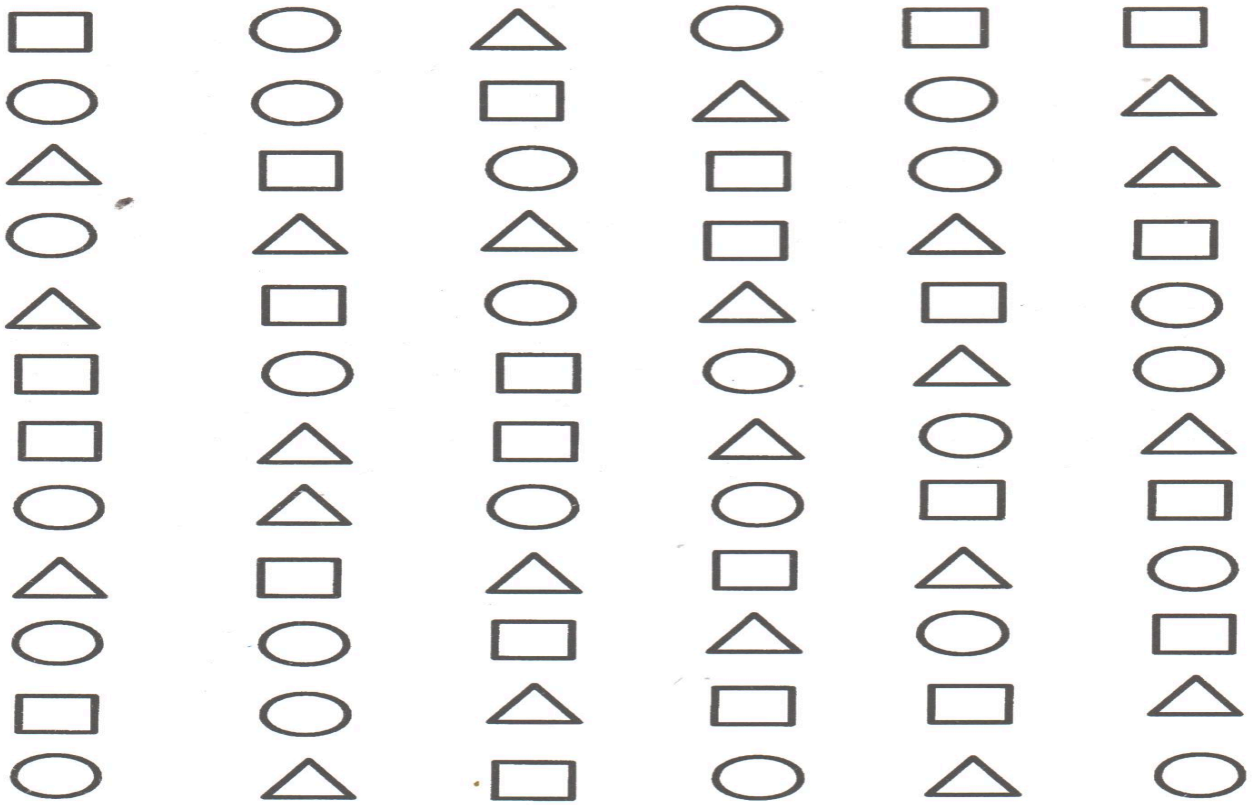
Оборудование: деревянный карандаш любого цвета.

Предложите ребенку положить карандаш на ладонь, прикрыть его другой ладонью и прокатывать карандаш между ладонями. Сначала медленно, а потом быстрее: от кончиков пальцев – к запястью. Можно усложнить задание, используя сразу два карандаша.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Взять в правую и левую руку по фломастеру, вычеркнуть в таблице правой рукой треугольники, а левой – круги.



ЧЕТВЕРТЫЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Похлопать в течение 30 секунд в ладоши так, чтобы пальцы обеих рук соприкасались.
- ✔ «Костяшками» сжатых в кулак пальцев правой руки двигать двигать ввер-вниз по ладони левой руки – «прямолинейное движение». Повторить эти движения с левой рукой.
- ✔ В течение 30 секунд выполнять движения, имитирующие растирание «замерзших» рук.

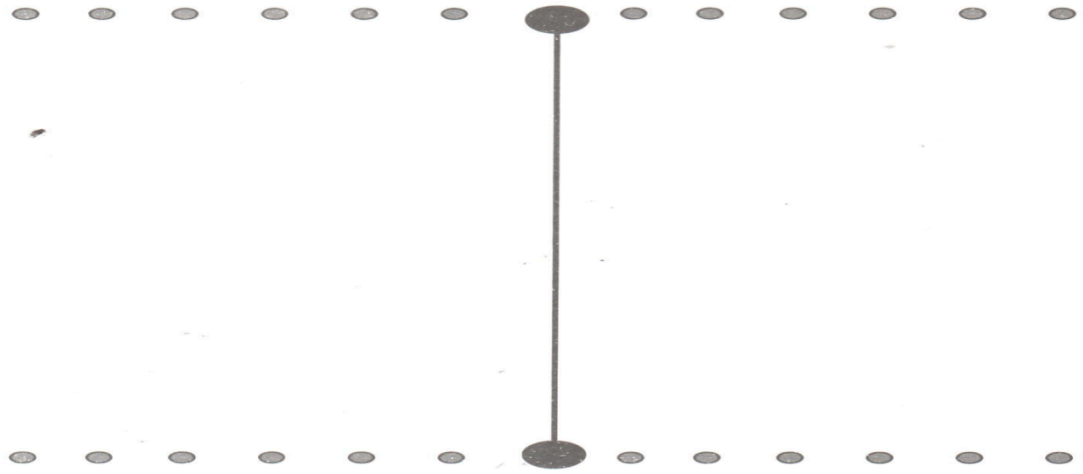
Оборудование: два детских носовых платка.
Взрослый берет носовой платок за уголок и показывает ребенку, как целиком вобрать его в ладонь, используя пальцы только одной руки. Важное условие: вторая рука не помогает! Потом предлагаем то же самое сделать ребенку сначала одной рукой, затем другой. Можно усложнить задание, одновременно работая двумя руками с двумя платками.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Одновременно двумя руками провести линии сверху вниз, от точки к точке.

ЛЕВАЯ РУКА **ПРАВАЯ РУКА**



ПЯТЫЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Сжать кисть левой руки в кулак, затем поочередно разгибать пальцы, начиная с мизинца. Повторить движения по аналогии на правой руке.
- ✔ Поочередно сгибать и разгибать по 3-4 раза пальцы, начиная с мизинца левой руки, затем повторить движения по аналогии для правой руки.
- ✔ Поочередно сгибать и разгибать по 3-4 раза пальцы, начиная с мизинца левой руки, затем повторить аналогичные движения на правой руке.
- ✔ Поднять обе руки ладонями к себе, широко развести пальцы, затем вернуть в исходное положение, прижав их. Движения выполнять в течение 30 секунд.
  Оборудование: простой карандаш.
  Предложите ребенку обрисовать тупым концом карандаша ладонь с широко раздвинутыми пальцами, лежащими на столе, легко надавливая карандашом на межпальцевые зоны.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Провести соединительные линии:

  левой рукой: от зайчика к медвежонку, от медвежонка к поросенку, от поросенка к лисичке, от лисички к мышке;
  правой рукой: от мышки к птичке, от птички к собачке, от собачки к котику, от котика к ежику, от ежика к лягушке.



ШЕСТОЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

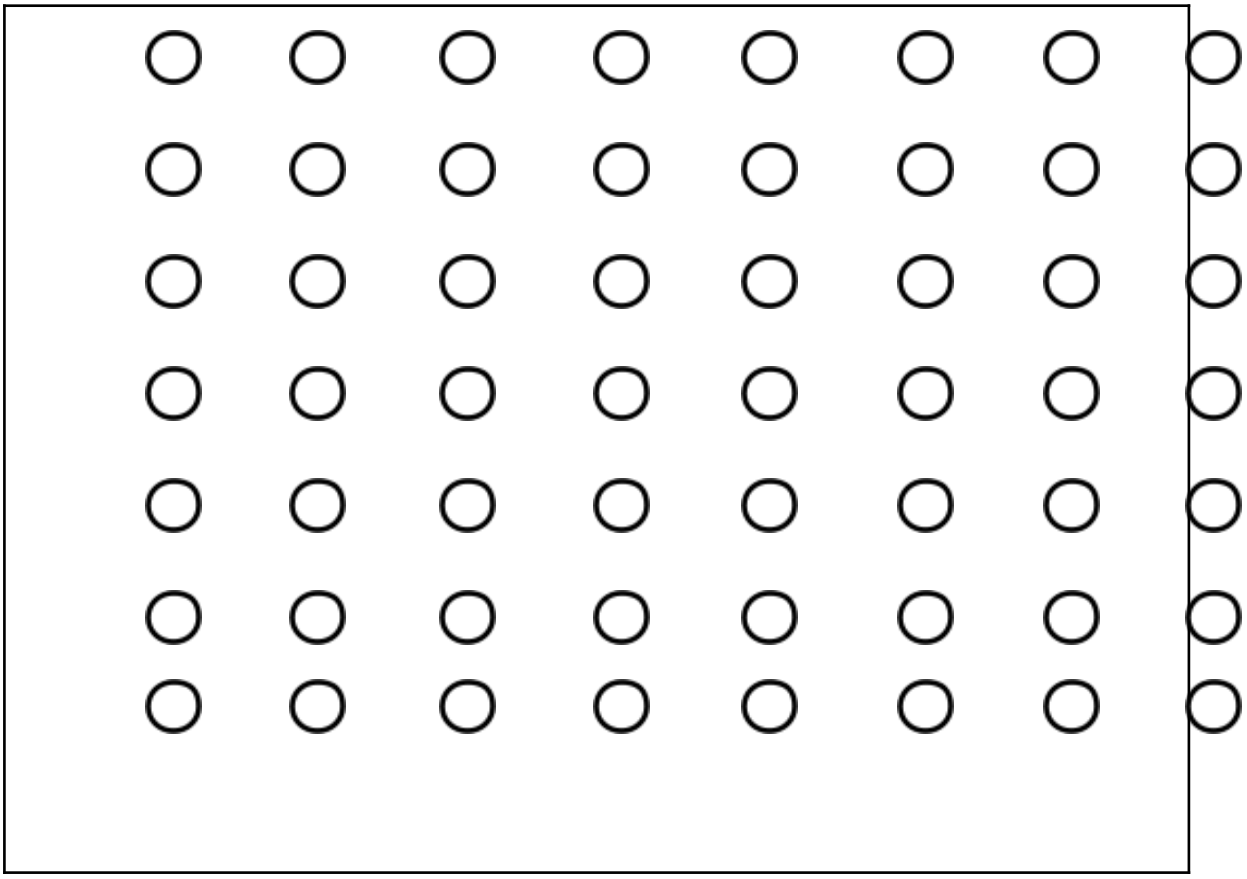
- ✔ Соединить подушечки пальцев левой руки в щепоть, раскачивать кисть в течение 30 секунд, налево и направо. Вправо – пальцы раздвинуть, влево – соединить в щепоть. Повторить аналогичные движения правой рукой.
- ✔ Поставить левую руку локтем на стол. Пальцы сложить в щепоть, ритмично наклонять кисть вниз-вверх в течение 30 секунд. Повторить движения по аналогии для правой руки.
- ✔ Выполнить упражнения одновременно обеими руками: двигать кистями обеих рук из положения опущенных (висящих) вниз кулачков до поднятых вверх кистей с раздвинутыми в стороны пальцами.
  Оборудование: глубокая миска, два блюдца, по 5 бусинок разного цвета (зеленого и красного).

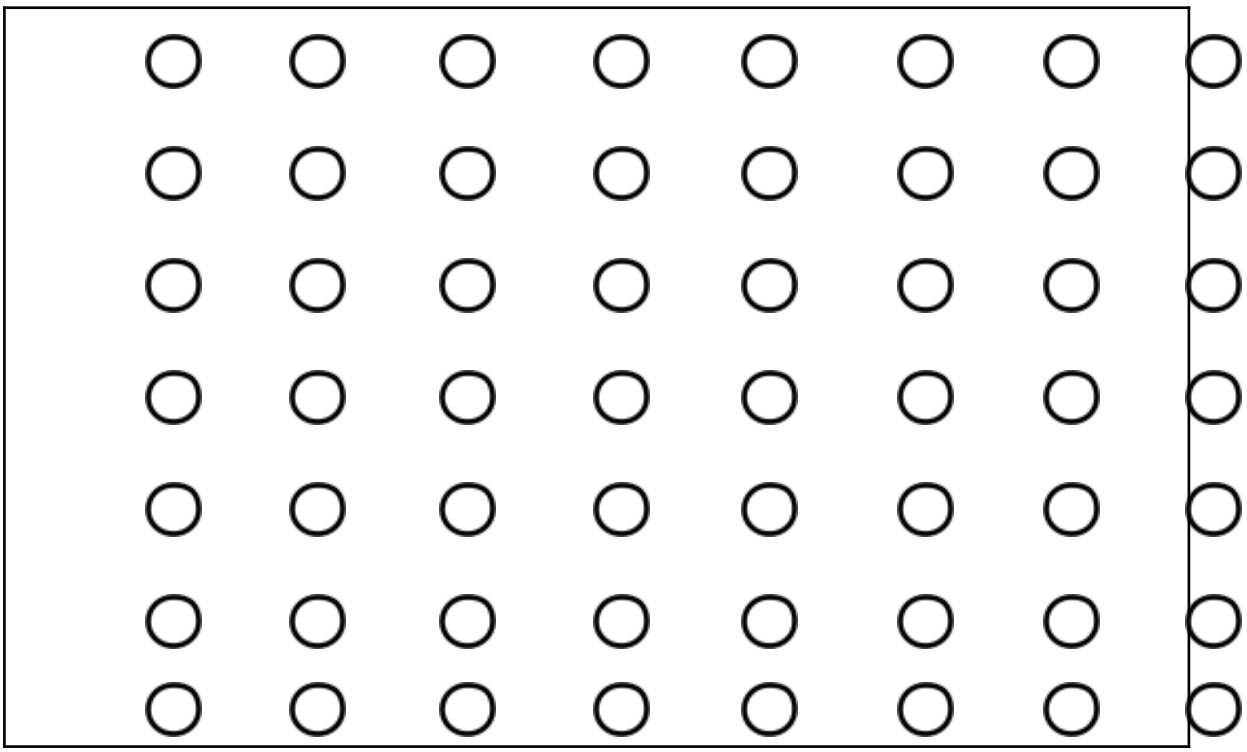
Необходимо высыпать в мисочку бусины двух цветов, справа и слева поставить два блюдца. Предложите ребенку «сложить» в одно блюдце бусинки красного цвета, а в другое – зеленого. Перекладывать бусинки нужно по одной, беря тремя пальцами (большим, указательным и средним), обязательно чередуя руки: берем бусинку правой рукой, кладем ее в блюдце, стоящее справа от мисочки, затем берем бусинку левой рукой, кладем ее в блюдце, стоящее слева от мисочки.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

✔ Поставить точки красного и зеленого цвета внутри кругов. Правой рукой ставить точку красного цвета, в следующем круге – точку зеленого цвета левой рукой и так далее. Детям старше 5 лет можно предложить выполнить задание на скорость: «Расставь точки в кружочках, чередуя руки, как можно быстрее».





СЕДЬМОЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Вытянуть кисти рук вперед ладонями вниз. Пальцами обеих рук (кроме больших) производить синхронные движения вниз-вверх в течение 30 секунд.
- ✔ Четыре пальца левой руки (кроме большого) сжать в кулак. Большой палец поднять вверх и выполнить круговые движения в течение 10 секунд. Повторить аналогичные движения правой рукой и выполнить двумя руками одновременно.
- ✔ Вытянуть указательный палец левой руки вперед, остальные пальцы прижать к ладони. Вращать указательным пальцем в течение 10 секунд. Повторить аналогичные движения правой рукой.

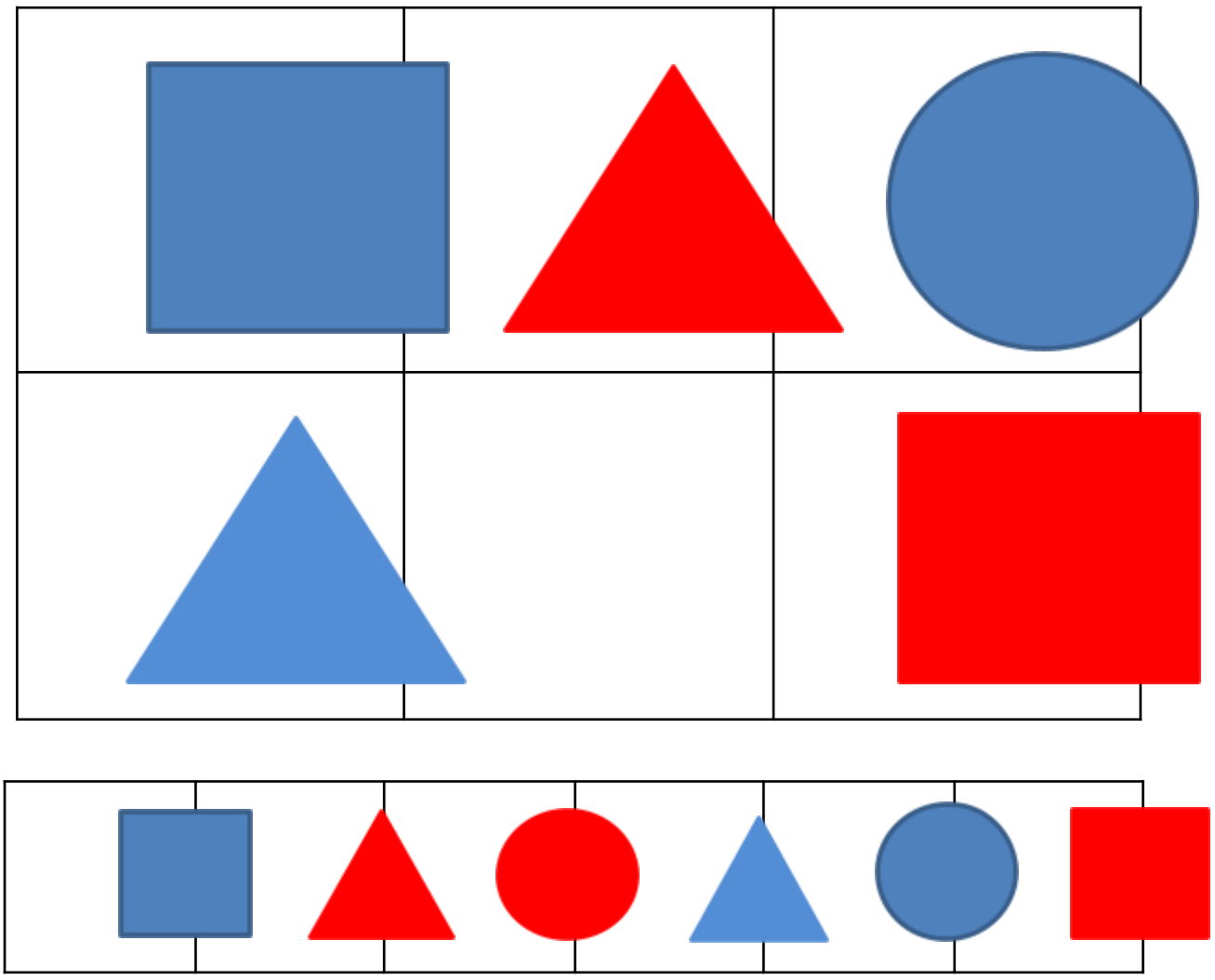
Оборудование: простой карандаш.

Предложите ребенку вращать карандаш на столе большим, указательным и средним пальцами одной, а потом другой рукой. Затем выполнить упражнения двумя руками одновременно.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

✔ Выбрать нужную фигуру из нижнего ряда и нарисовать ее в таблице. Ребенку нужно объяснить свой выбор.



ВОСЬМОЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Синхронно на правой и левой руке соединить подушечки пальцев, образуя кольцо (большой с указательным, большой со средним, большой с безымянным, большой с мизинцем) в течение 30 секунд.
- ✔ Кончиками пальцев левой руки поочередно (начиная с больших) нужно дотронуться до кончиков одноименных пальцев правой руки в течение 30 секунд.
- ✔ Сцепить мизинцы обеих рук друг с другом, как два крючка, чтобы их трудно было расцепить. По аналогии сделать сцепку и с другими парами пальцев: безымянными, средними, указательными и большими.

  Оборудование: бусы из 17 бусинок, вытянутые в нитку, центральная бусина – другого цвета или размера.

  Ребенок берет за края и одновременно обеими руками перебирает по одной бусинке, двигаясь к центру. На центральной бусине руки должны встретиться и начать расходиться, так же перебирая по бусине, но уже в противоположные стороны – от середины к концам нитки.

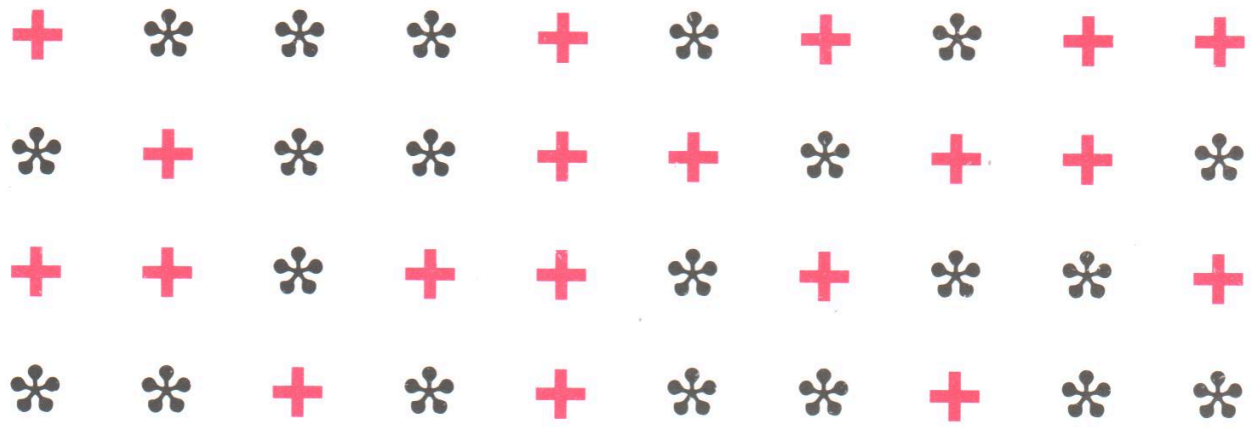
ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

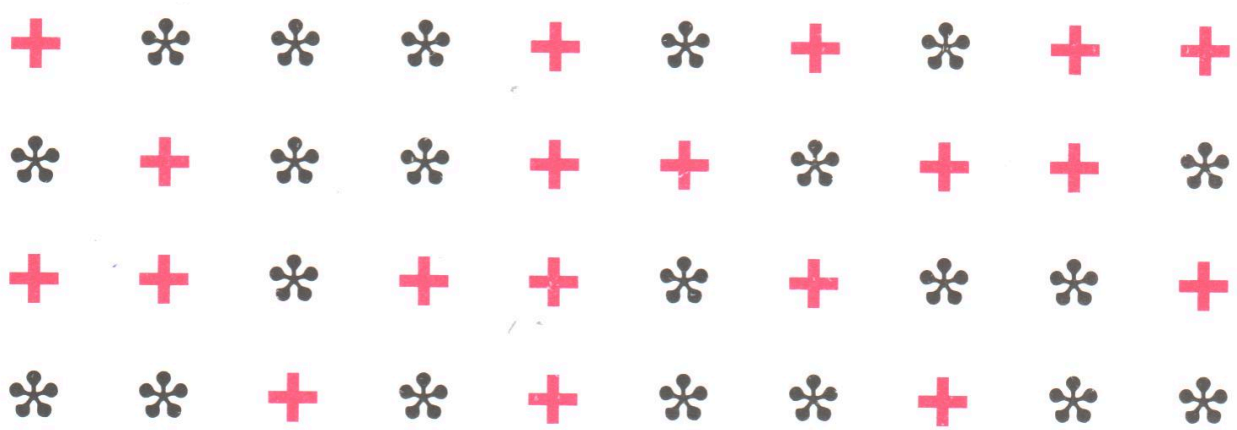
- ✔ Вычеркнуть цветочки и обвести крестики сначала правой рукой, затем – левой.



ПРАВАЯ РУКА



ЛЕВАЯ РУКА



ДЕВЯТЫЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Ребром ладони правой руки имитировать «распиливание» ладони левой руки по всем направлениям в течение 30 секунд. Повторить движения для правой руки.
- ✔ Правой рукой делать массаж (активное растирание) тыльной стороны левой руки в течение 30 секунд. Повторить аналогичные движения для правой руки.
- ✔ Подушечкой большого пальца правой руки по часовой стрелке растирать центр ладони левой руки в течение 30 секунд. Повторить аналогичные движения для левой руки.

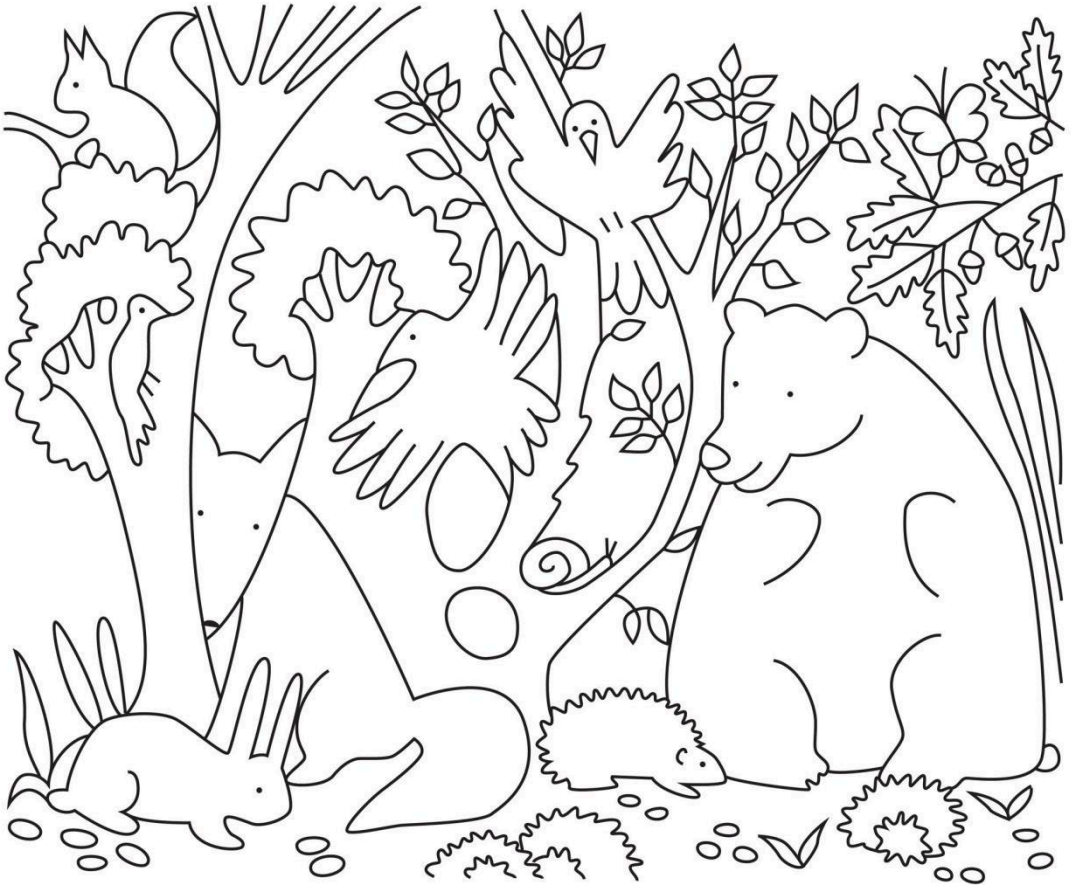
  Оборудование: поднос, полстакана манной крупы или пшена, либо кинетического песка.

  Предложите ребенку сделать на подносе дорожки шириной 1-2 см, используя песок (манку, пшено). Песок надо сыпать тремя пальцами (большим, указательным и средним), сложив их щепоткой. Чередуйте руки: сначала правой рукой, затем – левой и двумя руками одновременно.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Найти на рисунке: медведя, ежика, зайца, лисицу, белку, улитку, 3 птиц, бабочку. Раскрасить их.



ДЕСЯТЫЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ «Нарисовать» большим пальцем вытянутой левой руки знак бесконечности на уровне глаз. Движения начинаем влево-вверх, против часовой стрелки. Необходимо выполнить движение 3 раза одной рукой, затем аналогично – второй рукой.
- ✔ Повторить предыдущее упражнение одновременно правой и левой рукой 3 раза.
- ✔ Соединить кисти рук а замок (при этом большие пальцы должны быть перекрещены), «покрутить» большими пальцами в течение 10 секунд, сохраняя позицию «замок».

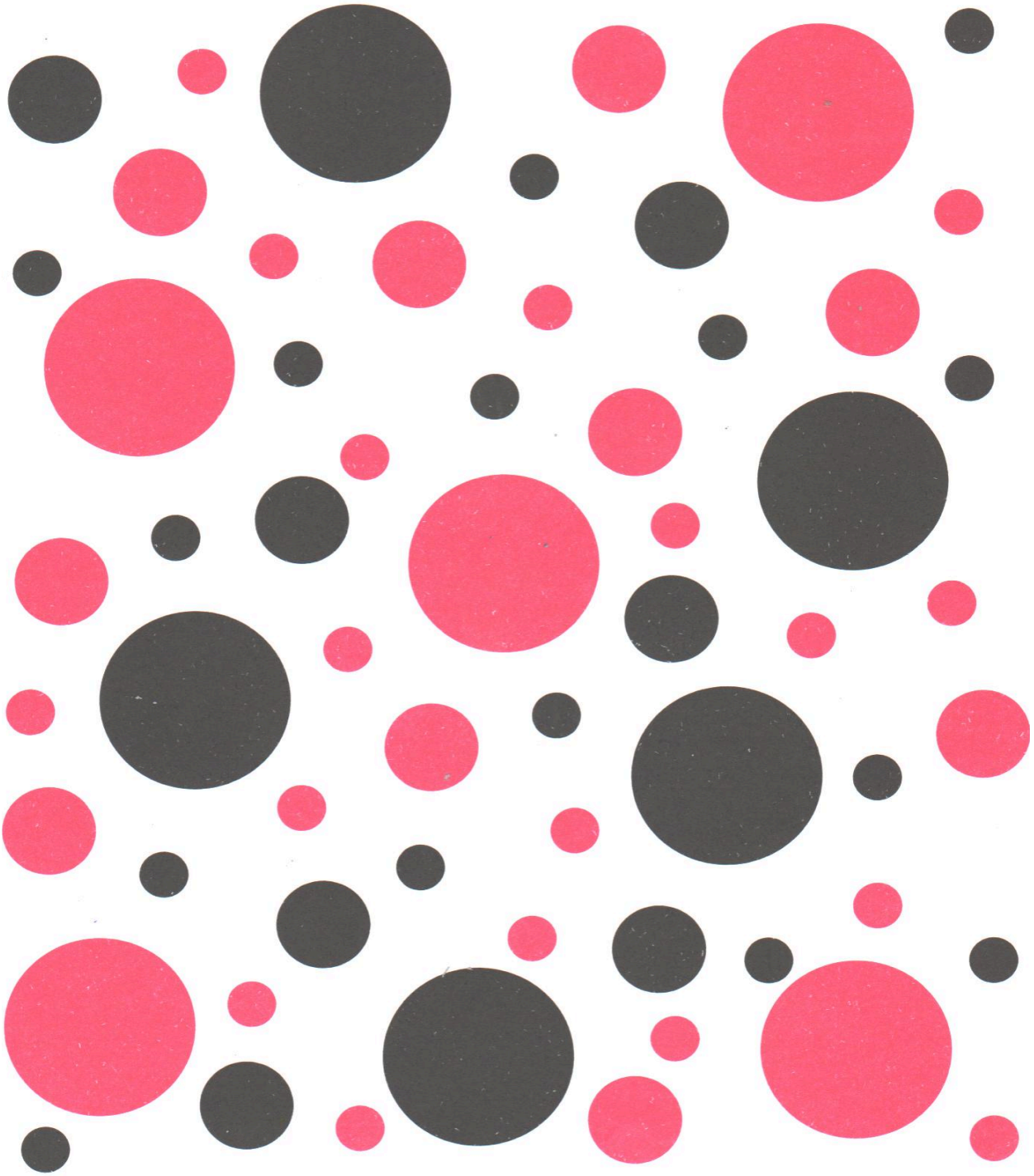
  Оборудование: стакан и десертная ложка.

  Предложите ребенку размешать (например, сахар в чае), чередуя руки во время игры. Сначала размешать правой рукой, затем – левой. Если ребенка возникнут трудности, необходимо помочь ему, задав нужное направление движения.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

✔ Вычеркнуть левой рукой все розовые круги, затем правой – все черные. Детям старше пяти лет это задание можно предложить выполнять на скорость.



ОДИННАДЦАТЫЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Соединить тыльной стороной большие пальцы правой и левой руки. Быстро-быстро пошевелить остальными пальцами обеих рук, сохраняя большие пальцы прижатыми друг к другу.
- ✔ Вытянуть вперед указательные и средние пальцы на обеих руках, остальные пальцы должны быть прижаты к ладоням. Синхронно правой и левой рукой выполнить движение «режем ножницами» в течение 10 секунд.
- ✔ Вытянуть вперед мизинцы на обеих руках, остальные пальцы собрать в кулак. Синхронно покачивать мизинцами вверх-вниз в течение 10 секунд.

Оборудование: блюдце, полстакана гороха либо маленьких пластиковых шариков.

Насыпьте горох в блюдце. Предложите ребенку брать горошины большим и указательным пальцами по одной (при необходимости и средним пальцем) и, удерживая их в руке, набрать целую горсть. Сначала правой рукой, затем левой и одновременно двумя руками.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Необходимо найти все слова «КИТ» и обвести их в рамку:

КИТ



ДВЕНАДЦАТЫЙ КОМПЛЕКС

МАНУАЛЬНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Растереть кисти рук между собой в течение 30 секунд.
- ✔ Кисти обеих рук необходимо положить на колени ладонями вниз и одновременно перевернуть их на тыльную сторону, затем обратно. Выполнять упражнение 30 секунд.
- ✔ Далее – раскрыть ладонь левой руки, подушечками пальцев правой руки постукивать по всей поверхности ладони в течение 30 секунд.
  Выполнить аналогичные движения на второй руке.
  Оборудование: две глубокие чашки, позволяющие ребенку полностью погрузить в них кисти рук, 5-8 мелких игрушек, бумажные полотенца.
  Одну чашку (с теплой водой) необходимо расположить справа от ребенка и положить в нее игрушки. Другую чашку – с левой стороны, налить в нее прохладную воду и положить 3-4 кубика льда.
  Предложите ребенку переложить игрушки из чашки с теплой водой в чашку с прохладной водой. Игрушки нужно брать по одной: сначала правой рукой, полностью погружая кисть в теплую воду, затем – в прохладную.
  Игру необходимо повторить для левой руки, переложив игрушки обратно из чашки с прохладной водой в теплую.

ПСИХОМОТОРНЫЙ БЛОК

Предложите ребенку:

- ✔ Показать и назвать все числа от 1 до 10 красного цвета, затем от 10 до 1 черного цвета.
  Детям с 6 лет можно предложить выполнить задание на скорость.

От 1 до 10

3	4	6	1	6
7	3	7	5	9
2	8	10	8	5
9	1	2	4	10
10	4	2	8	2
6	7	9	5	5
8	9	10	3	1

От 10 до 1

7	4	1	6	3

От 1 до 10

2	10	6	1	1
3	9	8	6	7
10	5	7	5	4
3	4	4	9	8

От 10 до 1

3	4	6	1	6
7	3	7	5	9
2	8	10	8	5
9	1	2	4	10

«Учимся, играя!»










BEST DINO
RIDER


JUST CHILLIN'