

Министерство образования и молодежной политики  
Свердловской области

Уральский федеральный университет  
имени первого Президента России Б.Н. Ельцина.

Государственное бюджетное учреждение Свердловской области  
«Центр психолого-педагогической, медицинской  
и социальной помощи «Ресурс»

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЕДАГОГАМИ  
НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИХ  
И НЕЙРОКИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ,  
СПОСОБСТВУЮЩИХ УСПЕШНОСТИ РЕШЕНИЯ  
УЧЕБНЫХ ЗАДАЧ УЧАЩИМИСЯ С НАРУШЕНИЯМИ  
ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА**

**Методическое пособие**

Екатеринбург, 2019

УДК 376  
ББК 74.3  
И88

**И88 Использование педагогами нейропсихологических и нейрокинезиологических упражнений, способствующих успешности решения учебных задач учащимися с нарушениями опорно-двигательного аппарата.** Методич. пособие / Сыманюк Э.Э., Печеркина А.А., Ицкович М.М., Токарская Л.В. Екатеринбург: Издательский Дом "Ажур", 2019. 160 с.

ISBN 978-5-91256-465-9

В методическом пособии рассмотрены вопросы проведения уроков у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата с позиций повышения обучаемости. Показаны специфические проблемы в обучении, порождаемые психофизиологическими особенностями и влияющие на формирование когнитивных умений, необходимых для успешного обучения. В пособии представлены нейропсихологические и кинезиологические упражнения, которые позволяют учителю активизировать когнитивные механизмы, необходимые для успешного решения учебных задач. Представлена технологическая карта урока, в которой реализован данный подход.

Методическое пособие «Использование педагогами нейропсихологических и нейрокинезиологических упражнений, способствующих успешности решения учебных задач учащимися с нарушениями опорно-двигательного аппарата» разработано по заказу Государственного бюджетного учреждения Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ресурс».

УДК 376  
ББК 74.3

ISBN 978-5-91256-465-9

© Сыманюк Э.Э., 2019.  
© Печеркина А.А., 2019.  
© Ицкович М.М., 2019.  
© Токарская Л.В., 2019.

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	4
Глава 1. Нейропсихологические и кинезиологические упражнения. Зачем они? .....	13
Глава 2. Где найти время? Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения умственной деятельности.....	28
Глава 3. Формирование обученности детей с НОДА в процессе проведения урока с позиций универсальных учебных действий.....	32
Глава 4. Алгоритм построения урока у детей с НОДА через ориентацию на его конечный результат .....	43
Заключение.....	85
Библиографический список рекомендованной литературы .....	86
Приложение № 1. Комплекс упражнений, направленных на повышение нейродинамических показателей психической деятельности .....	92
Приложение № 2. «Гимнастика мозга» в образовательной кинезиологии. Базовый алгоритм использования программы.....	132
Приложение № 3. Таксономия мыслительных умений Блума (глаголы действия).....	156

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Это пособие предназначено, прежде всего, для педагогов и, преимущественно, для педагогов специального образования. Однако в разрезе инклюзивного образования оно будет полезно педагогам массовых школ, когда они сталкиваются с различными учебными дефицитами в процессе обучения детей с особыми образовательными потребностями.

Главная задача пособия – помочь педагогам в эффективности обучения ими детей с особыми образовательными потребностями. В нашем случае эти потребности проистекают из особенностей работы головного мозга в следствие неврологических нарушений при детском церебральном параличе (и других заболеваний опорно-двигательного аппарата, далее – НОДА).

Перечислим особенности и сложности, которые возникают перед учителем, обучающим в начальной школе ребенка с особыми образовательными потребностями. Начнем с особенностей, общих для всех детей, и завершим их особенностями, специфическими для детей с НОДА.

Общие сложности связаны с тем, что школа вообще и, в особенности, начальная школа связаны для ребенка с формированием нового вида ведущей деятельности (учебной), а также с обретением первой социально значимой роли – статуса ученика, со своим кругом прав и обязанностей перед обществом [1].

Н. С. Лейтес определил, что успешному включению в учебно-познавательную деятельность благоприятствуют такие характерные особенности детей младшего школьного возраста, как «доверчивое подчинение авторитету педагога, повышенная восприимчивость для точного копирования в своем поведении

---

1 Терехова Н. В. Дидактика начального образования: учебное пособие / ; Тюм. гос. ун-т. – Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2013.

(зеркальные нейроны в действии, прим. автора), внимательность, наивно-игровое и открытое отношение к реалиям и требованиям школьной жизни» [2].

Не менее важны и причины неуспеваемости.

### **Причины неуспеваемости (по Н.В. Тереховой)**

<b>Педагогические причины</b>	недостатки преподавания отдельных предметов; пробелы в знаниях за предыдущие годы; неправильный перевод в следующий класс.
<b>Социально-бытовые причины</b>	неблагополучные условия жизни; недостойное поведение родителей; низкая материальная обеспеченность семьи; отсутствие домашнего режима; бездзорность ребенка.
<b>Физиологические причины</b>	болезни; общая слабость здоровья; нарушения двигательных функций центральной нервной системы; болезни нервной системы.
<b>Психологические причины</b>	особенности развития внимания, памяти; медленность понимания; недостаточный уровень развития речи; информированность познавательных интересов; узость кругозора.

---

2 Лейтес Н.С., Возрастная одаренность индивидуальные различия. – М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997 -448с.

И если у обычных детей причины неуспеваемости, в основном, заключаются в социально-бытовых и, иногда, в педагогических причинах, то в случае детей с НОДА ситуация принципиально другая. Неуспеваемость провоцируют физиологические причины (нарушения двигательных функций центральной нервной системы вследствие органических поражений нервной системы) и, как следствие, психологические причины (особенности развития внимания, памяти, медленность понимания, недостаточный уровень развития речи, информированность познавательных интересов, узость кругозора).

И в таком случае у педагога встает проблема педагогических причин неуспеваемости, поскольку педагог допускает недостатки в преподавании предметов из-за того, что не знает того, как добиться функционирования мозга учащихся на уровне достаточном для того, чтобы успешно справляться с учебными задачами?

Ссылки на дифференцированный подход и разноуровневость учебных задач для учащихся ситуацию не спасают. Не спасают, поскольку при фронтальной подаче материала на уроке темп деятельности мозга должен быть таким, чтобы ребенок за отведенное время произвел необходимые умственные действия и усвоил алгоритм решения учебных задач.

Прямо скажем, что вообще нет уверенности, что мозг ребенка с НОДА сформировал все элементарные когнитивные функции и потому может правильно воспринимать и обрабатывать учебную информацию. Хотя за последнее вроде бы ручается ПМПК (шутка).

Как отмечает И.И. Мамайчук, «кроме клинико-психологических и нейропсихологических особенностей развития гностических процессов у детей с ДЦП не менее важное значение име-

ет психолого-педагогическая оценка их деятельности и учет ее в процессе психокоррекционных воздействий».

**Таблица 1**

**Психологические параметры задержки психического развития детей с церебральным параличом и направления психокоррекции [3]**

Клинико-психологические проявления	Нейропсихологические особенности	Задачи психологической коррекции
<b>ДЦП – Спастическая диплегия</b>		
Относительная сформированность психических процессов, замедленный темп их формирования (легкая форма ЗПР). Частичное (парциальное) недоразвитие отдельных психических функций, как правило, зрительно–пространственных) (средняя форма). Недоразвитие психических процессов и функций, что приводит к	Нарушение динамики умственной работоспособности. Снижение объема внимания и памяти. Недоразвитие зрительно–пространственного гнозиса и праксиса. Дефицитарность в развитии отдельных свойств внимания, памяти, праксиса, гнозиса. Выраженное нарушение умственной работоспособности. Недоразвитие устойчивости, распределения и	<b>Развитие свойств внимания:</b> переключаемость, распределение, устойчивость. <b>Развитие объема памяти.</b> <b>Развитие зрительно–пространственного гнозиса и праксиса</b> в процессе рисования и конструирования. Развитие внимания и памяти по модально–специфическому типу. Развитие памяти, внимания. <b>Формирова-</b>

3 Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2001. – 220 с.

<p>выраженному нарушению интеллектуальной продуктивности.</p>	<p>переключаемости внимания. Снижение объема внимания во всех модальностях. Недоразвитие ориентировочной основы деятельности и зрительно-пространственного анализа и синтеза.</p>	<p><b>ние ориентировочной основы деятельности</b> в процессе занятий по конструированию, рисованию.</p>
<p><b>ДЦП, левосторонний гемипарез (правополушарный дефект)</b></p>		
<p>Недоразвитие психических процессов и функций, что отражается на интеллектуальной продуктивности. Замедленный темп в развитии зрительно-пространственных функций.</p>	<p>Выраженное недоразвитие перцептивных обобщений, зрительно-пространственного анализа и синтеза при нарушении ориентировочной основы деятельности. Неустойчивость внимания, недоразвитие зрительно-моторной памяти при относительной сохранности слухоречевой памяти.</p>	<p>Развитие перцептивных обобщений с использованием различных форм. Узнавание незаконченных фигур, матриц Равена, тестов Айзенка, фигур, наложенных друг на друга. <b>Формирование зрительно-моторной памяти</b> с помощью специальных упражнений. <b>Обучение распределению и устойчивости внимания</b> с использованием поэтапного формирования умственных действий.</p>



<b>ДЦП, правосторонний гемипарез (левополушарный дефект)</b>		
Относительная сформированность психических процессов, по замедленный темп их формирования, особенно вербальных функций. Недоразвитие словарного запаса, уровня словесных обобщений, суждений	Нарушение слухоречевой памяти при сохранности зрительно-пространственной. Недоразвитие слухового внимания и слухового гнозиса.	<b>Развитие слухового гнозиса.</b> <b>Развитие фонематического анализа</b> и словарного запаса. Формирование памяти в слухоречевой модальности.
<b>ДЦП гиперкинетическая форма</b>		
Относительная сохранность в развитии высших психических функций. Сформированность психических процессов. Недоразвитие экспрессивной речи	Снижение объема слухоречевой памяти в связи с нарушениями речи. Снижение темпа умственной работоспособности.	Формирование двигательных функций. <b>Развитие слухоречевой памяти.</b> <b>Развитие темповых характеристик внимания и памяти.</b>

В зависимости от особенностей развития познавательных процессов условно можно выделить три основные группы детей:

1. Дети с нормальным уровнем развития мыслительных операций, но сниженной познавательной активностью.

2. Дети с неравномерным проявлением познавательной активности и продуктивности выполнения заданий.

3. Сочетание низкого уровня продуктивности и отсутствие познавательной активности [там же].

В связи с этим для удобства анализа нарушения познавательной деятельности целесообразно выделить три основных блока психокоррекционного процесса: мотивационный, регуляторный и блок самоконтроля контроля [Бурменская, Карабанова, Лидере, 1990].

**Таблица 2**

**Психокоррекция мотивационного, регуляторного блоков и блок самоконтроля контроля**

Наименование блока	Содержание блока	Психокоррекционные задачи
<b>Задержанное развитие у детей с двигательными нарушениями, обусловленными социально-педагогической запущенностью</b>		
Мотивационный	Неумение ребенка выделить, осознать и принять цели действия	Формирование познавательных мотивов: создать проблемные учебные ситуации; <b>стимулировать активность ребенка на занятии</b> ; обратить внимание на тип семейного воспитания. <i>Приемы:</i> Создание игровых учебных ситуаций; дидактические и развивающие игры
<b>Все формы ДЦП в сочетании с задержкой психического развития</b>		
Регуляторный	Неумение планировать свою деятельность во времени и по содержанию	Обучить ребенка <b>планировать свою деятельность во времени</b> . Предварительно организовать ориентировки в заданиях. Предварительно проанализировать с ребен-

		ком используемые способы деятельности. Приемы: Обучение детей продуктивным видам деятельности (конструированию, рисованию, лепке, моделированию)
<b>Дети с ДЦП с задержкой психического развития</b>		
Блок контроля	Неумение ребенка контролировать свои действия и вносить необходимые коррективы по ходу их выполнения	Обучить контролю по результатам. Обучить контролю по способу деятельности. Обучить контролю в процессе деятельности <i>Приемы:</i> Дидактические игры и <b>упражнения на внимание, память, наблюдательность;</b> обучение конструированию и рисованию по моделям

Содержание этого пособия и отвечает на вопрос:

**Какие приемы существуют для того, чтобы учитель на уроке мог поддерживать у учащихся с НОДА необходимый для обучения уровень продуктивности мозга?**

Если отвечать кратко, то ответ звучит следующим образом: педагог должен иметь время и возможность:

- 1) натренировать у ребенка необходимые когнитивные навыки;
- 2) поддерживать необходимый темп умственной деятельности.

Как этого добиться?

Прямой ответ состоит в том, что прямо во время урока необходимо формировать (тренировать) у ребенка с НОДА нужные когнитивные навыки (умственные действия) и поддерживать нужный темп его умственной деятельности.

Каким способом тренировать? Нейропсихологически и кинезиологически.

Где найти на это время? Ведь задачи урока должны быть выполнены в срок. Ответы приведены в последующих главах.

## **Глава 1. НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ. ЗАЧЕМ ОНИ?**

Все просто. Это те нейропсихологические упражнения для головного мозга, которые позволяют сформировать:

- устойчивость и концентрацию внимания (на учебной задаче);
- продуктивность мыслительной деятельности;
- умение совершать нужные для решения учебной задачи мыслительные операции (анализ, синтез, выделение общего признака, исключение лишнего, выполнение задачи по алгоритму или образцу, перенесение способа решать задачи на другой материал и т.д.).

Исходя из приведённой ранее табл. 1, мы можем сформулировать список тех когнитивных умений, которые необходимо развивать ребенку с НОДА, для того, чтобы он смог успешно осваивать учебный материал. Приведем их:

1. Развитие свойств внимания: (переключаемость, распределение, устойчивость). Развитие внимания и памяти по модально-специфическому типу. Обучение распределению и устойчивости внимания.
2. Развитие объема памяти. Развитие слухоречевой памяти.
3. Развитие зрительно-пространственного гнозиса и праксиса.
4. Формирование ориентировочной основы деятельности.
5. Развитие перцептивных обобщений с использованием различных форм. Формирование зрительно-моторной памяти.
6. Развитие слухового гнозиса.
7. Развитие фонематического анализа.

8. Развитие темповых характеристик внимания и памяти.

Приведем кратко описание нейропсихологических упражнений для детей С НОДА, которые способствуют их развитию (развернутый список упражнений смотри в Приложении № 1)

<b>Когнитивные умения</b>	<b>Нейропсихологические упражнения</b>
<p>Развитие свойств внимания: (переключаемость, распределение, устойчивость). Развитие внимания и памяти по модально–специфическому типу. Обучение распределению и устойчивости внимания</p>	<p>Упражнения, направленные на повышение нейродинамических показателей психической деятельности и развитие межполушарного взаимодействия Упражнения, направленные на энергетизацию и развитие слухо-моторной координации для начального, среднего и старшего звена. Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для среднего и старшего звена</p>
<p>Развитие объема памяти. Развитие слухоречевой памяти</p>	<p>Упражнения на развитие слухомоторной координации (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга) для среднего и старшего звена. Развитие конвекситальных и базальных отделов височной области – акустико-мнестические мозговые механизмы. Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия для среднего и старшего звена. Упражнения, направленные на разви-</p>

	<p>тие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения на развитие слухомоторной координации, фонематического анализа и синтеза для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения на развитие слухомоторной координации (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга).</p> <p>Упражнения, направленные на повышение нейродинамических показателей психической деятельности и развитие межполушарного взаимодействия.</p> <p>Упражнения для тренировки двигательной памяти</p>
<p>Развитие зрительно-пространственного гнозиса и праксиса</p>	<p>Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для начального звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для начального звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие кинестетического праксиса для начального звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие кинестетического и пространственного праксиса (нарушение схемы тела – теменная доля правого полушария; на-</p>

	<p>рушение зрительно-пространственной организации движений – теменные доли левого и правого полушария; нарушение произвольной регуляции движений – лобные доли левого и правого полушария).</p> <p>Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения на развитие стереогноза для среднего и старшего звена</p> <p>Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие динамического праксиса для старшего звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие динамического праксиса для среднего звена.</p> <p>Упражнения тренировки двигательной памяти</p>
<p>Формирование ориентировочной основы деятельности</p>	<p>Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для начального звена.</p>



	<p>Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для среднего и старшего звена</p>
<p>Развитие перцептивных обобщений с использованием различных форм.</p> <p>Формирование зрительно-моторной памяти</p>	<p>Упражнения, направленные на развитие кинестетического и пространственного праксиса (нарушение схемы тела – теменная доля правого полушария; нарушение зрительно-пространственной организации движений – теменные доли левого и правого полушария; нарушение произвольной регуляции движений – лобные доли левого и правого полушария).</p> <p>Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия для среднего и старшего звена.</p> <p>Упражнения, направленные на развитие кинестетического праксиса для среднего и старшего звена</p> <p>Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия,</p>

	<p>зрительно-моторную и пространственную координацию для среднего и старшего звена</p> <p>Упражнения тренировки двигательной памяти</p>
Развитие слухового гнозиса	<p>Упражнения, направленные на энергетизацию и развитие слухо-моторной координации для начального, среднего и старшего звена</p> <p>Упражнения на развитие слухомоторной координации (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга) для среднего и старшего звена</p> <p>Развитие конвекситальных и базальных отделов височной области – акустико-мнестические мозговые механизмы.</p> <p>Упражнения на развитие слухомоторной координации, фонематического анализа и синтеза для среднего и старшего звена</p> <p>Упражнения на развитие слухомоторной координации (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга)</p>
Развитие фонематического анализа	<p>Упражнения на развитие фонематического анализа и синтеза (левое полушарие височная доля – зона Вернике, левое полушарие лобная доля – зона Брокка, левое полушарие теменная доля)</p> <p>Упражнения на развитие фонематических процессов, анализа и синтеза звуковой стороны речи.</p>

	<p>Упражнения на развитие фонематического анализа и синтеза (левое полушарие височная доля – зона Вернике, левое полушарие лобная доля – зона Брокка, левое полушарие теменная доля)</p>
<p>Развитие темповых характеристик внимания и памяти</p>	<p>Упражнения для развития динамического и артикуляционного праксиса, межполушарного взаимодействия</p> <p>Динамические упражнения с функциональными нагрузками для развития праксиса в движениях, выполняемых последовательно.</p> <p>Динамические упражнения с функциональными нагрузками для развития праксиса в движениях, выполняемых одновременно.</p> <p>Упражнения, направленные на повышение нейродинамических показателей психической деятельности и развитие межполушарного взаимодействия.</p> <p>Упражнения для тренировки двигательной памяти.</p> <p>Кинезиологические упражнения «Растяжки» и «Глубинные состояния» (см. ПРИЛОЖЕНИЕ 2)</p>

Приведем этот список полностью. Содержательную часть этих упражнений смотри в ПРИЛОЖЕНИИ 1.

- Упражнения, направленные на повышение нейродинамических показателей психической деятельности (начальное и среднее звено).

- Упражнения, направленные на энергетизацию и развитие слухо-моторной координации для начального, среднего и старшего звена.
- Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для начального звена.
- Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для начального звена.
- Упражнения, направленные на развитие кинестетического праксиса для начального звена.
- Упражнения на развитие слухомоторной координации (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга) для среднего и старшего звена.
- Упражнения на развитие фонематического анализа и синтеза (левое полушарие височная доля – зона Вернике, левое полушарие лобная доля – зона Брокка, левое полушарие теменная доля).
- Упражнения, направленные на развитие кинестетического и пространственного праксиса (нарушение схемы тела – теменная доля правого полушария; нарушение зрительно-пространственной организации движений – теменные доли левого и правого полушария; нарушение произвольной регуляции движений – лобные доли левого и правого полушария).
- Развитие конвекситальных и базальных отделов височной области – акустико-мнестические мозговые механизмы.
- Упражнения на развитие фонематических процессов, анализа и синтеза звуковой стороны речи.

- Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия для среднего и старшего звена.
- Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для среднего и старшего звена.
- Упражнения на развитие стереогноза для среднего и старшего звена.
- Упражнения для развития динамического и артикуляционного праксиса, межполушарного взаимодействия.
- Динамические упражнения с функциональными нагрузками для развития праксиса в движениях, выполняемых последовательно.
- Динамические упражнения с функциональными нагрузками для развития праксиса в движениях, выполняемых одновременно.
- Статические упражнения с функциональными нагрузками для развития артикуляторного праксиса.
- Упражнения, направленные на развитие кинестетического праксиса для среднего и старшего звена.
- Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для среднего и старшего звена.
- Упражнения, направленные на развитие динамического праксиса для старшего звена.
- Упражнения, направленные на развитие динамического праксиса для среднего звена.
- Упражнения на развитие слухо-моторной координации, фонематического анализа и синтеза для среднего и старшего звена.

- Упражнения на развитие слухо-моторной координации (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга).
- Упражнения на развитие фонематического анализа и синтеза (левое полушарие височная доля – зона Вернике, левое полушарие лобная доля – зона Брокка, левое полушарие теменная доля).
- Упражнения, направленные на повышение нейродинамических показателей психической деятельности и развитие межполушарного взаимодействия.
- Упражнения тренировки двигательной памяти.

### **Кинезиологические упражнения.**

Они разбиваются на четыре базовые категории.

1. «Осевые движения» (пересекающие средние линии тела): улучшение процесса обработки информации, активизация мыслительных функций;
2. «Энергетические упражнения»: высвобождение энергетических ресурсов, стабилизация эмоционального состояния;
3. «Растяжки»: активизация процесса внимания, улучшение его свойств;
4. «Глубинные состояния»: работа с мнемоническими процессами, улучшение сенсорной памяти.

Кинезиологические упражнения приведены в ПРИЛОЖЕНИИ 2

Однако кинезиологические упражнения могут быть полезны и применительно к учебным навыкам. В этом качестве они могут применяться непосредственно перед определенным учебным заданием, для активизации необходимых когнитивных умений.

Таблица 3

Блоки упражнений образовательной кинезиологии<sup>4</sup>

№	Навыки	Содержание навыков	Кинезиологические упражнения <sup>5</sup> (смотри ПРИЛОЖЕНИЕ )
<b>Навыки чтения</b>			
1.	<b>Пересечение средней зрительной линии</b>	Движение глаз по горизонтали без вовлечения воспринимающего участка мозга	Кнопки Мозга. Перекрестный шаг. Ленивые 8-ки. Бабочка на потолке. Прослеживание глазами за горизонтальной линией.
2.	<b>Пересечение средней слуховой линии</b>	Активное слушание, включающее внутреннюю и внешнюю обратную связь	Думающий колпак. Слон. Крюки// Слон, Кнопки Земли, Кнопки Космоса
3.	<b>Понимающее чтение</b>	Сосредоточенное чтение, требующее восприятия и переработки языковой информации	Помпа. Сгибание стопы. Гравитационное скольжение. Заземлитель// Слон, Сова, Перекрестный шаг, Кнопки Мозга, вода

4 По материалам вебинара ««Гимнастика мозга» в образовательной кинезиологии. Базовый алгоритм использования программы» Н.Е. Афанасьевой, проведенном в Институте практической психологии «Иматон» в 2017 году.

5 Гимнастика мозга / Brain Gym Перевод книги "Brain Gym: Teacher's Edition." Paul E Dennison and Gail E.Dennison. 2010.

4.	<b>Устное чтение</b>	Эмоциональное выразительное чтение	Вращение шеи. Энергетическая зевота. Перекрестный шаг.
5.	<b>Быстрое чтение</b>	Способность быстро просматривать и бегло читать	Все Ленивые 8-ки. Перекрестный шаг. Мысль о "X". Сова. Активация руки. Сгибание стопы. Гравитационное скольжение. Икроножная помпа. Заземлитель
<b>Навыки правописания</b>			
6.	<b>Правописание, орфография</b>	Способность одновременно вызвать визуальную память и строить слуховые образы – единообразие передачи слов и грамматических форм речи на письме)	Слон. Думающий колпак. Сова.
<b>Навыки письма</b>			
7.	<b>Навыки письма и решения задач по математике</b>	Письмо, курсивное письмо, рисование в левом, правом, нижнем и верхнем полях <b>координация "рука-глаза"</b>	Ленивые 8-ки. Алфавит. 8-ми Активизация руки. Двойные рисунки.
8.	<b>Математика</b>	Способность работать с многомерными и многонаправленными	Слон. Сова. Помпа.



		системами	Вращение шеи. Гравитационное скольжение. Двойные рисунки.
<b>Навыки сочинения</b>			
<b>9.</b>	<b>Творческое сочинение</b>	Способность интегрировать опыт, хранящийся в задних отделах мозга, в язык	Помпа. Сгибание стопы. Упражнения на координацию "рука-глаза"—любые. Энергетическая зевота
<b>Навыки мышления и самоорганизации</b>			
<b>10.</b>	<b>Творческое мышление</b>	Способность интегрировать знания и мысли других людей в свой собственный опыт	Мысль о "X" Перекрестный шаг Растягивающее упражнение—любое Энергетизатор Рокер Двойные рисунки
<b>11.</b>	<b>Мыслительная деятельность</b>	Активная, требующая сосредоточенного внимания, терпения деятельность. Система мыслительных действий, направленная на решение какой-либо проблемы	Кнопки Земли Кнопки Космоса Кнопки Баланса
<b>12.</b>	<b>Навыки организации</b>	Плавное движение глаз по вертикали и горизонтали	Кнопки Земли Кнопки Космоса Кнопки баланса Думающий колпак

			Перекрестный шаг Слон Крюки
13.	<b>Навыки самостоятельного учения</b>	Интеграция внутренней речи, образов, относящихся к мышлению	Перекрестный шаг Кнопки баланса Позитивные точки Вращения шеи Сова Слон
14.	<b>Концентрация внимания</b>	Степень или интенсивность сосредоточения	Перекрестный шаг Энергизатор Рокер
15.	<b>Понимание вопросов</b>	Точная расшифровка сообщения путем присвоения ему правильного значения	Перекрестный шаг Думательный колпак Слон Крюки
16.	<b>Навыки самосознания. Образ "Я"</b>	Способность сохранять самонаправленность в любых ситуациях. Позитивный настрой.	Позитивные точки Крюки Кнопки баланса
<b>Навыки координации осознанного движения</b>			
17.	<b>Координация целостного движения тела для спорта и игры</b>	Связь мозга и тела в принятии решений относительно движения	Мысль о "X" Перекрестный шаг Кнопки баланса Рокер Кнопки Космоса Энергетизатор //Крюки, вращение шеи, Кнопки Мозга, энергетическая зевота

Итак, в описываемой главе мы видим упражнения, способные обеспечить практически все умственные действия, которые необходимо выполнить учащемуся с НОДА на уроке. Вопрос: Но где найти на это время?

## **Глава 2. ГДЕ НАЙТИ ВРЕМЯ? АНАЛИЗ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКА С ПОЗИЦИЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ УМСТВЕННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Итак, нам, педагогам, нужно найти время. Посмотрим, какие резервы времени у нас есть? Это здоровьесберегающие технологии. Каковы они и какую пользу они могут принести нашим задачам? Рассмотрим требования к уроку с позиций здоровьесбережения.

С позиций здоровьесбережения в уроке рассматриваются следующие показатели:

1. Итоговая плотность урока, которая должна составлять не менее 60% времени занятого учебной работой.

2. Количество отвлечений учащихся от учебной работы (двигательных и пассивных), что свидетельствует об утомлении головного мозга под воздействием учебной нагрузки. И если у здоровых детей утомление наступает в норме не ранее чем за 5–10 минут до окончания урока, у детей с НОДА оно может наступить уже через 10 минут после начала урока. Именно поэтому в пособии такое внимание уделяется нейропсихологическим и кинезиологическим упражнениям активизации нервной системы у учащихся. Логически понятно, плотность урока и его темп будут значительно потеряны.

3. Темп и особенности окончания урока. В силу того, что у детей с НОДА когнитивные умения снижены и велика истощаемость (утомляемость) головного мозга, часть урока, направленная на изучение нового материала, значительно затягивается. Это приводит к тому, что следующие этапы урока проходят неконструктивно и демотивирующе. К таким проявлениям относятся:

- неоправданно быстрый темп заключительной части, ее «скомканность»;

- отсутствие времени на вопросы учащихся;
- необходимость торопливой, практически без комментариев, записи домашнего задания [6].

Таким образом, на уроке должны быть:

1. Обязательные физкультурные паузы. Их норма: 1 минута на каждые 15-20 минут образовательного процесса. В этой минуте должны быть 3 упражнения с 3-4 повторениями» [7]. То есть при длительности урока в 40-45 минут должно быть выделено 3 минуты на выполнение 9 упражнений по 3-4 повторения каждого. Многие педагоги не любят их, считая их потерей времени. Однако мы можем превратить их в ресурсные минуты.

Напомним, что число видов учебной деятельности, используемых учителем, велико. Это опрос учащихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач, практические занятия и др. Поскольку для каждого из них необходимо затрачивать определенные умственные усилия, то нужны и техники активизации определенных структур головного мозга.

Поэтому физкультминутки могут быть использованы для:

а) активизации необходимых структур головного мозга методами нейропсихологии (память – для опроса по пройденному материалу прошлого урока, активизация межполушарного взаимодействия – для понимания нового материала, активизация лобных долей – при решении математических задач и написания сочинения);

б) снятия истощения головного мозга и активизация его ресурсов методами образовательной кинезиологии (энергетические упражнения, приемы пересечения срединной линии тела и др.).

---

6 Терехова, Н. В. Дидактика начального образования: учебное пособие / ; Тюм. гос. ун-т. – Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2013.

7 Уткина, С. Н. Практикум по теории обучения / С. Н. Уткина. Екатеринбург: Изд-во Рос. Гос. Проф.-пед. Ун-та, 2011. 61 с.

Целью является подготовка состояния головного мозга учащихся с НОДА к успешному усвоению учебных задач.

2. С позиций нейропсихологии, частота чередования различных видов учебной деятельности должна составлять 7–10 минут, поскольку сосредоточенность внимания обеспечивается достаточным количеством гормона дофамина в лобных долях головного мозга. А его концентрация снижается при монотонии и повышается при эффекте новизны.

3. Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им реально превратиться из «потребителей знаний» в субъектов деятельности по их получению и созиданию. К таким методам относятся:

*методы свободного выбора* (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т.д.);

*активные методы* (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь и др.);

*методы, направленные на самопознание и развитие личностных качеств* (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.

*методы, направленные на активизацию головного мозга и усиления положительных эмоций* (энергетические упражнения и упражнения растяжки в кинезиологии)

4. Обучение любых детей, и, особенно, детей с НОДА всегда ведет к различным претензиям, обидам и негативизму по отношению к учителю. К этому ведут и их органически обусловленный инфантилизм, и желание получить оценку без усилий, и мелкие конфликты из-за нарушений дисциплины, несогласия с отметкой, проявления дискомфортных состояний и т.д.

В этих условиях профилактика «школьных неврозов» с помощью тонизирующих и улучшающих эмоциональное состояние киенезиологических упражнений является крайне необходимой.

### Глава 3. ФОРМИРОВАНИЕ ОБУЧЕННОСТИ ДЕТЕЙ С НОДА В ПРОЦЕССЕ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКА С ПОЗИЦИЙ УНИВЕРСАЛЬНЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Собственно, конечной целью каждого учителя является прочность, глубина, осознанность знаний учащихся, полученных на уроке, качество умений и навыков. Умение применять знания на практике.

Для того, чтобы этого добиться, необходимо умение учащихся анализировать, обобщать, сравнивать, выделять определенные средства для достижения цели. То есть нам нужно добиться у учащихся высокой обучаемости.

«Обучаемость, или способность к учению, представляет собой понятие, характеризующее умственные способности учащихся, т. е. способность достигать в более короткий срок более высокого уровня усвоения. Критериями обучаемости являются: 1) скорость усвоения; 2) гибкость процесса мышления, 3) связь конкретных и отвлеченных компонентов.» [8, с.113-115]

#### *Диагностика обученности*

Показателем эффективности учебного труда является успеваемость школьника по предмету (обученность, т. е. достигнутый уровень знаний, умений, навыков).

#### *Уровни обученности*

Процесс обучения включает в себя несколько шагов приобретения знаний и навыков (по В. П. Беспалько) [9]:

1) уровень обучения – узнавание, или знание-знакомство. Его признаки – умение обучающегося опознать, различить знакомый ему ранее предмет, явление, определенную информацию;

---

8 Пешкова В.Е. ПЕДАГОГИКА. Часть 4. Теория обучения (Дидактика). Учебное пособие. 2010 – 148 с.

9 Беспалько В. П. Программированное обучение. Дидактические основы. — М.: Высшая школа, 1970. — 300 с.



2) уровень обучения – воспроизведение, репродуктивное действие, или знание-копия. Признаки этого уровня – умение пересказать, репродуцировать усвоенную учебную информацию;

3) уровень обучения – применение, продуктивное действие, или знание-умение. Его важнейшие признаки – умение применить полученные знания в практической деятельности;

4) уровень обучения – творчество, творческое действие, или знание-трансформация. Умение перенести полученные ранее знания на решение новых задач, новых проблем. Это уровень творчества.

Критериями успеваемости школьника выступают:

**Таблица**

### **Сформированность критериев успеваемости у детей с НОДА**

Критерии успеваемости	Сформированность у детей с НОДА
объем и долговременность запоминаемой информации;	снижена
связь знаний, умений и навыков по предмету;	снижена
способность применять знания на практике;	
осознанность и логичность изложения информации;	снижена
вложенный в учение личный труд школьника.	

По результатам нашего исследования, на основании вышеприведенных когнитивных и личностных особенностей детей с НОДА типичным уровнем обученности является уровень

«знание – копия» (второй уровень). А, согласно современным требованиям к уроку по ФГОС, нам необходимо добиться уровня обученности на уровне творчества (четвертый уровень).

С этой точки зрения, давайте посмотрим, какие вообще универсальные учебные действия (УУД) должен формировать учитель на уроке?

Для полноты картины приведем кодификатор УУД.

## Кодификатор УУД [10]

Познавательные		Коммуникативные		Регулятивные		Личностные	
Осуществление поиска информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы	П3	Понимание возможности различных позиций других людей, отличных от собственной	К1	Принятие и сохранение учебной задачи	Р1	Осуществление гражданской	Л1
Использование знаково-символических средств, в том числе моделей и схем для решения задач	П2	Ориентировка на позицию партнера в общении и взаимодействии	К2	Планирование своих действий в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации	Р2	идентификации личности	Л2

10 ФГОС. Настольная книга учителя: Учебно-методическое пособие/ В.И. Громова, Т.Ю. Сторожева.– Саратов, 2013. – 120 с.

П3	Учет разных мнений	К3	Учет правила в планировании и контроле способа решения	Р3	(Осознание своей этнической принадлежности и культурной идентичности на основе осознания «Я» как гражданина России)	Л3
П4	Стремление к координации различных позиций в сотрудничестве	К4	Осуществление итогового и пошагового контроля по результату	Р4	Формирование картины мира культуры как порождения трудовой предметной деятельности человека	Л4
П5	Формулирование собственного мнения (позиции)	К5	Адекватное восприятие оценки учителя	Р5	(ознакомление с миром профессий, их социальной значимостью и содержанием)	Л5
Построение речевого высказывания в устной и письменной форме						
Поиск разнообразных способов решения задач						
Структурирование знания						

Осуществление смыслового чтения художественных и познавательных текстов	П6	Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности	К6	Различение способа и результата действия	Р6	Развитие «Я-концепции» и самооценки личности	Л6
Выделение существенной информации	П7	Построение понятных для партнера высказываний	К7	Оценка правильности выполнения действия	Р7	(формирование самоидентификации, адекватной позитивной самооценки, самоуважения и самоприятия)	Л7
Анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков	П8	Умение задавать вопросы	К8	Внесение необходимых корректив в действие после его завершения	Р8	Формирование ценностных ориентиров и смыслов учебной деятельности на основе:	Л8

Осуществление синтеза как составления целого из частей	П9	Контроль действий партнера	К9	Выполнение учебных действий в материализованной, громкоречевой и умственной форме	Р9	развития познавательных интересов, учебных мотивов,	Л9
Сравнение	П10	Использование речи для регуляции своего действия	К10			формирования мотивов достижения и социального призна-	Л10
Сериация	П11	Адекватное использование ре- чевых средств для решения различных коммуникативных задач	К11			вания границ собственного знания и «незнания»	Л11
Классификация по заданным критериям	П12	Построение мо- нологического высказывания	К12			Освоение основных моральных норм	Л12

Установление причинно-следственных связей	П13	Владение диалогической формой речи	К13		Выполнение моральных норм	Л13
Построение рассуждения	П14				Решение моральных проблем	Л14
Доказательство	П15				Оценка своих поступков	Л15
Выдвижение гипотез	П16					
Обоснование гипотез	П17					
Формулирование проблемы	П18					
Самостоятельное создание способов решения проблем	П19					

Оставляя в стороне коммуникативные, регулятивные и личностные

УУД, оставим для рассмотрения УУД познавательные и посмотрим, какими упражнениями мы можем их тренировать, подготавливать мозг к выполнению различных задач?

Таблица

## Кинезиологические упражнения для активизации УУД

Познавательные		Кинезиологические упражнения
Осуществление поиска информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы	П1	Перекрестные шаги и прыжки Кнопки мозга Кнопки земли Кнопки баланса Кнопки космоса
Использование знаково-символических средств, в том числе моделей и схем для решения задач	П2	Кнопки земли Кнопки баланса Кнопки космоса
Построение речевого высказывания в устной и письменной форме	П3	Кнопки космоса Сгибание стопы ног Помпа икр ног
Поиск разнообразных способов решения задач	П4	Перекрестные шаги и прыжки Ленивые восьмерки Алфавитные восьмерки



Структурирование знания	П5	Кнопки космоса Помпа икр ног Сова
Осуществление смыслового чтения художественных и познавательных текстов	П6	Перекрестные шаги и прыжки Помпа икр гног Думающий колпак Кнопки земли
Выделение существенной информации	П7	Помпа Сгибание стопы Слон Сова Перекрёстный шаг
Анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков	П8	Кнопки земли Кнопки космоса Кнопки баланса
Осуществление синтеза как составления целого из частей	П9	Мысль о X Прекрестный шаг Двойные рисунки

Сравнение	П10	Прееркестный шаг Думательный колпак Слон
	П11	Помпа Кнопки мозга Прекрестные шаги
Классификация по заданным критериям	П12	Перекрестный шаг Энергетизатор
Установление причинно-следственных связей	П13	Кнопки земли
	П14	Кнопки космоса Кнопки баланса
Доказательство	П15	Перекрестный шаг Энергетизатор
	П16	Думательный колпак
Выдвижение гипотез	П17	Двойные рисунки
	П18	
Обоснование гипотез	П19	Думающий колпак Перекрестные шаги и прыжки Двойной рисунок Алфавитные восьмерки
Формулирование проблемы		
Самостоятельное создание способов решения проблем		

## **Глава 4. АЛГОРИТМ ПОСТРОЕНИЯ УРОКА У ДЕТЕЙ С НОДА ЧЕРЕЗ ОРИЕНТАЦИЮ НА ЕГО КОНЕЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Хочется напомнить, что целью учебного процесса является выработка у учащихся механизма перехода психологических структур из внешнего плана во внутренний план и наоборот, т. е. формирование, отработка и развитие системного свойства сознания в активном отражении объективного мира, в построении этого мира и саморегуляция на этой основе своего поведения и деятельности [11].

Следовательно, усвоение нового материала, его осмысление и связь с остальным внутренним знанием о мире должно приводить к результату его осмысленной трансляции вовне адресату для решения жизненных задач.

На уровне когнитивных умений это требует развитых функций контроля, анализа и синтеза, умения перерабатывать и сохранять информацию в различных модальностях, иметь когнитивные схемы организации информации и навыки ее представления.

Поэтому мы и применяем различные нейропсихологические и кинезиологические приемы в процессе усвоения ребенком учебной информации. Применяем для того, чтобы быть уверенными: он правильно обработал и сохранил информацию за счет правильной работы мозговых структур.

Используем обозначенные выше положения к построению урока по методу «Рыбья кость» (метод конечного результата) применительно к особенностям детей с НОДА:

1. Выявим факторы, положительно и отрицательно влияющие на ход усвоения детьми знаний и на его конечный результат

---

11 Пешкова В.Е. Педагогика. Часть 4. Теория обучения (Дидактика). Курс лекций: (Учебное пособие). – Майкоп: АГУ, 2010. – 148 с.

(правильное предъявление), выявляются и анализируются. У детей с НОДА постоянные отрицательные факторы уже известны: снижение концентрации внимания, истощаемость, снижение аналитико-синтетических функций, слабая долговременная память, сниженное пространственное мышление

2. Затем выявленные факторы классифицируются на сформированные ранее, но повлиявшие именно на этот урок, и на факторы, появившиеся в ходе осуществления урока. К сформированным ранее относятся у детей с НОДА факторы, обусловленные заболеваниями нервной системы и психофизиологическим состоянием (см. пункт 1). А вот факторы, возникающие во время урока у детей с НОДА, контролируемы и зачастую заключаются в правильности выполнения учителем дидактических приемов и компенсации им когнитивных дефицитов учащихся методами нейропсихологии.

3. Определим готовность учащегося полноценно реагировать на педагогическое воздействие. Выявляется способность педагога подготавливать когнитивную сферу учащихся к выполнению требуемых умственных действий (смотри таксономию Блума, ПРИЛОЖЕНИЕ 3)

4. Молекулярный анализ факторов второй группы производится с позиции конечного результата: насколько педагогический прием (воздействие) произвел к нужному учебному навыку и насколько этот навык помогает достижению учащимся конечной цели урока?

### *Основные этапы процесса обучения на уроке*

В процессе обучения выделяют четыре основных этапа:

#### **Первый этап**

*Восприятие* – психический процесс, предполагающий отражение в сознании человека предметов и явлений действитель-

ности в совокупности их различных свойств, частей, связан с пониманием целостности отражаемого.

*Понимание* – мыслительный процесс, направленный на выявление существенных свойств предметов и явлений действительности. Понимание осуществляется путем установления связей между уже известным и неизвестным, явлениями и процессами, путем сознания причин и следствий развития изучаемых объектов.

### **Второй этап**

За восприятием и пониманием следует *осмысление*, в ходе которого обогащается изучаемое (оно становится более полным, глубоким и разносторонним), формируются отношение к изучаемому, уверенность в справедливости определенных выводов, правильности информации, развиваются убежденность и умение отстаивать собственное мнение.

### **Третий этап**

Восприятие и осмысление, которые способствуют формированию понимания и обобщения изученного, требуют *закрепления*, которое организуется, как правило, путем повторного осмысления, неоднократного воспроизведения учебного материала в полном объеме или в его существенно важных частях. Для закрепления требуется заучивание теорий, правил, законов, выполнение письменных и устных упражнений.

### **Четвертый этап**

Заключительный этап обучения – процесс *применения* знаний, умений и навыков на практике. Этот процесс осуществляется в самых разнообразных видах и во многом зависит от содержания учебной дисциплины, специфики темы и мастерства учителя.

*Типология и структура уроков в зависимости от учебных целей*

1. Урок усвоения новых знаний.
2. Урок усвоения навыков и умений.
3. Урок обобщения и систематизации знаний.
4. Урок проверки и коррекции знаний, навыков и умений.
5. Комбинированный урок.
6. Нестандартный (нетрадиционный) урок.

**Урок усвоения новых знаний (структура).**

**Этапы урока**

- Проверка домашнего задания,
- актуализация опорных знаний
- коррекция опорных знаний (работа над ошибками)
- Сообщение темы, цели, задач урока и мотивация учебной деятельности
- Восприятие нового материала
- первичное осознание нового материала,
- осмысление связей и отношений в объектах изучения;
- Обобщение и систематизация знаний,
- применение их в различных ситуациях, приближенных к жизненным условиям;
- Подведение итогов урока и домашнее задание.

**Урок усвоения навыков и умений.**

Наиболее общая структура урока усвоения навыков и умений такова:

- проверка выполнения домашнего задания, актуализация и коррекция опорных знаний и практического опыта учащихся (подготовительные задания);

- сообщение темы, цели и задач урока и мотивация школьников;
- изучение нового материала (вводные упражнения);
- первичное применение приобретенных знаний (пробные упражнения);
- применение учащимися знаний и действий в стандартных условиях с целью усвоения навыков (тренировочные упражнения);
- творческий перенос знаний и навыков в новые или измененные условия с целью формирования умений (творческие упражнения);
- итоги урока и сообщение домашнего задания.

**Урок применения знаний, навыков и умений.** Структура урока зависит, прежде всего, от особенностей формирования у учащихся творческого подхода к решению нестандартных заданий:

- Проверка домашнего задания, воспроизведение и коррекция опорных знаний, навыков и умений, необходимых учащимся для самостоятельного выполнения практического задания.
- Мотивация учебной деятельности школьников (осознание учащимися практической значимости применяемых знаний, навыков и умений), сообщение темы, цели и задач урока. Учитель объясняет, какой характер имеет самостоятельное задание, как подходить к его выполнению, какие результаты должны быть получены. Учащиеся усваивают содержание работы, последовательность выполнения действий, анализируют и обобщают исходные положения, на которых основывается задание.

- Осмысление содержания и последовательности применения практических действий: что в них известно, знакомо, что необходимо решить творчески, по-новому, какие обобщенные способы выполнения действий можно применить в данной ситуации в несколько измененном виде.
- Самостоятельное выполнение учащимися задания под контролем и с помощью учителя.
- Обобщение и систематизация учащимися результатов работы.
- Отчет учащихся о способах и результатах выполненной работы и теоретическая интерпретация полученных результатов.
- Итоги урока и домашнее задание.

**Урок обобщения и систематизации знаний.** Структура урока:

- Сообщение темы, цели, задач урока и мотивация учебной деятельности школьников.
- Воспроизведение и коррекция опорных знаний.
- Повторение и анализ основных фактов, событий, явлений.
- Обобщение и систематизация понятий, усвоение системы знаний и их применение для объяснения новых фактов и для выполнения практических заданий.
- Усвоение ведущих идей и основных теорий на основе широкой систематизации знаний.

**Урок проверки и коррекции знаний, навыков и умений.** Структура урока:

- Мотивация учебной деятельности школьников и сообщение темы, цели и задач урока (показ необходимо-



сти широкого и свободного использования в жизненных ситуациях приобретенных в школе знаний, навыков и умений);

- сообщение о характере заданий на уроке, о последовательности и способах их выполнения и оформления результатов самостоятельной работы;
- Проверка знаний учащимися фактического материала и их умений раскрыть элементарные внешние связи в предметах и явлениях (устная фронтальная беседа; устный индивидуальный опрос);
- Проверка знаний учащимися основных понятий законов и их умений объяснять их сущность, аргументировать свои суждения и приводить примеры (письменная работа – 8-10 минут, индивидуальный опрос);
- Проверка глубины осмысления учащимися знаний и степени их обобщения (письменный опрос, самостоятельное составление или заполнение обобщающих таблиц);
- Применение учащимися знаний в стандартных условиях (письменное решение задач – вычислительных, качественных или познавательных; выполнение самостоятельных практических заданий по готовым данным, сформулированным вопросам и известным способам выполнения действий);
- Применение знаний в измененных (нестандартных) условиях (выполнение комплексных творческих письменных работ, требующих переноса усвоенных знаний и способов выполнения действий в новые условия; выполнение комплексных творческих практических заданий);
- Сбор выполненных заданий, их проверка, анализ и оценка;
- Итоги урока и сообщение домашнего задания.

**Комбинированный урок.** Имеет две или несколько приблизительно одинаковых по своему значению дидактических целей. В отличие от традиционной структуры комбинированного урока, могут применяться различные комбинации структурных элементов известных типов уроков.

**Пример построения технологической карты урока по методу конечного результата с компенсацией когнитивных дефицитов у детей с НОДА**

Возьмем технологическую карту и, на основании анализа, вставим туда нейропсихологические и кинезиологические упражнения, выбранные в зависимости от содержательной части урока и формируемых универсальных учебных действий.

**Технологическая карта урока по обучению грамоте**

*Тип урока: изучение нового [12]*

Тема урока	«Буква Г»
<b>Цель</b>	Формирование умений читать букву Г и сочетания с буквой Г.
<b>Задачи</b>	<p><b>Образовательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Познакомить с чтением буквы Г и ее сочетаниями с другими буквами;</li> <li>– Совершенствовать фонетические умения: характеризовать звуки, проводить слого-раздел, определять ударный слог, а также соотносить при письме звук и букву;</li> <li>– Проводить орфографическую пропедевтику на практической основе: формировать умение находить такие орфограммы, как парные согласные, правописание прописной буквы;</li> </ul>

12 Исходная технологическая карта урока расположена [https://vk.com/doc104517531\\_437475017?hash=06c853b78633724a88&dl=84ce555f045aaa8bff](https://vk.com/doc104517531_437475017?hash=06c853b78633724a88&dl=84ce555f045aaa8bff)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Продолжить формирование навыка плавного, безотрывного, каллиграфического письма.</li> </ul> <p><b><i>Развивающие:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Развивать артикуляционный аппарат;</li> <li>– Развивать психические процессы: произвольное внимание, воображение, мышление (анализ, синтез, сравнение, обобщение);</li> <li>– Развивать речь детей на уровне слова и предложения.</li> </ul> <p><b><i>Воспитательные:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Содействовать воспитанию аккуратности, самостоятельности;</li> <li>– Воспитывать уважение к мнению других, умение слушать друг друга;</li> <li>– Воспитывать активность, усидчивость, прилежание, трудолюбие, любовь к предмету.</li> </ul>
<p><b>Планируемые результаты</b></p>	<p><b><u>Предметные</u></b></p> <p><b><i>Уметь:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Читать букву Г, слоги и слова с новой буквой</li> <li>– Находить место новой буквы на ленте букв</li> <li>– Читать тексты с интонацией конца предложения</li> <li>– Составлять рассказы на заданную тему</li> </ul> <p><b><i>Знать:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Базовые понятия (звук, буква, слог, слово, гласные, согласные, твердый/мягкий, звонкий/согласный)</li> </ul>

### **Формируемые УУД**

#### ***Личностные:***

- формирование положительной мотивационной основы учебной деятельности, включающую социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы
- формирование ориентации на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата

#### ***Познавательные:***

- осуществлять анализ объектов с выделением существенных признаков
- осуществлять синтез как составление целого из частей
- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям
- обобщать, осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда единичных объектов

#### ***Коммуникативные:***

- уметь оформлять свои мысли в устной форме
- формулировать собственное мнение и позицию
- задавать вопросы

#### ***Регулятивные:***

- принимать и сохранять учебную задачу
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей</li> </ul> <p><b><u>Формируемые и активизируемые когнитивные умения</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять фонематический анализ слов с выделением задаваемой фонемы</li> <li>– осуществлять синтез как составление целого из частей</li> <li>– проводить сравнение и классификацию по заданным критериям</li> <li>– обобщать, осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда единичных объектов</li> </ul>
<b>Основные понятия</b>	Буква, звук, согласная буква, согласный звук, твердый/мягкий звук, звонкий/глухой звук
<b>Межпредметные связи</b>	Литературное чтение, русский язык
<b>Оборудование</b>	Учебник «АЗБУКА» 1кл., часть 1, авт.: В.Г. Горецкий, В.А.Кирюшкин, «Школа России» Презентация к уроку, для рефлексии (ель, шары)

Задачи этапа урока	Деятельность учителя Задания для учащихся	Деятельность учеников	Планируемые результаты		Время
			Предметные	УУД	
<b>I. Мотивация к учебной деятельности</b>					
<p>– Мотивировать учащихся к учебной деятельности.</p> <p>– Актуализировать требования к правилам поведения на уроке.</p> <p>– Создать условия для возникновения у учеников внутренней потребности включения в учебную деятельность.</p>	<p>– Добрый день, 1 класс, Мне приятно видеть вас! Давайте подготовимся к учению. <b>Для этого помассируем лоб: Помассируйте легкими нажатиями себе точки лба прямо над глазами (Позитивные точки)</b></p> <p><b>Теперь положите два пальца в углубление позади уха в основание чрепа, вторую руку положите на пупок. Подожмите одну ногу и вдохните. Постарайтесь простоять 30 секунд. Затем по-</b></p>			<p><b>Личностные:</b></p> <p>– формирование положительной мотивационной основы учебной деятельности, включающую социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы</p> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <p>– уметь оформлять свои мысли в устной форме</p>	3,5 мин

	<p><b>меняйте руки и повторите. (Упражнение Кнопки баланса)</b> И тихонечко садитесь.</p> <p>– Перед тем, как начать наш урок, я хотела бы у вас узнать, какие правила поведения на уроке вам известны? (не шуметь, не отвлекаться, отвечать только по поднятой руке и др.). А для чего нужны эти правила?</p> <p>– Молодцы, вы правы! Если вы будете соблюдать эти правила, вы достигните поставленных целей.</p> <p>– Девиз нашего урока: «Знаешь – говори, не зна-</p>	<p>Проговаривают правила поведения на уроке, объясняют, для чего нужно выполнять эти правила.</p> <p>Проговаривают девиз урока.</p>			
--	---	---	--	--	--

	ешь – спроси!» – Сегодня мы будем изучать новую букву. Многие из вас ее уже знают, и будут моими помощниками. Остальные проявите больше <b>внимательности и активности</b> , чтобы узнать.				
<p><b>Анализ необходимости применения нейропсихологических и кинезиологических упражнений:</b></p> <p>Для поддержания мотивации учебной деятельности применено кинезиологическое упражнение для повышения настроения «Позитивные точки»</p> <p>Для повышения самодисциплины и самоконтроля вследствие активизации лобных долей мозга применена мозжечковая стимуляция в виде кинезиологического упражнения «Точки баланса»</p>					
<b>II. Актуализация опорных знаний</b>					
– Повторить изученный материал, необходимый для «открытия нового знания».	– Выявить затруднения в ин-	<b>Работа по ленте букв</b> – Сколько всего букв в русском алфавите? (33) – Все ли буквы вы уже изучили? – Откройте учебник на стр. 117. слайд	Анализируют ленту букв	<b>Знают:</b> – Базовые понятия (звук, буква, слог, слово, гласные, согласные, твердый/мягкий,	<b>Коммуникативные:</b> – уметь оформлять свои мысли в устной форме <b>Познавательные:</b> – осуществлять анализ объектов с выде-



<p>дивидуальной деятельности каждого обучающегося.</p>	<p>– Посмотрите внимательно на ленту изученных букв. Почему она разделена на 2 цвета? (гласные и согласные буквы) – Что обозначают гласные буквы? (гласные звуки) – Каковы признаки гласных звуков? (состоят из голоса, выдыхаемый воздух не встречает преград) – Почему гласные буквы разделены на две строчки? (верхняя указывает на твердость согласных звуков, нижняя – на мягкость) – Что обозначают согласные буквы? (согласные звуки) – Каковы признаки соглас-</p>		<p>звонкий/согласный)</p>	<p>лением существенных признаков – проводить сравнение и классификацию по заданным критериям <b>Регулятивные:</b> – принимать и сохранять учебную задачу</p>	
--	--	--	---------------------------	--	--

	<p>ных звуков? (выдыхаемый воздух при произнесении звука встречается на пути преграду)</p> <p>– Почему согласные буквы разделены на две строчки? (верхняя – буквы звонких согласных звуков, нижняя – глухих)</p> <p>– <b>Сейчас я буду произносить звуки, а вы должны хлопнуть, когда услышите звук р (к,л,н)</b></p> <p>– Сейчас я буду показывать согласные буквы, а вы произносить звуки, которые они обозначают. (р, к, л, н)</p>				
<p><b>Анализ необходимости применения нейропсихологических и кинезиологических упражнений:</b></p> <p>Для развития и активизации конвексительных и базальных отделов височной области – акустико-мнестических мозговых механизмов – мы применим упражнения на развитие фонематических процессов, ана-</p>					

<p>лиза и синтеза звуковой стороны речи .</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Педагог произносит ряд звуков, а ребёнок должен хлопнуть, когда услышит заданный звук.</li> <li>2. Дети определяют количество звуков в заданном слове.</li> <li>3. Детям предлагается придумать слово, состоящее из определённого количества звуков в соответствии с количеством хлопков педагога.</li> <li>4. Детям предлагается вспомнить название животного (фрукта, овоща, транспорта, мебели, одежды), в котором есть звук «а», «о» и т.п.</li> <li>5. «Эхо». Произносить слова, а ребёнок повторяет лишь последний слог.</li> <li>6. Отстукиваем (отхлопываем) слова по количеству слогов.</li> <li>7. Вспомни и назови слова, которые можно отстучать 2 (три, ………) раза, т.е. слова, состоящие из 2-х (трех) слогов.</li> <li>8. Слова наоборот.</li> </ol> <p>Для оптимизации времени урока, мы выбираем первое упражнение</p>				
<p><b>III. Формулирование темы урока, постановка цели</b></p>				
<p>Организовать формулирование темы урока учащимися.</p> <p>Организовать постановку цели урока учащими-</p>	<p>– Сейчас я прочту рассказ, а вы слушайте внимательно, какой звук повторяется чаще всего.</p> <p><i>Гусь гогочет: «Гости, гогочте! Где горшочек с горчином?»</i></p>	<p><b>Знать:</b></p> <p>– Базовые понятия (звук, буква, слог, слово, гласные, согласные, твердый/мягкий,</p>	<p><b>Коммуникативные:</b></p> <p>– формулировать собственное мнение и позицию</p> <p><b>Регулятивные:</b></p> <p>– принимать и сохранять учебную</p>	<p>3 мин</p>

<p>ся.</p>	<p>– А знаете ли вы, что такое георгин? (садовый цветок) слайд          – Какая же звук повторяется чаще всего? [Г]          – Правильно, сегодня мы познакомимся со звуками [Г] и [г] и какой буквой на письме они обозначаются.          – Поставьте для себя цели на урок: что вы хотите узнать? Чему научиться?</p> <p>А теперь зевните и мягко помассируйте точки напряжения на челоcтях.          Возьмитесь большими и указательными пальцами ваших рук за верх ушей.          Мягко тяните и разворачивайте ваши уши назад На-</p>	<p>Формулируют тему с помощью учителя          Самостоятельно формулируют цели</p>	<p>звонкий/согласный)</p>	<p>задачу</p>
------------	--	--	---------------------------	---------------

	чинайте массировать с верхней точки ушей, по краю, заканчивая мочкой.				
<p><b>Анализ необходимости применения нейробиологических и кинезиологических упражнений:</b>  <i>Активизации</i> акустико-мнестических мозговых механизмов не требуется, поскольку это задание развивает предыдущее. Однако, следующим блоком является изучение нового материала и для полноценной мозговой работы требуется активизация энергетических ресурсов головного мозга. Следовательно, мы применяем кинезиологические упражнения энергетизации ( Энергетическая зевота, Думающий колпак)</p>					
<b>IV. Изучение нового материала</b>					
Организовать деятельность учащихся по изучению нового материала	<p><b>1. Работа по схемам.</b>          – Откройте стр. 119. Посмотрите на поля.          – Какое слово «спряталось» в <b>первой схеме?</b> (грибы)          – Сколько в слове слогов? (2) Почему? (2 гласных звука)          – Какой слог является ударным? (второй) Произнесите слово целиком,</p>	Работают по схемам слов	<p><b>Знать:</b>          – Базовые понятия (звук, буква, слог, слово, гласные, согласные, твердые/мягкий, звонкий/согласный)</p>	<p><b>Познавательные:</b>          – осущестлять анализ объектов с выделением существенных признаков          – обобщать, осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда единичных объектов</p>	25 мин

	<p>слегка протягивая и выделяя голосом гласный звук ударного слога.</p> <p>– Прочитайте первый слог. (гри)</p> <p>– Какой звук является примыкающим? [г]</p> <p>– Это гласный или согласный звук? (согласный) Почему? (при произнесении звука выдыхаемый воздух встречает преграду)</p> <p>– Это твердый или мягкий согласный звук? (твердый) Докажите. (синий цвет на схеме)</p> <p>– Это звонкий или глухой звук? (звонкий) Докажите. (положить руку на голосовые связки, произнести, вибрация; состоит из голо-</p>	<p>Дают характеристику звуку [г]</p>		<p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– уметь оформлять свои мысли в устной форме</li> <li>– формулировать собственное мнение и позицию</li> </ul> <p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принимать и сохранять учебную задачу</li> </ul>
--	--	--------------------------------------	--	---

	<p>са)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Дайте полную характеристику звуку [Г]. (звук [Г] – согласный, звонкий, твердый)</li> <li>– Какое слово «спряталось» во <i>второй схеме</i>? (круги)</li> <li>– Сколько в слове слогов? (2) Почему? (2 гласных звука)</li> <li>– Какой слог является ударным? (второй) Произнесите слово целиком, слегка протягивая и выделяя голосом гласный звук ударного слога.</li> <li>– Прочитайте второй слог. (ги)</li> <li>– Из чего он состоит? (из</li> </ul>	<p>Анализируют вторую схему</p>	<p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– осуществлять анализ объектов с выделением существенных признаков</li> <li>– проводить сравнение и классификацию по заданным критериям</li> </ul> <p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане</li> </ul>	
--	---	---------------------------------	--	--

	<p>слияния)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Произнесите первый звук в этом слове. [Г»]</li> <li>– Это гласный или согласный звук? (согласный) Почему? (при произнесении звука выдыхаемый воздух встречает преграду)</li> <li>– Это твердый или мягкий согласный звук? (мягкий) Докажите. (зеленый цвет на схеме)</li> <li>– Это звонкий или глухой звук? (звонкий) Докажите. (положить руку на голосовые связки, произнести, вибрация; состоит из гласного)</li> <li>– Дайте полную характеристику звуку [Г»]. (звук [Г»] – согласный, звонкий,</li> </ul>	<p>Дают характеристику звуку [Г»]</p>	<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Читать букву Г, слог и слова с новой буквой</li> <li>– Находить место новой буквы на ленте букв</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Базовые понятия (звук, буква, слог, слово, гласные, согласные, твердый/мягкий, звонкий/согласный)</li> </ul>	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование положительной мотивационной основы учебной деятельности</li> </ul> <p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обобщать, осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда единичных объектов</li> </ul> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– формулировать собственное мнение и позицию</li> </ul> <p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принимать и сохранять учебную</li> </ul>	
--	---	---------------------------------------	---	---	--



	<p>мягкий)</p> <p>– Звуки [г] и [г'] являются парными по твердости/мягкости.</p> <p><b>2. Упражнения на развитие фонематического слуха</b></p> <p>– Сейчас мы с вами проведём, как хорошо вы можете отличать твердый и мягкий звук г.</p> <p>– Встаньте из-за парт.</p> <p><b>«Тим-Том»</b></p> <p>Сейчас я буду произносить слова. Если в слове вы услышите твердый звук [г], нужно встать, если мягкий – присесть.</p>	<p>Играют в игру «Тим-Том»</p>	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– Читать букву Г, слог и слова с новой буквой</p>	<p>задачу</p> <p><b>Познавательные:</b></p> <p>– осуществлять анализ объектов с выделением существенных признаков</p> <p>– осуществлять синтез как составление целого из частей</p> <p>– проводить сравнение и классификацию по заданным критериям</p> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <p>– уметь оформлять</p>	
--	--	--------------------------------	---	--	--

	<p><i>Гиря, погода, гореть, гис, магия, гонки, Геннадий, сапог.</i></p> <p>– Молодцы, вы справились с заданием!</p> <p><b>3. Знакомство с буквой.</b></p> <p><b>Работа по демонстрационной карте.</b></p> <p>– Кто знает, какой буквой на письме обозначаются звуки [г] и [г']?</p> <p>– Посмотрите на карту. Какие буквы вы видите над чертой? (печатные)</p> <p>– А под чертой? (письменные)</p> <p>– Когда используются печатные, а когда письменные? (печатные – при пе-</p>	<p>Анализируют демонстрационную карту</p>		<p>свои мысли в устной форме</p> <p><b>Регулятивные:</b></p> <p>– планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане</p> <p>– адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей</p>	
--	--	---	--	--	--

	<p>чатании газет, книг, а письменные – в процессе письма)</p> <p>– Когда используются заглавные буквы? (В начале предложения. Имена людей, клички животных, названия городов, рек пишутся с заглавной буквы)</p> <p>– Что вам напоминает печатная буква, на что она похожа?</p> <p>И подобно кочерге, Горбит спину буква Г. <b>слайд</b></p> <p>Г схожа с цапленю по виду И на одной ноге стоит. <b>слайд</b></p>	<p>Работают над образом буквы Г</p>			
--	---	-------------------------------------	--	--	--

	<p>Букву на плечах носил, На лугу траву косил. <b>слайд</b></p> <p>Г – крючок обыкновенный, Но в труде помощник вер- ный. <b>слайд</b></p> <p>– Какие вы молодцы! Хо- рошие фантазеры! Давайте поставим букву Г в ленту букв, найдем ей место. <b>слайд</b></p> <p><b>3. Работа со слогами- слиянными.</b></p> <p>– А теперь мы с вами по- учимся читать слоги с бук- вой Г.</p> <p>– Я буду показывать вам слог, а вы хором произно- сите.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p><b>ГЕ ЕГ</b>  <b>ГА АГ</b>  <b>ГО ОГ</b>  <b>ГЯ ЯГ</b>  <b>ГУ УГ</b>  <b>ГИ ИГ</b>  <b>ГЫ ЫГ</b></p> <p>– А теперь вы побудете в роли учителя. Вы будете показывать в разброс, а остальные будут читать.</p> <p>– Теперь немного поиграем.</p> <p>– Перед вами на дочке домики с необычными крышами. Как вы думаете, что значит цвет их крыш? (зеленая – указывает на мягкий согласный звук, синяя – на твердый)</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>– К доске приглашаются два учащихся. Вам нужно правильно расселить слоги по их домикам и объяснить свой выбор. Что указывает на твердость/мягкость согласного звука? (гласные а, о, у, ы указывают на твердость; е, я, и – на мягкость)</p> <p>– Вы хорошо справились с заданием. Прежде чем начнем читать с изученной буквой Г, давайте немного отдохнем.</p> <p><b>Физминутка</b></p> <p>Смотри описание ниже.</p>	<p>Распределяют слоги с мягким и твердым звуком Г</p>			
<p><b>Анализ необходимости применения нейропсихологических и кинезиологических упражнений:</b>  В данном большом блоке отрабатывается несколько нейропсихологических умений:</p>					

● *Связь звука и артикуляцией и дыханием, совмещенным с графическим букве. Следовательно, мы применяем нейропсихологические упражнения на развитие слухо-моторной координации, фонематического анализа и синтеза для среднего и старшего звена*

● *анализируют графические схемы, демонстрационные карты, то есть работают с графическим представлением учебного материала, следовательно мы применяем нейропсихологические упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для начального звена*

● *работают с речевым представлением слов (дают определения буквы, производят анализ по схемам слов, производят распределение общности (словом с мягким и твердым звуком Г) по заданному критерию, следовательно мы используем нейропсихологические упражнения:*

● *на развитие фонематических процессов, анализа и синтеза звуковой стороны речи.*

● *Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия*

● *Кинезиологические упражнения на понимающее чтение (Помпа, Сгибание стопы, Гравитационное скольжение, Слон, Сова, Перекрестный шаг, Кнопки мозга)*

### ***ИТОГОВЫЙ ОТБОР УПРАЖНЕНИЙ:***

*Поскольку необходимо проделать много упражнений, а время физкультурной паузы ограничено, то мы выбираем из всего перечня те упражнения, которые стимулируют наибольшее количество необходимых структур головного мозга:*

*Сгибание стопы ног, Помпа икр ног, Сова, Кнопки мозга (смотри ПРИЛОЖЕНИЕ)*

***I. Нейропсихологические упражнения на координацию рука-глаза***

<p>Задания на развитие слухомоторной координации (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга):</p> <p>Задаем определенный ритм, учащиеся должны повторить.</p> <p>Условняем: 3 раза левой рукой медленно, пять раз правой рукой быстро.</p> <p>Правая рука отбивает ритм кулаком 5 раз быстро, левая – ладошкой шесть медленно и т.п.</p>					
<p><b>V. Закрепление изученного</b></p>					
<p>Организовать задания для закрепления изученного материала</p>	<p><b>1. Чтение столбиков слов</b></p> <p>– Превжде чем мы приступим к чтению текста, давайте прочтем слова, которые нам встретятся в нем.</p> <p>– Прочитайте первый столбик слов.</p> <p><b>Г а л я</b></p> <p><b>Г е н а</b></p> <p><b>г р и б</b></p> <p>– Подумайте, какое слово является лишним и почему? (гриб – состоит из одного слога, пишется с маленькой буквой; Г а л я –</p>	<p>Читают столбики слов, находят лишнее</p>	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– Читать букву Г, слоги и слова с новой буквой</p>	<p><b>Познавательные:</b></p> <p>– осуществлять анализ объектов с выделением существенных признаков</p> <p>– обобщать, осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда единичных объектов</p> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <p>– уметь оформлять свои мысли в устной</p>	<p>10 мин</p>



	<p>звук г твердый)          – Правильно, любое слово может быть лишним, в зависимости от выбранного критерия.          – А почему слова Галя и Гена пишутся с заглавной буквы? (имена ребят)          – Прочитайте второй столбик слов.  <b>грибы</b>  <b>корзина</b>  <b>корзинка</b>          – Прочитаем отдельно последние два слова (корзина, корзинка)          – Чем отличаются слова? (корзина –большая, а корзинка –маленькая)</p>		<p>форме  <b>Регулятивные:</b>          – принимать и сохранять учебную задачу          – планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане</p>	
--	---	--	--	--

	<p>– А что нужно сделать со словом, чтобы большая корзина превратилась в маленькую? (дописать букву К.</p> <p>– Посмотрите на схему над столбиками слов. Какое из слов соответствует этой схеме? (Гена)</p> <p><b>2. Анализ иллюстрации</b></p> <p>– Посмотрите внимательно на рисунок под текстом. Чем занимаются ребята? (собирают грибы)</p> <p>– Еще не читая текста, вы можете догадаться, кто из ребят не очень хороший грибник, ведь ребята оба набрали много грибов. Почему? (Гена, у него ядо-</p>	<p>Анализируют иллюстрацию к тексту</p>	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– Читать букву Г, слоги и слова с новой буквой</p> <p>– Читать тексты с интонацией конца предложения</p>	<p><b>Познавательные:</b></p> <p>– осуществлять анализ объектов с выделением существенных признаков</p>	
--	---	---	--	---	--

	<p>витые грибы)</p> <p><b>3. Чтение текста</b></p> <p>– Давайте узнаем были ли вы правы. Прочитайте текст в пол голоса.</p> <p><i>Галя и Гена набрали много грибов. В корзинке Гали одни боровики. А у Гены – поганки.</i></p> <p>– А теперь прочитаем текст вслух по предложению.</p> <p>– Ну что, вы были правы? Кто же горе-грибник? (Гена) А почему? (он набрал одни поганки)</p> <p>– А вы видели поганки? Как вы думаете, почему их так называют? (поганый, ядовитый, несъедобный)</p>	<p>Читают текст вполголоса</p> <p>Читают вслух по предложению</p>	<p><b>Уметь:</b></p> <p>– Составлять рассказы на заданную тему</p>	<p><b>Коммуникативные:</b></p> <p>– уметь оформлять свои мысли в устной форме</p>	
--	--	--	--	---	--

	<p>гриб) <b>слайд</b> Будьте в лесу осторожны, не собирайте поганок!</p> <p>– А какие грибы собирайрала Галя? (боровики) Вы видели такие грибы? <b>слайд</b></p> <p>– Подумайте, а почему они так называются? (растут в бору)</p> <p>– <i>Гриб-боровик еще называют Белым грибом. Большое счастье для грибника его найти. Боровик очень ценный гриб, он не только вкусный, но и очень полезный. Боровики помогают человеку не заражаться опасными инфекциями.</i></p> <p>– Обратимся к строчкам</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>внизу рисунка.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Какие знаки препинания стоят в конце каждой строчки? (восклицательные)</li> <li>– Давайте прочитаем эти строки выразительно, голосом попытайтесь передать все величие гриба.</li> </ul> <p><i>Вот он, гриб-боровик! И красив он, и велик! (несколько уч-ся)</i></p> <p><b>4. Работа с иллюстрацией</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Грибы очень загадочные. Их не могут отнести ни к растениям, ни к животным. Они могут расти абсолют-но везде: и в засухе, и во влажном климате. <b>Слайд</b></li> </ul> <p>Бывают даже светящиеся</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>грибы.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Грибы растут семьями или даже целыми городами.</li> <li>– Рассмотрите внимательно на рисунок на странице 118.</li> <li>– Чем занимаются жители города на картинке?</li> <li>– Давайте придумаем сказку про город грибов. В цепочке будем говорить по одной фразе, чтобы получилась целая сказка.</li> </ul>	<p>Сочиняют сказку о городе грибов</p>			
<p><b>Анализ необходимости применения нейропсихологических и кинезиологических упражнений:</b></p> <p><i>В данном случае идет работа с графическим размером букв и слов, выделением буквы в словах, анализом череды графических изображений в едином смысловом контексте. Следовательно, нам нужны зрительно-речевые и зрительно-пространственные нейронные связи и аналитико-синтетические способности.</i></p> <p><b>Для активизации и тренировки используем Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия</b></p> <p>1. По команде педагога дети выполняют различные упражнения:</p>					

<p>– правая рука вверх-вниз, левая рука вверх-вниз – смотрим за руками;          – правая рука в правую сторону – смотрим на свою руку, аналогично левая рука;          – круговые движения правой рукой вперед – назад («Мельница»),          – ладошка правой руки перед лицом ребенка – «кулачок – раскрыли» – смотрим на ладошку, аналогично левая рука; затем обе руки.</p> <p><i>Для усиления аналитико-синтетических способностей используем кинезиологическое упражнение Ленинские восьмерки, Алфавитные восьмерки.</i></p>			
<b>VI. Подведение итога урока. Рефлексия</b>			
<p>Организовать рефлекссию и самооценку учащимися собственной учебной деятельности.</p>	<p>– Вот и подошел к концу наш урок. Давайте поговорим, что нового вы сегодня узнали.          – С какими звуками мы сегодня познакомились? (твердый и мягкий г)          – Звуки [г] и [г'] звонкие или глухие? Докажите (звонкие)          – Какой буквой на письме обозначаются эти звуки? (буквой Г)</p>	<p>Формулируют конечный результат своей работы на уроке.          Называют основные позиции нового материала и как они их усвоили (что получилось,</p>	<p><b>Личностные:</b>          – формирование ориентации на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результатов</p>
			3 мин

	<p>– Добились ли вы поставленных целей? Все ли задуманное получилось?</p> <p><b>Рефлексия</b></p> <p>Скоро наступит чудесный праздник Новый год. Перед вами на доске елочка, но она не наряжена. Я предлагаю вам его украсить ее, но не простыми игрушками. Каждый елочный шар будет означать, как вы оцениваете себя на уроке.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Яркие разноцветные шары</b> – вы были активны, внимательны, на уроке вам понравилось.</li> <li>- <b>Серые шары</b> – на уроке было скучно и не интерес-</li> </ul>	<p>что не получилось и почему)</p> <p>Проводят рефлексию своей деятельности на уроке.</p>			
--	--	---	--	--	--



	<p>но, вы ничего не усвоили.          - Спасибо за урок, сегодня вы были активными и внимательными! До свидания!</p>				
<p><b>Анализ необходимости применения нейропсихологических и кинезиологических упражнений:</b>          В данном случае нам нужен переход знаний в долговременную память, а он невозможен без позитивного строения и интеграции информации во всех частях мозга. Поэтому мы используем кинезиологические упражнения Позитивные точки, и Перекрестные прыжки</p>					

Как мы можем видеть, нейропсихологические и кинезиологические упражнения легко встраиваются в программу урока и служат усилителями, ускорителями усвоения учебного материала.

Для функции внешнего контроля приводим программу наблюдений на уроке по методу конечного результата. Он хорош тем, что учитывает когнитивные навыки, необходимые ребенку для усвоения учебного материала. Эта программа очень удобна при продумывании когнитивно– коррекционной составляющей технологической карты будущего урока.

### **ПРОГРАММА НАБЛЮДЕНИЙ на уроке [13]**

<b>I. Организационно-психологический момент:</b>
1. Налаживание устойчивого положительного контакта с учащимися
2. Своевременность начала урока
3. Наличие организационного момента
4. Состояние дисциплины на уроке
<b>II. Учет психофизиологических особенностей учащихся</b>
1. Учет времени активного внимания (15+5+8)
2. Учет объема оперативной памяти на слух и при письме (5+2)
3. Смена видов деятельности на уроке
4. Ориентация урока на ведущие виды деятельности:
а) применение игротехники на уроке
<b>III. Организация взаимодействия</b>

---

13 Терехова, Н. В. Дидактика начального образования: учебное пособие/ Тюм. гос. ун-т. – Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2013.

1. Педагога с детьми:
а) уровень педагогического мастерства, культура, такт, внешний вид, речь учителя
б) наличие обратной связи с учащимися
в) обеспечение доброжелательного психологического климата
г) наличие индивидуальной работы с учащимися
д) отношение учащихся к учителю
2. Учащихся друг с другом:
а) организация работы в парах
б) организация групповой работы
в) организация коллективной работы
<b>IV. Работа над психическим развитием:</b>
1. Активизация различных видов памяти:
а) образной
б) словесно-логической
в) двигательной
г) эмоциональной
д) зрительной
2. Развитие способностей:
а) анализа и синтеза
б) классификации
в) сравнения
г) обобщения
д) логического мышления

е) самоконтроля
<b>V. Итоги урока:</b>
1. Выполнение намеченного плана, степень достижения цели
2. Домашнее задание: объем, посильность, вариативность
3. Использование воспитательных возможностей оценки
4. Эффект последствий

Сумма баллов : \_\_\_\_\_

Процент от максимального: \_\_\_\_\_

Оценка урока: \_\_\_\_\_.

Оценка: “5” – 100–75%,

“4” – 75–50%,

“3” – 50–25%,

“2” – 25% и ниже.

Элементы фактографии: \_\_\_\_\_

Замечания: \_\_\_\_\_

Выводы: \_\_\_\_\_

Предложения: \_\_\_\_\_

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Завершая данное пособие, в качестве основной мысли хочется воспользоваться психологической аксиомой: Смысл Вашего сообщения состоит в той реакции, которое оно вызывает у собеседника ( что бы Вы сами при этом не имели в виду). В данном пособии описаны методы, помогающие учителю вызывать в учениках с НОДА, удовлетворенную потребность учиться легко и непринужденно.

## **БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Айсмонтас Б. Б. Теория обучения: Схемы и тесты. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002.
2. Амонашвили Ш. А. Как живете, дети?: Кн. для учителя. М.: Просвещение, 1999.
3. Аршавский В. В. Межполушарная асимметрия в системе поисковой активности. Владивосток, 1988.
4. Афонина Г. М. Педагогика. Курс лекций и семинарские занятия / под ред. Абдуллиной О. А. Ростов-н/Д: Феникс, 2002.
5. Афонькин С.Ю., Рузина М. С. Страна пальчиковых игр. СПб., 1997.
6. Безруких М.В. Леворукий ребенок в школе и дома. Екатеринбург, 1998.
7. Безруких М.М., Дубровинская И.Н., Фарбер Д.А. Психофизиология ребенка. Москва-Воронеж, 2005.
8. Брагина Н.Н., Доброхотова Т.А. Функциональные асимметрии человека. М., 1981.
9. Букатов В. М., Ершова А. П. Я иду на урок: Хрестоматия игровых приемов обучения: Книга для учителя. М.: Изд-во «Первое сентября», 2002.
10. Волков И. П. Учим творчеству: Опыт работы учителя труда и рисования школы № 2 г. Реутова Московской обл. М.: Педагогика, 1988.
11. Галкина В. Б., Хомутова Н.Ю. Использование физических упражнений по развитию мелкой моторики пальцев рук при коррекции нарушений речи у учащихся начальных классов // Дефектология. 1999. № 3.
12. Гончаров И. Ф. Русская национальная школа: Концепция. СПб., 1992.

13. Горбунов Г.Д., Горшкова А. Т. Взаимосвязь развития двигательных качеств и психических процессов у старших школьников. СПб., 1996.
14. Громыко Ю. В. Мыследеятельностная педагогика (теоретико– практическое руководство по освоению высших образцов педагогического искусства). М., 2000.
15. Дьяченко В. К. Новая дидактика. М.: Народное образование, 2001.
16. Ермаков П.Н. Психомоторная активность и функциональная асимметрия мозга. Ростов н/Д., 1988.
17. Загвязинский В. И. Теория обучения: Современная интерпретация: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2001.
18. Загвязинский В. И., Емельянова И. Н. Общая педагогика. М., 2008.
19. Захарова Р. А., Чупаха И. В. Методика «Гимнастика мозга». В сб.: Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М., Ставрополь, «ИЛЕКСА», «СЕРВИС ШКОЛА», 2001
20. Зинченко В.П., Леви Т.С. Психология телесности. Между душой и телом. Москва, 2005.
21. Иванова Н.Н. Коррекция зрительно-двигательной и моторной координации у старших дошкольников с нарушением зрения //Дефектология. 1998. № 4.
22. Ильюченко Р.Ю. Взаимодействие полушарий мозга у человека: Установка, обработка информации, память. Новосибирск, 1989.
23. К. Хонц «Безграничные возможности», Издательство МГУ, Москва, 1994 г.
24. Карла Ханнафорд. «Доминирующий фактор»
25. Карла Ханнафорд. «Мудрое движение», Восхождение, Москва, 1998 г.

26. Колесников А. Тело – зеркало души, или синдром «умной собаки». М., Центрполиграф, 2009.
27. Кольцова М. М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. М., 1973.
28. Костылев Ф. В. Учить по-новому. Нужны ли оценки в баллах. М., 2000.
29. Кравец Г.В., Сиротюк А.Л. Мозг, эмоции, индивидуальность. Йошкар-Ола, 1997.
30. Кукушин В. С. Дидактика (теория обучения): учеб. пособие. М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов-н/Д: Издательский центр «МарТ», 2003.
31. Кукушин В. С. Теория и методика обучения. Ростов-н/Д, 2005.
32. Кульневич С. В., лакоценина Т. П. Нетрадиционные уроки в начальной школе (Выпуск 1. Математика, природоведение): практ. пособие для учителей нач. классов, студентов пед. учеб.заведений, слушателей ИПК. Ростов-н/Д: ТЦ «Учитель», 2002.
33. Лазарев В. С. Управление инновациями в школе. М., 2008.
34. Личностно-ориентированный подход в работе педагога: разработка и использование / под ред. Е. Н. Степанова. М.: ТЦ Сфера, 2003.
35. Лузинский В. М. Приемы и формы в учебной деятельности. М.: Центр «Педагогический поиск», 2002.
36. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М., 1973.
37. Лысенкова С. Н. Когда легко учиться. М., 1985.
38. Марк Хаузер. Мораль и разум. Москва, 2008
39. Морозова О. П. Педагогический практикум: учебные задания, задачи и вопросы: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2000.



40. Осмоловская И. М. Дидактика. М., 2008.
41. Педагогика. Основы общей педагогики. Дидактика: учеб. пособие / И. И. Прокопьев, Н. В. Михалкович. Минск: Тетра Системс, 2002.
42. Педагогика: учеб. пособие для студентов педагогических учебных заведений / В. А. Слостенин, И. Ф. Исаев, А. И. Мищенко, Е. Н. Шиянов. 3-е изд. М.: Школа-Пресс, 2000.
43. Педагогика: учебник для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей / под ред. П. И. Пидкасистого. М.: Педагогическое общество России, 2005.
44. Питер А. Левин, Энни Фредерик. Пробуждение тигра – исцеление травмы. Москва, 2007.
45. Пол И.Деннисон, Гейл И. Деннисон Образовательная кинестетика для детей. Москва, 1998.
46. Пол И.Деннисон, Гейл И. Деннисон Обучение Целостным Мозгом. Москва, 2013.
47. Пол И.Деннисон, Гейл И. Деннисон. Гимнастика мозга. Москва, 1998.
48. Рушель Блаво. Слово, которое лечит. С-Пб, 2010.
49. Рысак Л. И., Капустин Н. П., Комисарова Л. А., Коровкина С. Н. Школа творческого развития личности. М.: Педагогическое общество России, 2002.
50. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. М. ТЦ Сфера, 2001
51. Сиротюк А.Л., «Коррекция обучения и развития школьников», Творческий центр. Москва. 2002 г.
52. Смирнов В. И. Общая педагогика в тезисах, дефинициях, иллюстрациях. М., 1999.
53. Смирнова С.С. Образовательная кинестетика. Москва, 2008.

54. Спрингер С., Дейч Г. Левый мозг, правый мозг. М., 1983.
55. Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для развития некоторых психологических процессов у младших школьников. М., 1977.
56. Теория обучения / под ред. И. П. Андриади. М., 2010.
57. Терехова Н. В. Дидактика начального образования: учебное пособие. Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2013. 148 с.
58. Хомская Е.Д. Нейропсихология. М., 1987.
59. Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга. Л., 1978.
60. Хризман Т.П., Еремеева В.П., Лоскутова Т.Д. Эмоции, речь и активность мозга ребенка. М., 1991.
61. Хуторской А. В. Свободное развитие как пространство образования // Школьные технологии. 1998. № 5. С. 105-113.
62. Хуторской А. В. Современная дидактика. СПб.: Питер, 2001.
63. Цетлин В. С. Предупреждение неуспеваемости учащихся. М., 2000.
64. Цырлина Т. В. Гуманистическая авторская школа XX века: взгляд из прошлого в будущее. М.: Педагогическое общество России, 2001.
65. Шамова Т. И., Давыденко Т. Н. Управление образовательным процессом в адаптивной школе. М.: Центр «Педагогический поиск», 2001.
66. Шанина Т.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учеб. пособие. М., 1999.
67. Шарон Промыслов. Соединение мозга и тела. Минск, 2007.

68. Шевченко С. Д. Школьный урок: как научить каждого. М.: Просвещение, 1991.

69. Школа диалога культур. Основы программы / под общей редакцией В. С. Библера. Кемерово: Алеф, 1992.

70. Школа диалога культур: методические рекомендации / сост. С. Ю. Курганов. Красноярск, 1991.

71. Школа самоопределения. Шаг второй / ред. и сост. А. Н. Тубельский. М.: АО «Политекст», 1994.

72. Школа сотрудничества. Педагогическое руководство для тех, кто хочет стать любимым учителем. М.: Изд-во «Первое сентября», 2000.

73. Щуркова Н. Е. Культура современного урока. М.: Изд-во «Российское педагогическое агентство», 1997.

74. Элхонон Голдберг. Управляющий мозг. Москва, 2003.

75. Ямбург Е. А. Школа для всех: Адапт. модель (Теорет. основы и практ. реализация). М.: Новая школа, 1996.

## **Комплекс упражнений, направленных на повышение нейродинамических показателей психической деятельности**

### ***Упражнения, направленные на повышение нейродинамических показателей психической деятельности (начальное и среднее звено)***

**«Фокус».** С периодичностью в 5-8 секунд педагог подает команды: «Правая кисть», «Мочка левого уха» и т.д. Держим части тела на счет педагога. Задача ребенка показать названную часть тела.

**«Запретное движение».** Педагог показывает детям различные движения. Дети их повторяют. Одно из движений повторять нельзя, дети его пропускают.

**«Кузнецы...».** Дети складывают руки так, как будто у них в руках молот, и куют железо. Затем дети представляют, что у них в руках пластилин, и раскатывают воображаемые «шарики» (круговыми движениями), колбаски (движение растиранием ладонек). В растирание можно включить разный темп – медленно-быстро.

**«Бросаем мячики»** – играем воображаемым мячом – бросаем прямо, вверх, правой – левой рукой, обеими руками и т.п. Усложняем с пространственными ориентировками.

**«Гусеница, змея».** Дети изображают гусеницу руками (волнообразные движения руками по парте), комариков (указательные пальцы «кружатся» в воздухе, кобру – кисти ладоней полусогнуты, локти на столе, лягушки – ладонки «прыгают» по столу. Можно включить разный темп – медленно-быстро, и пространственные ориентировки – высоко-низко.

**«Круг, квадрат, треугольник»** – дети вытягивают формы и «превращаются в них». Каждой форме соответствует действие:

- круги – произносят протяжно «О-о-о-о..»
- треугольники – хлопают.
- квадратики – топают.

Педагог называет фигуру – дети включаются с соответствующим движением, постепенно переходим к уровню «путанья» детей.

### **Двигательные ритмические упражнения**

**Цель:** двигательные упражнения направлены на активизацию энергетического потенциала мозга при помощи ритмичных движений. Структуру движений задает ритм стихотворения.

Упражнения способствуют также расширению словарного запаса, двигательного репертуара и развитию воображения и креативности ребенка.

**Процедура проведения** у всех предлагаемых в данном разделе упражнений одинакова: дети слушают стихотворение, которое произносит педагог, и вслед за ним выполняют определенные движения.

**Количество участников** при выполнении упражнений – до 4 человек.

**Подсобный материал** не требуется.

#### ❖ «Деревцо»

Дует ветер нам в лицо.	– <i>Махать руками ладошками к себе.</i>
Закачалось деревцо.	– <i>Поднять руки, покачиваться из стороны в сторону.</i>
Ветерок все тише, тише,	– <i>Плавно опустить руки.</i>
Деревцо все выше, выше.	– <i>Поднять руки и тянуться вверх.</i>

❖ **«Физкульт-привет»**

На болоте две подружки, Две зеленые лягушки, Утром рано умывались,	<i>– Имитировать умывание</i>
Ножками топали, Ручками хлопали. Вправо-влево наклонялись	<i>– Имитировать движения, указанные в тексте.</i>
Полотенцем растирались.	<i>– Имитировать растирание спины полотенцем.</i>
И обратно возвращались. Вот здоровья в чем секрет: Всем друзьям – физкульт-привет!	<i>– Резко поднять руки вверх.</i>

❖ **«Бабочка»**

Спал цветок	<i>– Присесть, спрятав голову в колени, и обхватив колени руками.</i>
И вдруг проснулся.	<i>– Поднять голову, выпрямить руки; затем опустить руки вдоль тела.</i>
Больше спать не захотел. Шевельнулся, потянулся	<i>– Выпрямить спину, подняться; слегка покачаться вправо-влево.</i>
Взвился вверх и полетел.	<i>– Отвести руки назад – «вырастают крылья».</i>
Солнце утром лишь проснется — Бабочка кружит и вьется.	<i>– «Летать», имитируя движения бабочки.</i>

❖ **«Кулачок»**

Как сожму я кулачок,	<i>– Сжать руки в кулачки.</i>
Да поставлю на бочок.	<i>– Поставить кулачки большими пальцами вверх.</i>

Разожму ладошку,	<i>– Распрямить кисть.</i>
Положу на ножку.	<i>– Положить руку на колено ладонью вверх.</i>

❖ **«Тук-тук»**

<i>– Тук-тук-тук.</i>	<i>– Три удара кулаками друг о друга.</i>
<i>– Да-да-да.</i>	<i>– Три хлопка в ладоши.</i>
<i>– Можно к вам?</i>	<i>– Три удара кулаками друг о друга.</i>
<i>– Рад всегда!</i>	<i>– Три хлопка в ладоши.</i>

❖ **«Зайчики»**

Жили-были зайчики	<i>– Показывать на голове заячьи ушки.</i>
На лесной опушке.	<i>– Разводить руками перед собой, описывая окружность.</i>
Жили-были зайчики	<i>– Показывать на голове заячьи ушки.</i>
В серенькой избушке.	<i>– Сложить руки над головой в форме домика.</i>
Мыли свои ушки,	<i>– Проводить руками по воображаемому ушкам.</i>
Мыли свои лапочки.	<i>– Имитировать мытье рук.</i>
Наряжались зайчики,	<i>– Руки на бока, слегка поворачиваться в обе стороны в полуприседании.</i>
Надевали тапочки.	<i>– Руки на бока, поочередно выставлять вперед правую и левую ноги.</i>



## «Снег»

Как на горке снег, снег,	– Показывать руками «горку».
Снег, снег, снег, снег.	– Двигать руками, перебирая пальцами.
И под горкой снег, снег	– Показывать руками «под горкой».
Снег, снег, снег, снег.	– Двигать руками, перебирая пальцами.
А под снегом спит медведь.	– Сложенные ладони поднести к щеке, склонив на них голову, затем изобразить ушки медведя.
Тише, тише, не шуметь!	– Поднести палец к губам, погрозыть пальцем.

### *Игры для ладоней*

**Цель:** методика «Игры для ладоней» направлена на повышение нейродинамики через:

- активизацию нервных окончаний, расположенных на ладонях;

- развитие чувства ритма;

- развитие гибкости суставов, общей моторики.

Работа по данной методике строится с поэтапным усложнением ставящейся перед ребенком задачи:

- выслушивание проговариваемых педагогом слов;

- проговаривание слов (совместно с педагогом) и последующий просмотр движения;



- проговаривание слов и воспроизведение движения (совместно с педагогом);

- ускоренное проговаривание слов и воспроизведение движения (совместно с педагогом).





**Процедура проведения** у всех предлагаемых в данном разделе упражнений одина: дети слушают стихотворение, которое произносит педагог, и вслед за ним выполняют определенные движения.

**«Барабан»**




<p>Он стучит и тут и там.</p>	<p>– <i>Указательный палец одной руки ударяет по ладони другой. Руки меняются. Учитывается ритм.</i></p> 
<p>Раз, два, три (<i>пауза</i>) четыре, пять.</p>	<p>– <i>Хлопки с паузой.</i></p>
<p>Сколько нужно посчитать?</p>	<p>– <i>Поочередные удары кулаком одной руки по ладони другой.</i></p> 
<p>Первый ритм у нас такой ... Повторяй скорей за мной.  А второй чуть посложнее ... Третий будет побыстрее ... .</p>	<p>– <i>Ребенку предлагаются разные ритмы. Сложность ритмов педагог определяет индивидуально для каждого ребенка, учитывая его возраст и уровень развития фонематического слуха. Здесь можно использовать просто ритм, ритм с повтором</i></p>




	<p><i>акустического рисунка, а также добавлять разнообразные положения рук.</i></p> 
<p>А четвертый вместе мы простучим на «раз, два, три»!</p>	<p>– <i>Хлопки на счет «раз, два, три».</i></p>




### **«Паровоз»**

<p>Едет, едет паровоз</p>	<p>– <i>Два кулака располагаются друг за другом на столе.</i></p> 
<p>Две трубы и сто колес.</p>	<p>– <i>Кулаки поочередно ударяют по столу то ладонной, то внешней стороной.</i></p> 




<p>Вагон первый:</p>	<p>– Руки складываются в «замок»; указательные пальцы выпрямляются и соединяются.</p> 
<p>Пассажиры.</p>	<p>– Перебирание пальцами по столу.</p> 
<p>Второй:</p>	<p>– Руки складываются в «замок»; указательные и средние пальцы выпрямляются и соединяются попарно.</p> 
<p>Едут две машины.</p>	<p>– Кулак неподвижно лежит на ладони.</p> 

<p>В третьем</p>	<p>– Руки складываются в «замок»; указательные, средние и безымянные пальцы выпрямляются и соединяются попарно.</p> 
<p>Много ребятишек: И девчонок и мальчишек.</p>	<p>– «Человечек», сложенный из пальцев одной руки, «проходит» по расправленной ладони другой руки. Руки чередуются.</p> 
<p>А в четвертом два слона.</p>	<p>– 1. Руки складываются в «замок»; указательные, средние, безымянные пальцы и мизинцы выпрямляются и соединяются попарно.</p> 



	<p>– 2. Удары внешней стороной кулака одной руки по ладони другой руки. Руки чередуются.</p> 
В пятом	<p>– Руки складываются в «замок»; указательные, средние, безымянные пальцы, мизинцы и большие пальцы выпрямляются и соединяются попарно.</p> 
Много багажа.	<p>– Руки складываются в «замок».</p> 
А в шестом поезде мы Прям до самой до Моск- вы.	<p>– Потирание ладоней (кисти расправлены).</p>
<b>«Галчонок Тошка»</b>	
Постучался к нам в окошко	<p>– Кулаки поочередно ударяют по столу.</p>

<p>Маленький галчонок Тошка:</p>	<p>– Одна рука складывается в «клювик», другая этот «клювик» гладит. Руки чередуются.</p> 
<p>Чик-чирик, да чик-чирик,</p>	<p>– Обе руки складываются «клювиками». «Клювики» «щелкают» по 2 раза в двух положениях: сначала обращенные друг к другу, затем в противоположные стороны.</p> 
<p>Тук-тук-тук</p>	<p>– Кулаки обеих рук 3 раза одновременно ударяют по столу.</p>
<p>И клик-клик-клик</p>	<p>– «Клювики», обращенные друг к другу, одновременно «щелкают» 3 раза.</p> 
<p>Он в подарок нам принес</p>	<p>– Потираем прямые ладони.</p>

<p>Червяков горсть</p>	<p>большую</p> <p>– Руки складываются в «замок»; пальцы движутся.</p> 
<p>Раз, два, три, четыре, пять —</p>	<p>– Руки складываются в «замок»; указательный, средний, безымянный пальцы, мизинец и большой палец последовательно выпрямляются и складываются попарно.</p> 
<p>Сколько их, не сосчитать.</p>	<p>—Хлопки в ладоши.</p>
<p>Хлеба нужно покрошить</p>	<p>– Пальцы складываются щепотью, кисти рук направлены вниз (положение «крошки»). Имитация крошения хлеба.</p> 

<p>Чтобы Тошку накормить.</p>	<p>– Одна рука складывается в «клювик», другая этот «клювик» гладит. Руки чередуются.</p> 
<p><b>«Синички»</b></p>	
<p>Две красивые синички</p>	<p>– Обе руки складываются «клювиками». «Клювики» «щелкают» по 4 раза в двух положениях: обращенные друг к другу, затем в противоположные стороны.</p> 
<p>Были дружные сестрички</p>	<p>– Руки складываются в «замок»: попеременно правая обхватывает левую и наоборот.</p> 
<p>И любили поиграть.</p>	<p>– Подушечки пальцев двух рук смыкаются легкими ударами.</p> 



<p>Вот одна и говорит: Ты попробуй повтори. (ритм) А вторая смотрит вслед. Повтори за мной в ответ. (ритм)</p>	<p>– Ребенку предлагаются ритмы, сложность которых определяет педагог. Здесь можно использовать просто ритм, ритм с повтором акустического рисунка, а также добавлять разнообразные положения рук.</p>
<p>Что ж, вот так наши сестрички,</p>	<p>– Руки складываются в «замок»: попеременно правая обхватывает левую и наоборот.</p> 
<p>Две синички-невелички,</p>	<p>– «Клювики» «щелкают» по 4 раза в двух положениях: обращенные друг к другу, затем в противоположные стороны.</p> 
<p>Друг за дружкой повторяли, Ритмы дружно отбивали.</p>	<p>– Хлопки в ладоши.</p>

## ❖ «Алфавит»

Выполнение упражнения способствует также формированию образа буквы и буквенного ряда.

**Процедура проведения:** педагог произносит стихотворение и «рисует» каждую называемую им букву на правой (левой) ладони ребенка. Далее возможны следующие варианты:

– педагог продолжает «рисовать» буквы, ребенок проговаривает стихотворение совместно с педагогом;

– ребенок пишет буквы на листе бумаги, одновременно произнося строки.

А, Б, В, Г, Д, Е, Ж,  
Алфавит почти уже.  
З, и К, и Л, и М,  
Без труда напомним всем.  
Н, О, П, Р, С, Т, У,  
Вот и вы, ау, ау.  
Ф, Х, Ц, и Ч, и Ш,  
Ряд заполнили уже.  
Щ, а рядом твердый знак (Ъ),  
Дальше Ы и мягкий знак (Ь).  
В конце скажем не тая  
Дружно, громко: Э, Ю, Я.

**«Силач».** Выполнить контрастное напряжение и расслабление плечевого пояса, рук и ног, представляя, что вы: держите в руках (ногой, на плече) тяжелые гири; поднимаете над головой тяжелую корзину с яблоками; отжимаете штангу; удерживаете ногой закрывающуюся дверь, раздвигаете руками тесно переплетенные ветви деревьев в лесной чаще.

### ***«Весы».***

Предложите ребенку представить, что его ладони – чашечки весов, держащие груз. При необходимости – реально нагрузить «весы», надавливая собственной рукой или кладя на них какой-либо «груз».

Встать, поставив руки перед грудью ладонями вверх, пальцы направлены навстречу друг другу, локти в стороны. Сделать длинный вдох через нос, задержать дыхание. «Уравновесить» чашечки весов.

Медленно вытянуть одну руку над головой, поворачивая кисть, посмотреть на нее. Другую руку опустить вниз, держа кисть горизонтально, ладонью вниз, повернув пальцы от себя. С силой вытянуть ее: на этой чашечке весов лежит груз. Медленно выдохнуть, расслабиться. Повторить упражнение, изменив положение рук. Аналогичное упражнение можно выполнять лежа, весами при этом становятся ноги.

### ***«Смазка».***

Дети стоят в кругу. Им предлагается представить свое тело в виде любого механизма, который нуждается в смазке: «Представь себе, что твой палец – это масленка. Я наполняю ее маслом, чтобы ты мог смазать все суставы твоего тела. Сосредоточься, чтобы ни один участок не остался без смазки».

### ***«Двигательный репертуар».***

Детям предлагается свободно двигаться по комнате, не касаясь друг друга, самыми разнообразными способами, сосредоточившись на ощущениях, возникающих в теле. Они могут передвигаться с разной скоростью: медленно, максимально быстро

(медленно), чуть медленнее и т.п.; с различным уровнем напряжения (максимально напряженно, чередуя напряжение и расслабление разных групп мышц, максимально расслабленно). В ходе этого процесса их просят вспомнить и воспроизвести (телом) различные ощущения: холод, жара, вкусная еда, неприятные запахи, сильный ветер в спину и т.п.

### **Расширение диапазона движений по параметрам:**

**быстрые – медленные;**

**мягкие – жесткие;**

**сильные – слабые;**

**тяжелые – легкие;**

**непрерывные – отрывистые;**

**свободные – с сопротивлением.**

#### ***«Огонь и лед».***

И.п. – стоя в кругу. По команде «Огонь!» – дети начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений каждый ребенок выбирает произвольно. По команде «Лед!» дети застывают в позе, в которой их застигла команда, напрягая до предела все тело. Психолог несколько раз чередует обе команды, меняя время выполнения той и другой

#### ***«Рыбки и водоросли»:***

плавные, легкие движения водорослей – на месте и рыб – с передвижением в воде.

#### ***«Облако и камень»,***

движения тяжелые, законченные – образ камня – и легкие, плавные, непрерывные, связанные с представлением об облаке.

### **«Страна кукол».**

Психолог: «Когда-нибудь все люди вырастают и забывают, что были детьми. Игрушки, которые мы так любили в детстве, не исчезают бесследно. Они просто уходят в свою страну, куда мы сегодня и отправляемся, став ненадолго разными куклами».

#### *«Свободная кукла»:*

индивидуальный танец в том образе, который выберет ребенок.

#### *«Гуттаперчевая кукла»:*

движения мягкие, плавные; полностью расслабленное тело (тело без костей).

#### *«Пластмассовая кукла»:*

напряженное тело, законченные движения.

#### *«Марионетка»:*

кукла, которую кукловод – психолог или другой ребенок – приводит в движение при помощи нитей, привязанных к различным частям ее тела. Это упражнение направлено на осознание центров движения.

#### Упражнение «Подвески» сложнее:

детям предлагается представить, что они куклы-марионетки, которые после выступления подвешены на гвоздиках в шкафу (за руку, за палец, за воротник, за плечо и т.д.), то есть их тело фиксировано в одной точке, все остальное – расслаблено, болтается.

### **«Росток».**

И.п. – на корточках по кругу; голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Психолог: «Представь себе, что ты маленький росток, только что показавшийся из земли; он растет, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я бу-

ду помогать тебе "расти". Называется часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности других. «Один» – медленно выпрямляются ноги; «два» – ноги продолжают «расти», постепенно оживают руки, но пока висят как «тряпочки»; «три» – осторожно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам); «четыре» – выпрямляются плечи, шея и голова; «пять» – руки поднимаются вверх, смотрим на солнышко, тянемся к нему. Усложняя задачу, можно увеличивать количество этапов «роста» до 10 – 20.

### ***«Репка».***

Дети садятся на корточки, колени – в стороны, плотно сомкнутые в ладонях руки упираются в пол между ногами. Из этого положения «репка» медленно растёт до полного выпрямления ног. Затем сомкнутые ладони медленно поднимаются до уровня груди, разворачиваются пальцами вверх и поднимаются несколько выше головы. Там ладони размыкаются и разводятся в стороны; «репка» выросла, ее листья (ладони) ловят солнышко.

### ***«Потянулись – сломались».***

Руки и все тело ребенка устремлены вверх (пятки от пола не отрывать). Психолог: «Тянемся, тянемся вверх, выше и выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше (реально пятки на полу)... А теперь наши кисти как бы сломались (хлопок), безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях (хлопок), в плечах (хлопок), упали. Повисла голова (хлопок), сломались в талии (хлопок), подогнулись колени (хлопок), опустились (упали) на пол... Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе. Осталось ли где-нибудь напряжение? Сбросили его».

## Растяжки

### *Упражнения стоя*

#### *«Потягивание».*

Ноги на ширине плеч, руки сжаты в кулак, большие пальцы внутри ладоней; кулаки прижаты к низу живота. Поднять кулаки к плечам и прогнуться в спине, разводя плечи и запрокидывая голову. Потянуться вверх, распрямляя руки и поднимаясь на цыпочки, постепенно напрягая все тело как «струнку» (представьте, что вы только что проснулись и сладко потягиваетесь). Вернуться в И.п., выполняя движения в обратном порядке.

#### *«Тянемся к солнышку».*

Встать у стены, касаясь ее пятками, ягодицами, лопатками, плечами и затылком. Делая вдох, поднять руки вверх, задержать дыхание – кончиками пальцев рук тянемся к солнышку. При этом необходимо тянуться вверх всем телом, начиная с пальцев рук, потом запястьями, локтями, плечами, грудным отделом, поясницей и ногами, но без особого напряжения и не отрывая пяток от пола. (В начале психолог должен дать почувствовать ребенку ощущение от вертикальной растяжки тела, слегка потянув его вверх за пальцы рук.) Выдохнуть, опуская руки, расслабиться.

Правая нога впереди, согнута в коленном суставе, пальцы стопы направлены прямо вперед, опора на эту ногу. Левая нога выпрямлена, стопа повернута под углом 90° вовне. Правая рука вытянута вперед, как будто держит лук, левая – максимально отведена назад, натягивая тетиву лука. Руки растягивают лук так, чтобы в груди чувствовалось напряжение. Повторить, меняя положение ног и рук.

### ***«Растяжки для ног».***

Ноги на ширине плеч; поднять прямые руки в стороны на уровне плеч ладонями вниз:

а) медленно наклониться влево и коснуться пальцев левой ноги левой рукой. Остаться в этом положении 5 сек. и вернуться в И.п. Стараться не сгибать ног и рук. То же – для правой руки и ноги;

б) медленно наклониться влево и коснуться пальцев левой ноги правой рукой. Остаться в этом положении 5 сек. и вернуться в И.п. Не сгибать ног и рук. То же – для левой руки и правой ноги.

### ***«Повороты в стороны».***

И.п. – то же. Поворот влево – левая рука движется назад, правая рука лежит на области сердца; поворот вправо – правая рука назад, левая на сердце и т.д. Движения свободные и размашистые. Голова также поворачивается вместе с туловищем в одну, а затем в другую сторону.

### ***«Скручивание корпуса».***

И.п. – то же, колени слегка согнуты, Стопы параллельны друг другу. Тело полностью расслаблено. Скручивать тело вправо и влево, захлестывая расслабленные руки за спину.

Подошвы ступней полностью, не отрываясь при поворотах, касаются пола; позвоночник – вертикальная, неподвижная ось вращения. Голова сначала неподвижна, затем поворачивается вместе с руками, потом – в противоположную от рук сторону.

## **Руки**

### ***«Разминка и расслабление рук».***

Встряхнуть руки, как будто вы пытаетесь встряхнуть с них воду. Растереть руки от плеча к кисти и обратно, как будто вы



замерзли; последовательно размять плечи, предплечья и кисти рук. Выполнить контрастное напряжение и расслабление рук.

**«Замок».**

Сложить руки в «замок» и тянуть их: 1) вверх, вниз, в стороны; прогнуться назад и потянуться руками вверх; руки за спиной в замке, тянуть руки вверх; 2) взять правой рукой левый локоть и тянуть его вправо, то же с правой рукой; 3) зацепиться пальцами рук друг за друга и тянуть руки в разные стороны, то же по одной паре пальцев.

**«Краб».**

Покажите ребенку, как передвигается краб (лягушка, гусеница, змея и т.д.). Предложите ему имитировать их движения своими руками (прямыми или согнутыми в локтях); затем рука. Совершать рывки в стороны, вверх – вниз (бросать руки в разных направлениях).

**«Клешня краба».**

Средний палец накладывается и зажимает указательный, безымянный кладется на средний, а мизинец на безымянный. Поза удерживается 10—20 сек. После выполнения правой рукой то же – левой, а затем – двумя руками одновременно.

**Следующие упражнения выполняются сначала отдельно каждой рукой, затем двумя руками одновременно. При двуручном выполнении обе руки сначала двигаются в одну сторону (направо, налево, вперед, назад), а затем – в противоположные.**

**«Волшебная мельница».**

Ребенок представляет, что его руки – это лопасти волшебной мельницы, которые могут, складываясь и распрямляясь, вращаться в разные стороны. Все внимание – на ощущениях в разминаемых суставах:

а) вращать прямую правую (левую) руку в плечевом суставе вперед, назад, направо, налево; обе руки в одном направлении, затем в противоположных (правая – вперед, левая – назад); поставить кисти к плечам и совершать такие же круговые движения;

б) вытянуть прямые руки в стороны, согнуть их в локтях и свободно раскачивать предплечья, затем вращать их по кругу; аналогично предыдущему – вращение рук в локтевых суставах (при этом плечи и кисти неподвижны);

в) вращать руки в лучезапястных суставах (руки вытянуты вперед, локти слегка согнуты, плечи и предплечья неподвижны).

#### **«Змейки».**

Предложите ребенку представить, что его пальцы – маленькие змейки. Они могут двигаться и извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. Последовательно каждый палец изображает «змейку» (если не получается нужное движение, помочь другой рукой).

Ладони при этом сначала повернуты к ребенку, потом – от него, при двуручном упражнении – друг к другу. В последнем случае сначала прорабатываются одноименные пальцы рук, а затем – разноименные (например, большой палец правой руки и мизинец левой руки).

#### **«Море».**

Ребенок вместе с психологом рассказывает историю и сопровождает ее соответствующими движениями: «На море плещутся волны маленькие и большие (сначала одной рукой, а затем другой рукой в воздухе рисуются маленькие волны; руки сцепить в замок и рисовать в воздухе большую волну). По волнам плывут дельфины (совершаются синхронные волнообразные движения всей рукой вперед). Они вместе, а потом по очереди ныряют в воду – один нырнул, другой нырнул (соверша-

ются поочередные волнообразные движения рук). За ними плывут их дельфинята (руки согнуты в локтях, прижаты к груди, кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед). Ныряют вместе и по очереди (одновременные и поочередные волнообразные движения кистями рук). Вот так двигаются их хвостики (каждый палец поочередно совершает волнообразные движения). Вместе с дельфинами плавают медузы (руки, сжатые в кулаки, резко сжимаются и разжимаются). Все они танцуют и смеются (вращение рук в лучезапястных суставах)».

**Задания на развитие слухо-моторной координации,  
фонематического анализа и синтеза для среднего  
и старшего звена**

**Задания на развитие слухо-моторной координации** (левое и правое полушарие височных и лобных долей головного мозга)

2. Задаем определенный ритм, учащиеся должны повторить.

3. Усложняем: 3 раза левой рукой медленно, пять раз правой рукой быстро.

4. Правая рука отбивает ритм кулаком 5 раз быстро, левая – ладошкой шесть медленно и т.п.

**Задания на развитие фонематического анализа и синтеза** (левое полушарие височная доля – зона Вернике, левое полушарие лобная доля – зона Брокка, левое полушарие теменная доля)

1. Образование из звуков данного слова возможно большего количества слов, ТРАКТОР – рак, так, рот, рок, ток, кот, кто, рота, кора, торт, корт, крот, такт, тракт.

2. «Лишнее слово» – педагог зачитывает пять слов. Четыре из них объединены одним общим признаком. Пятое слово к ним не подходит. Его надо озвучить. Лишним может быть только одно слово.

а) тарелка; б) чашка; в) стол; г) кастрюля; д) чайник.

а) идти; б) прыгать; в) танцевать; г) сидеть; д) бежать.

Четыре слова обозначают состояние движения, а слово "сидеть" – покоя. Поэтому озвучиваем «Сидеть»

1. а) приставка; б) предлог; в) суффикс; г) окончание;  
д) корень.

2. а) прямая; б) ромб; в) прямоугольник; г) квадрат;  
д) треугольник.

3. а) барометр; б) флюгер; в) термометр; г) компас; д) азимут.

4. а) рабовладелец; б) раб; в) крестьянин; г) рабочий;  
д) ремесленник.

5. а) пословица; б) стихотворение; в) поэма; г) рассказ;  
д) повесть.

6. а) цитоплазма; б) питание; в) рост; г) раздражимость;  
д) размножение.

7. а) дождь; б) снег; в) осадки; г) иней; д) град.

8. а) треугольник; б) отрезок; в) длина; г) квадрат; д) круг.

9. а) пейзаж; б) мозаика; в) икона; г) фреска; д) кисть.

10. а) очерк; б) роман; в) рассказ; г) сюжет; д) повесть.

11. а) параллель; б) карта; в) меридиан; г) экватор; д) полюс.

12. а) литература; б) наука; в) живопись; г) зодчество;  
д) художественное ремесло.

13. а) длина; б) метр; в) масса; г) объем; д) скорость.

14. а) углекислый газ; б) свет; в) вода; г) крахмал; д) хлорофилл.

15. а) пролог; б) кульминация; в) информация; г) развязка; д) эпилог.

16. а) скорость; б) колебание; в) сила; г) вес; д) плотность.

17. а) Куба; б) Япония; в) Вьетнам; г) Великобритания; д) Исландия.

18. а) товар; б) город; в) ярмарка; г) натуральное хозяйство; д) деньги.

19. а) описание; б) сравнение; в) характеристика; г) сказка; д) иносказание.

20. а) аорта; б) вена; в) сердце; г) артерия; д) капилляр.

### **Упражнения, направленные на развитие кинестетического и пространственного праксиса**

Кинестетический праксис (праксис поз статических по зрительному образцу). Упражнения направлены на развитие теменно-затылочных долей головного мозга, межполушарные комиссуры:

1. Достаем большой и указательный пальцы – кулак – достаем указательный и средний пальцы – кулак – достаем средний и безымянный пальцы – кулак – достаем безымянный и мизинчик.

2. Прижать руки тыльной стороной друг другу, опустить пальцы вниз («корни растения»), затем из этого положения переходим в положение «Лилия» (ладошки вместе чуть округлены).

Пространственный праксис (нарушение схемы тела – теменная доля правого полушария; нарушение зрительно-пространственной организации движений – теменные доли левого и правого полушария; нарушение произвольной регуляции движений – лобные доли левого и правого полушария):

1. «Голосуем» правой – левой рукой.

2. Рука (правая-левая) перед грудью ладонью вниз– ладонью к груди.
3. «Пошуршали» ручками
4. Правый-левый кулачок под подбородок.
5. Левая-правая руки в стороны, ладошки в кулаке, затем подняли наверх – соединили, постучали на заданный счет; опустили вниз – открыли ладошку.
6. Руки на голову, правая рука лежит на левой. Затем левая на правой.

**Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для начального звена**

Упражнения усложняем через хлопки

- 1) Ладони на столе, на счет один-два пальцы врозь-вместе («веер»).
- 2) Ладошка-кулак-ребро (на счет один-два-три).
- 3) Соединять поочередно с большим пальцем каждый пальчик («колечки»).
- 4) Образовать два кружка из большого и указательного пальцев обеих рук, соединяя их у глаз («Очки»).
- 5) Руки в вертикальном положении, прижать ладони обеих рук друг к другу. Затем слегка раздвинуть их, округлив пальцы («Лилия»).
- 6) Руки перед собой. Одна сжата в кулак, другая распрямлена. Одновременно меняем положение обеих кистей, сжимая одну и распрямляя другую.

***Развитие конвекситальных и базальных отделов височной области – акустико-мнестические мозговые механизмы.***

***Упражнения на развитие фонематических процессов, анализа и синтеза звуковой стороны речи.***

1. Педагог произносит ряд звуков, а ребёнок должен хлопнуть, когда услышит заданный звук.
2. Дети определяют количество звуков в заданном слове.
3. Детям предлагается придумать слово, состоящее из определённого количества звуков в соответствии с количеством хлопков педагога.
4. Детям предлагается вспомнить название животного (фрукта, овоща, транспорта, мебели, одежды), в котором есть звук «а», «о» и т.п.
5. «Эхо». Произносить слова, а ребёнок повторяет лишь последний слог.
6. Отстукиваем (отхлопываем) слова по количеству слогов.
7. Вспомни и назови слова, которые можно отстучать 2 (три, ..... ) раза, т.е. слова, состоящие из 2-х (трех) слогов.
8. Слова наоборот.

**Комплекс упражнений, направленный на развитие зрительного гнозиса, зрительной памяти и зрительно-пространственного восприятия для среднего и старшего звена**

1. По команде педагога дети выполняют различные упражнения:
  - правая рука вверх-вниз, левая рука вверх-вниз – смотрим за руками;
  - правая рука в правую сторону – смотрим на свою руку, аналогично левая рука;
  - круговые движения правой рукой вперед – назад («Мельница»),

– ладошка правой руки перед лицом ребенка – «кулачок – раскрыли» – смотрим на ладошку, аналогично левая рука; затем обе руки.

2. а) Вниманию ребенка предлагается 3 – 4 картинки с предметами на 20-30 сек. Затем дети закрывают глаза – убираем одну картинку. Дети вспоминают, чего не хватает. Можно использовать буквы и цифры.

б) показываем картинки в определенном порядке – переворачиваем. Дети вспоминают, в каком порядке расположены предметы.

3. «Угадай буквы, цифру». Показываем картинку с недорисованной буквой, цифрой – дети угадывают, что за буква или цифра на картинке.

### **Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для начального звена**

1. Разглаживаем лист бумаги (тетради) ладонью правой руки, придерживая его левой, и наоборот

2. Постукивать по столу расслабленной кистью правой (левой) руки

3. Соединять концевые фаланги выпрямленных пальцев рук («домик»)

4. Соединять лучезапястные суставы, кисти разогнуты, пальцы отведены («корзиночка»)

5. «Две лягушки» – показываем щипковый захват (указательный и средний пальцы постукивают по большому). Упражнение можно выполнять с ритмичными стихами.

6. Рисуем «в воздухе» карандашом:

– вертикальные линии («Заборчик»)

– горизонтальные линии («Дорожки»)



– дугообразные и круговые линии («бублики», «дым», «волны»)

В упражнение можно добавить размерные отношения – рисуем низкий-высокий забор, длинную-короткую дорожку, большой-маленький бублик и т.д.

### **Упражнения, направленные на развитие манипулятивных умений рук, графических навыков, чтения для среднего и старшего звена**

1. Разглаживаем лист бумаги (тетради) ладонью правой руки, придерживая его левой, и наоборот

2. Постукивать по столу расслабленной кистью правой (левой) руки

3. Соединять концевые фаланги выпрямленных пальцев рук («домик»)

4. Соединять лучезапястные суставы, кисти разогнуты, пальцы отведены («корзиночка»)

5. «Две лягушки» – показываем щипковый захват (указательный и средний пальцы постукивают по большому). Упражнение можно выполнять с ритмичными стихами.

6. Рисуем «в воздухе» карандашом, *затем на листе бумаги*:

– вертикальные линии («Заборчик»)

– горизонтальные линии («Дорожки»)

– дугообразные и круговые линии («бублики», «дым», «волны», «сугробы» и т.д.)

В упражнение можно добавить размерные отношения – рисуем низкий-высокий забор, длинную-короткую дорожку, большой-маленький бублик и т.д.

7. Рисуем «в воздухе» карандашом, *затем на листе бумаги*:

– буквы

– цифры

## Упражнения на развитие стереогноза

1. В первом упражнении – описание признаков предлагаемых к игре предметов и их тактильное исследование. Предметы могут быть различные – шарик, кубик, треугольник, муляжи овощей и фруктов, кусочки различной ткани, карандаши, резинки, линейки и т.п.

2. Во втором упражнении – кладем в мешочек **один из предметов**, и ребенок узнает его на ощупь.

3. На третьем этапе – кладем **несколько предметов** в мешочек, и просим ребенка достать определенный предмет.

## Упражнения на развитие стереогноза для среднего и старшего звена

1. В первом упражнении – описание признаков предлагаемых к игре предметов и их тактильное исследование. Предметы могут быть различные – шарик, кубик, треугольник, муляжи овощей и фруктов, кусочки различной ткани, карандаши, резинки, линейки и т.п.

2. Во втором упражнении – кладем в мешочек **один из предметов**, и ребенок узнает его на ощупь.

3. На третьем этапе – кладем **несколько предметов** в мешочек, и просим ребенка достать определенный предмет.

4. Выстроить матрешек (стаканчики, бочонки и т.п.) по порядку (размеру) сначала с открытыми глазами, затем с закрытыми (количество предметов на усмотрение педагога).

5. Пересчитать предметы наощупь.

## Упражнения, направленные на развитие кинестетического праксиса, для начального звена

1) Кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев

и мизинца – «пальчики здороваются». Те же движения пальцев выполняются левой рукой; затем обеими руками одновременно.

2) Выпрямить указательный палец правой руки и вращать им – «оса». То же левой рукой; обеими руками – «осы».

3) Указательный и средний пальцы правой руки бегают по столу. То же левой рукой. Устраивают «перегонки».

4) Пальцами обеих рук, поднятых к себе тыльной стороной, совершать движения вверх-вниз («птички летят, машут крыльями»).

5) «Веер» – ладони на столе. На счет один – два пальцы врозь – вместе.

### **Упражнения для развития динамического и артикуляционного праксиса, межполушарного взаимодействия**

**Динамические упражнения с функциональными нагрузками для развития праксиса в движениях, выполняемых последовательно:**

Поочередное прикосновение большим пальцем к указательному пальцу, среднему, безымянному и мизинцу *в обычном и максимальном темпе.*

то же самое другой рукой.

то же самое одновременно двумя руками.

поочередное сгибание пальцев правой (левой) руки, начиная с мизинца, разгибание с большого пальца.

положить кисть правой (левой) руки перед собой (в положении игры на рояле), выполнить последовательно движения первым и вторым пальцами, первым и пятыми т.д.

### **Динамические упражнения с функциональными нагрузками для развития праксиса в движениях, выполняемых одновременно:**

Укладывание «горошин» в корзину одновременно обеими руками («брать большим и указательным пальцами»);

Сжимать – разжимать кулаки в разнобой (когда правая рука сжата в кулак, левая расправлена и наоборот);

Отбивать (в удобном темпе) по правой (левой) рукой, одновременно описывая в воздухе указательным пальцем левой (правой) руки небольшой кружок;

Одновременное выбрасывание вперед кистей рук, пальцы одной из которых сжаты в кулак, другой – поставлены в позу кольца.

### **Статические упражнения с функциональными нагрузками для развития артикуляторного праксиса**

Определить по беззвучной артикуляции последовательность звуков, произнесенных один за другим «и», «у», «у» «и» и произнесенных слитно – иу, уи.

- Также звуки а, о, с последовательностью АО, оа. Последовательности можно усложнить (аоа, оао, иуи, уиу...).

### **Упражнения, направленные на развитие кинестетического праксиса для среднего и старшего звена**

1) Поочередно сгибать пальцы правой руки, начиная с большого пальца. Затем то же, только начиная сгибать с мизинца. То же левой рукой. Обеими руками.

2) Положить правую руку на стол, поднять указательный и средний пальцы, расставить их (улитка с усиками)

3) Правая рука, как в предыдущем упражнении, левую положить сверху (раковина улитки)

4) Средний и безымянный пальцы правой руки прижать большим пальцем к ладони, указательный палец и мизинец слегка согнуть, поднять руку вверх (кошка).

5) «Веер» – ладони на столе. На счет один – два пальцы врозь – вместе.

### **Упражнения, направленные на развитие межполушарного взаимодействия, зрительно-моторную и пространственную координацию для среднего и старшего звена**

Упражнения усложняем через хлопки

1) Правой рукой захватываем свое левое предплечье, левой – правое.

2) Правую руку на правое плечо, левую руку на левое плечо

3) правую руку на правое колено, левую руку на левое колено

4) Правую руку кладем на левое плечо и наоборот, меняем на счет.

5) Правую руку кладем на левое колено, левую руку – на правое; меняем на счет.

6)левой рукой левое ухо, правой рукой правое ухо.

7) Правой рукой достаем левое ухо, левой рукой правое ухо – меняем на счет.

8) Игра «Барабанщик» – задать ритм хлопками, затем постукиванием по парте, дети прослушивают и повторяют ритм, ритм постепенно усложняем. Барабаним, поочередно меняя пальцы.

9) Ладони на столе, на счет один-два пальцы врозь-вместе («веер»).

10) Ладонка-кулак-ребро (на счет один-два-три).

### **Упражнения, направленные на развитие динамического праксиса для старшего звена**

1. Обе ладони лежат на столе. Затем, поочередно, одна – сжимается в кулак, другая – распрямляется.

2. Игра «Ладочки». Ученик должен выполнить действия по команде взрослого, который управляет игрой и произносит: «Ладочки над столом» – ребенок должен переместить свои ладочки; «ладочки за спиной», «ладочки под подбородком», «ладочки над головой». Задания даются с наращиванием темпа игры и с усложнением команд: «Левая ладошка на стол, правая – на голову» и т.п.

3. Обе ладони лежат на столе, одновременно с произнесением скороговорки правая рука скользит по столу и очерчивает круг, а левая скользит вниз.

4. Ладони обеих рук поставлены на ребро. На каждое слово скороговорки, ладони поочередно «шагают» вправо и влево, затем «ложатся» ладошками на стол.

### **Упражнения, направленные на развитие динамического праксиса для среднего звена**

1. Ладони поочередно ударяют о край стола с одновременным произнесением скороговорки.

2. Обе ладони лежат на столе. Затем, поочередно, одна – сжимается в кулак, другая – распрямляется.

3. Ладони – на себя, все пальцы, кроме больших, переплетены; большие пальцы – это «уши медведя», выставлены наверх. На слова «на горке» – ладони от себя вверх – образуют «горку».

4. Пальцы обеих ладоней переплетены и прижаты. С одновременным произнесением скороговорки распрямляем пальцы и вновь сжимаем в «замок».

5. Игра «Ладощки». Ребенок должен выполнить действия по команде взрослого, который управляет игрой и произносит: «Ладощки над столом» – ребенок должен переместить свои ладощки; «ладощки за спиной», «ладощки под подбородком», «ладощки над головой». Задания даются с наращиванием темпа игры.

***Задания на развитие слухо-моторной координации,  
фонематического анализа и синтеза  
для среднего и старшего звена***

**Задания на развитие слухомоторной координации  
(левое и правое полушарие височных и лобных долей  
головного мозга)**

Задаем определенный ритм, учащиеся должны повторить.

Усложняем: 3 раза левой рукой медленно, пять раз правой рукой быстро.

Правая рука отбивает ритм кулаком 5 раз быстро, левая – ладощкой шесть медленно и т.п.

***Упражнения, направленные на повышение нейродинамических показателей психической деятельности и развитие межполушарного взаимодействия***

«Пилка дров». Дети имитируют пилку дров: руки на себя – вдох, руки от себя – выдох.

«Погреться на морозе». Дети вдыхают через нос и дуют на «озябшие» руки, плавно выдыхая через рот, как бы согревая руки.

«Вьюга». Перед детьми сюжетная картинка «Вьюга». По сигналу «Вьюга началась» дети тихо гудят: У-у-у... По сигналу

«Сильная вьюга» дети громко произносят: У-у-у... По сигналу «Вьюга затихает» дети постепенно уменьшают силу голоса. По сигналу «Вьюга закончилась» замолкают.

**«Цеплялки»** – пальцы попарно в замочек и тянем в разные стороны на счет.

**«Укольчики»** – не очень острой палочкой (можно испи-санным стержнем шариковой ручки) легко "покалывать" подушечки пальцев рук.

**«Шарики-фонарики»** – по команде педагога дети показывают:

– шарики (руками чертим в воздухе круг или овал – круглый-овальный шарик)

– фонарики (ладошки перед лицом – сжали –разжали («включили правый-левый-оба фонарика»))

– ленточки – руки плавно двигаются вверх-вниз, вправо-влево («колышется ленточка справа-слева»)

– снежинки – ладошки соединили запястьями, пальцы растопырены.



**«Заяц-колечко-цепочка»:**



**«Флажок-рыбка-лодочка»**



## **Тренировка двигательной памяти**

Поставьте фломастером точку на листке бумаги. Затем опустите руку, спустя 5 секунд, также с закрытыми глазами постарайтесь попасть фломастером в эту же точку. Потом рисуйте линии, идущие в разные стороны, далее по памяти повторите их снова.

### **Упражнение:**

1. Положите на стол семь – десять различных предметов, накройте их чем-нибудь.

2. Снимите покрывало, сосчитайте медленно до десяти, снова накройте предметы и опишите предметы на бумаге как можно полнее.

3. Увеличивайте количество предметов.

4. Положите перед собой различные цифры в произвольном порядке. Сосчитайте до 10, накройте цифры.

Нарисуйте цифры и их расположение на листе.

5. Метод пиктограмм.

Рисуем по порядку каждую строчку стихотворения, не используя буквы, цифры и символы. Вспоминаем, используя свои рисунки.

## **Упражнения, направленные на энергетизацию и развитие слухо-моторной координации для начального, среднего и старшего звена**

1. Игра «Замри – отомри» – дети двигаются под музыку (можно «диктовать» движения – хлопки, повороты головы, руки вверх-вниз и т.п.). По команде «Замри» дети замирают в той позе, в какой из поз застала команда. По команде «Отомри» – начинают двигаться, стараясь попасть в такт музыке.

2. Игра «Повтори» – показываем под музыку движения, дети должны повторять, соблюдая ритм. Затем дети сами придумывают движения, остальные повторяют.

3. Игра «Барабанщик» – задать ритм хлопками, затем постукиванием по парте, дети прослушивают и повторяют ритм, ритм постепенно усложняем.

**«Гимнастика мозга» в образовательной кинезиологии.  
Базовый алгоритм использования программы [14]**

**Упражнения «Гимнастики Мозга»** направлены также на развитие различных систем координации движений и психофизических функций. В качестве примера можно привести координацию «глаза-руки», которая участвует в зрительной работе, в работе мелкой и крупной моторики рук при письме, рисовании, в общении и пр.

**Упражнения собраны в 4 группы:**

**Первая группа** включает движения, пересекающие среднюю линию тела, (образованную его левой и правой половинами); они стимулируют работу как крупной, так и тонкой моторики. Ведущий механизм «единства мысли и движения», лежащий в основе этих упражнений, способствует совершенствованию и интеграции связей между левым и правым полушариями головного мозга, полноценному восприятию материала, как на аналитическом уровне, так и на уровне обобщения.

**Вторая группа** – это упражнения, растягивающие мышцы тела. Эти упражнения снимают напряжение с сухожилий и мышц нашего тела. Когда мышцы растягиваются и принимают нормальное, естественное состояние и длину, они посылают сигнал в мозг о том, что человек находится в расслабленном, спокойном состоянии и, следовательно, о его готовности к по-

---

14 По материалам вебинара ««Гимнастика мозга» в образовательной кинезиологии. Базовый алгоритм использования программы» Н.Е. Афанасьевой, проведенном в Институте практической психологии «Иматон» в 2017 году и по книге Гимнастика мозга / Brain Gym Перевод книги "Brain Gym: Teacher's Edition." Paul E Dennison and Gail E.Dennison. 2010.

знавательной работе. На уровне работы мозга это означает, что информация из задних отделов мозга (зон выживания) может свободно переходить в передние, причинно-обуславливающие, через лимбическую систему, являющейся «воротами», которые пропускают учение (опыт) в высшие отделы мозга и делают его радостным.

**Третья группа** представляет собой упражнения, энергетизирующие тело, или, иными словами, обеспечивающие необходимую скорость и интенсивность протекания нервных процессов между клетками и группами нервных клеток головного мозга. Эти упражнения основаны на точном знании зон рефлекторного и «психологического» функционирования тела.

**Четвертая группа** упражнений – это позовые упражнения, которые способствуют углублению позитивного отношения, ибо влияют на эмоциональную и лимбическую систему мозга, взаимодействующую с центрами восприятия собственного «Я» личности. Они стабилизируют и ритмируют нервные процессы организма, также способствуя спокойному, успешному учению.

Еще одной важной характеристикой упражнений и движений, предлагаемых, в Гимнастике Мозга является то, что они работают над оживлением «базового» опыта личности, в частности: зрительного, слухового и чувственно-двигательного и поддерживают так называемые развивающие навыки.

Развивающие навыки – это особая категория навыков, представляющая собой первичные элементарные схемы движений. Эти навыки лежат в основе всех других навыков по конкретным частным учебным дисциплинам.

Каждое упражнение выполняется по 1-2 минуте, что не требует много времени. Их можно выполнять в различном порядке и сочетании. Простые движения и упражнения несут в

себе возможность радостного, творческого учения, позитивного личностного роста, перспективного формирования учебных навыков и умений.

## Как выполнять упражнения Гимнастики Мозга[15]

Следующее краткое изложение двигательных упражнений и объяснение того, как их выполнять, взяты из книги «Гимнастика Мозга: Teacher's Edition» (1994), написанной Пол и Гейл Деннисон.

Каждое краткое описание упражнения содержит рекомендации о том, на что обратить внимание (отследить) до и после выполнения упражнения. Каждое упражнение делается от 30 до 60 секунд. Движения, которые были сделаны для одной стороны тела, необходимо проделать три или более раз для другой стороны.

### Упражнения, пересекающие срединную линию



Движения срединной линии помогают нам использовать модели перекрестного движения, которые развивают биноку-

---

15 Пол И. Деннисон, Гейл И. Деннисон Образовательная кинестетика для детей. Москва, 1998

лярное зрение, бинауральный слух и координацию двух рук для работы в срединном поле, где мы упорядочиваем наши мысли и движения для решения учебных задач. Это зрительное, слуховое, кинестетическое срединное поле, является необходимым условием для целостной координации тела и легкости обучения в ближнем пространственном поле.

### **Перекрестный Шаг**

Для этого упражнения пересеките срединную линию своего тела, одновременно соединяя одну руку и противоположную ногу, затем другую руку и противоположную ногу. Когда вы ритмично касаетесь рукой или локтем противоположного колена, чувствуете ли вы перекрестное движение, которое организуется от центра вашего тела?

Теперь отследите вновь уровень скоординированности вашего тела, когда вы пересекаете комнату.

### **Ленивые восьмерки**

Выберите в комнате горизонтальную линию и проследите по ней взглядом сначала влево, затем вправо и снова влево. При этом отследите, насколько ваши глаза чувствуют себя расслабленно.

Теперь, удерживая большой палец на вашей срединной линии и на уровне глаз, нарисуйте в воздухе большую восьмерку, лежащую на боку: сначала против часовой стрелки вверх и влево кругом, возвращаясь в исходную точку, затем завершите фигуру движением вашего большого пальца по правой стороне. Ваши глаза следят за движением большого пальца и двигаются плавно, ваша голова может двигаться совсем чуть-чуть, а шея остается расслабленной. Прделайте это три раза одной рукой и три раза другой рукой. В заключение соедините руки, держа оба

больших пальца вместе, и проделайте это упражнение еще три раза.

Теперь снова проследите взглядом по горизонтальной линии, замечая, насколько расслаблены ваши глаза.

### **Двойные Рисунки**

Сначала отследите степень расслабленности ваших глаз, рук, плеч и шеи.

Одновременно двигая обеими руками и кистями рук, рисуйте симметричные фигуры (в зеркальном отражении друг к другу) на большой доске. Это могут быть волнистые линии, квадраты, круги и любые другие формы. Особенно забавно, когда ваши движения спонтанные, свободные, плавные, и вы делаете акцент не на продукте, а на процессе. Это двухстороннее движение задействует самые крупные мышцы рук и плеч. Рисовать можно руками в воздухе, на полу, парте, а так же на листе бумаги, используя фломастеры, пастель, карандаши. Снова обратите внимание, насколько расслаблены ваши глаза, руки, плечи.

### **Алфавитные восьмерки**

Подумайте об алфавите. Отметьте, какие буквы вызывают у вас затруднения при написании?

Происхождение слова «алфавит» связано с греческими буквами «альфа» (буква «а») и «бета» (буква «Ь»). Большинство остальных букв повторяют элементы этих первых букв. Начните упражнение с рисования больших Ленивых Восьмерок (см. выше). При этом держите руки сжатыми вместе, чтобы активизировать крупные мышцы рук, плеч и груди. Затем начните рисовать все буквы алфавита, вписывая их в лежащую восьмерку. Буквы, относящиеся к группе «а», начинайте рисовать со сред-



ней линии, двигаясь вверх и влево (окружность), затем по средней линии вверх и вниз. Буквы группы «Ъ» начинаются на средней линии, затем идут вниз, затем вверх и по окружности вправо и заканчиваются на той же средней линии.

После того, как вы прописали буквы, вызывающие у вас затруднения, подумайте о том, как вы их пишете или напишите их на бумаге.

### **Слон**

Вначале медленно поверните голову из стороны в сторону, отслеживая, насколько далеко она поворачивается и насколько расслаблены ваша шея и плечи.

Встаньте удобно, чуть согнув колени, прижимая голову к плечу и одновременно указывая этой же рукой на другую сторону комнаты. Используйте ребра своей грудной клетки, чтобы, двигая всей верхней частью тела, рисовать большую Ленивую Восьмерку в срединном пространстве перед собой. Смотрите сквозь свои пальцы. Это нормально, если вы видите раздвоенный образ вашей кисти. Повторите это движение другой стороной, прижимая голову к противоположному плечу и вновь рисуя ленивую Восьмерку. Позвольте вашей руке раскачиваться вместе с верхней частью туловища, подобно тому, как слон качает хоботом. Опять медленно поверните голову из стороны в сторону, отмечая изменения.

### **Вращение Шеи**

Отследите, как звучит ваш голос, или отметьте степень расслабления ваших плеч и шеи.

Упражнение можно делать стоя или сидя, с прямым позвоночником, ступни параллельно и на ширине плеч. Вдохните глубоко, затем выдохните, одновременно расслабляя плечи и

роня вашу голову вперед. Позвольте вашей голове медленно раскачиваться из стороны в сторону, пока вы вместе с выдохом отпускаете напряжение, а ваш подбородок плавно скользит по груди по дуге, останавливаясь у каждого плеча.

Повторите наблюдение за звучанием вашего голоса или уровнем расслабления верхней части тела.

### **Рокер**

Отследите, насколько расслаблены ваши бедра и нижний отдел спины.

Сидя на полу (постелите мягкий коврик, чтобы защитить копчик), отклонитесь назад, опираясь на ладони. Мягко массируйте сначала одно бедро, а затем другое движениями вперед и назад, маленькими кругами или ленивыми Восьмерками, снимая напряжение с бедер и поясницы.

Снова пронаблюдайте степень расслабленности ваших бедер и поясницы.

### **Брюшное дыхание**

Наблюдайте за своим общим состоянием покоя, комфорта, за звучностью и силой вашего голоса.

Встаньте удобно, позвоночник прямой, подбородок не задран (положение «под себя»), ребра расслаблены. Положите вашу руку на живот и выдыхайте весь воздух из легких короткими небольшими выдохами (словно вы удерживаете перышко в воздухе). При каждом выдохе давите своим пупком по направлению к позвоночнику. Теперь медленно и глубоко вдохните, аккуратно наполняя ваши легкие. Вам может захотеться повторить эти короткие серии выдохов один или два раза.

Затем, во второй части упражнения, продолжайте медленно вдыхать и выдыхать животом.

Ваша рука мягко поднимается во время вашего вдоха и опускается во время выдоха.

Изогните слегка вашу спину в талии, чтобы воздух мог проникать глубже.

Повторите упражнение три или более раз. В заключение, поставьте ваши руки на ребра и аккуратно сдавите их во время выдоха, затем вдохните и позвольте воздуху раздвинуть ваши ребра. Повторите это несколько раз и возвращайтесь к обычному дыханию.

Опять наблюдайте за силой и звучностью вашего голоса и общим состоянием.

### **Перекрестный Шаг лежа**

Отследите уровень вашей активности, готовности к действию; насколько легко вы сидите, стоите или двигаетесь от вашего центра при помощи мускулов, поддерживающих вашу позу, или полагаетесь на какие-то отдельные части своего тела, чтобы двигаться вперед.

Лежа на полу (используйте мягкий коврик, чтобы защитить копчик), согните колени и поднимите их по направлению к груди, руки соедините за головой или скрестите на груди. Скользите головой назад, подбирая подбородок под себя и по направлению к груди. Вдавите вашу спину в пол и используйте «Х» между вашими ребрами и тазобедренными костями, чтобы сжать ваши мышцы живота. С расслабленными и опущенными вниз плечами дотянитесь локтем до противоположного поднятого колена, затем повторите для другой стороны тела. Продолжайте чередовать колено и противоположный локоть.

Отследите снова уровень своей готовности к действию, скоординированность и солидарность работы позовых мышц.

## **Энергетизатор**

Отследите уровень вашей энергии, сидя за столом или за партой. Есть ли у вас желание сползти вперед на стол или парту? Насколько хорошо и устойчиво вы ощущаете вашу спину? Насколько расслаблены и удлинены ваша шея и позвоночник?

Сядьте удобно и устойчиво на стул за партой или столом. Стопы стоят плоско на полу и на ширине плеч.

Положите кисти рук на поверхность перед собой на ширине плеч, а ваш лоб опустите между ними. Давите вашими руками и предплечьями вниз во время вдоха, поднимаясь медленно и по чуть-чуть при помощи движения позвоночника вперед и вверх, начиная со лба и заканчивая верхней частью спины, удерживая плечи и нижнюю часть тела расслабленными.

Ваши диафрагма и грудь остаются открытыми в то время, как ваше дыхание двигается по срединной линии подобно фонтану энергии. При выдохе опустите ваш подбородок по направлению к грудной клетке и медленно возвращаете ваш лоб на парту, позволяя задней части вашей шеи растягиваться. Дыхание глубокое и расслабленное. Повторите два или больше раз.

Отследите свое состояние и уровень энергии.

## **Мысль о «Х»**

Отследите уровень вашей скоординированности и телесной осознанности.

Подумайте о фигуре Х, соединяющей ваши бедра и противоположные плечи. Сделайте движение одного плеча и противоположного бедра по направлению друг к другу, мысленно соединяя их линией. Затем сделайте движение плеча и бедра назад и затем снова приведите их в нейтральное положение, замечая,

как X перемещается при движении. Повторите для другого плеча и бедра. Снова отследите уровень координации и телесной осознанности.

**“Перекрестные шаги и прыжки”.** Для тренировки взаимодействия левой и правой частей тела. Достижение лучшей интеграции (объединения в единое целое) двух полушарий головного мозга обеспечивается путем их поочередного функционального разъединения и объединения при выполнении то параллельных, то перекрестных движений. Облегчает переход на новый вид деятельности и переключение с правополушарной деятельности на левополушарную и наоборот. При медленном выполнении упражнение активизирует баланс вестибулярной системы.

**“Ленивые восьмерки”.** Для интеграции работы правого и левого полушарий головного мозга, для согласования и активирования движений глазодвигательных мышц, для интеграции и включения в работу бинокулярного и периферийного полей зрения. Способствует развитию навыка пересечения среднего зрительного поля без перерывов, необходимого для чтения. Повышается координация движения мышц глаз (особенно при прослеживании).

**“Двойной рисунок”.** Для осознания направления движения и ориентации тела в пространстве. Активизирует мозг для координации «руки-глаза» в разных зрительных полях, пересечения средней кинестетической линии, осознания пространства и зрительного различия. Более легкое обучение письму.

**“Алфавитные восьмерками”.** Улучшение письма (правописания), способности творчески мыслить и писать одновременно.

**“Слон”.** Расслабляет шею и глаза. Улучшается запоминание написанного, внимательность при слушании.

**“Вращение шеи”.** Расслабление шеи и плеч. После этих движений голос при чтении и говорении звучит намного сильнее.

**“Рокер”** расслабляет бока после длительного сидения и письменных занятий. Улучшение работы задних отделов мозга.

**“Брюшное дыхание”**, выполняется для того, чтобы расслабиться после напряжения и стрессов, а также лучше переварить пищу.

**“Перекрестный шаг сидя”.**

**“Энергизатор.** Общее расслабление. Улучшение кровоснабжения мозга.

### Энергетизирующие упражнения



Одно из удивительных свойств человеческого тела – то, что оно представляет собой сложную электрическую систему. В этой системе все визуальные, аудиальные и кинестетические

сигналы, поступающие из внешнего мира, – по факту, вся сенсорная информация – преобразуется в электрические сигналы и передается к мозгу по нейронным путям. Затем мозг посылает электрические сигналы по другим нейронным путям, сообщая различным системам, как отвечать на полученный сигнал из вне. Скорость передачи электрических сигналов по нейронным путям достигает четырехсот километров в час.

### **Энергетизирующие упражнения**

Гимнастики Мозга помогают восстановить нейронные пути между мозгом и остальным телом, облегчая течение электромагнитной энергии через всю систему. Нейронные цепочки справа – налево/ слева – направо, от головы к ногам/от ног к голове, и со спины вперед и обратно устанавливают и поддерживают наши три измерения тела: латеральность, центрацию и фокус, а так же наше ощущение структуры и связи с людьми и объектами в нашем окружении.

#### **Питье воды**

Отследите, как вы чувствуете свою энергию. Попейте воду маленькими глотками, ненадолго удерживая каждый глоток во рту, и отследите снова. Если вы делаете это впервые, может потребоваться несколько дней, чтобы стало возможным отследить разницу в вашем опыте до и после питья воды.

#### **Кнопки Мозга**

Отследите, чувствуете ли вы ясность в мышлении. Насколько ясно вы видите?

Чтобы стимулировать Кнопки Мозга, положите одну руку на пупок, а другой рукой сделайте форму U из большого и

указательного пальца и положите их под ключицы, приблизительно три сантиметра от грудины с каждой стороны. Мягко потирайте точки под ключицами в течение двадцати – тридцати секунд. Нижняя рука остается на месте, в то время, как ваши глаза медленно двигаются налево и направо вдоль горизонтальной линии. Затем поменяйте руки и проделайте упражнения снова.

Отследите снова ясность вашего мышления и зрения.

### **Кнопки Земли**

Чувствуете ли вы комфорт и организованность при взгляде вниз, выполняя какую-либо визуальную задачу в ближнем визуальном поле или глядя вниз и затем вверх?

Положите два пальца под нижнюю губу, а ладонь другой руки на пупок таким образом, чтобы кончики пальцев указывали вниз вдоль вашей срединной линии. Ваша голова автоматически примет правильное положение: с подогнутым под себя подбородком прямо над грудиной. Представьте, что вы вдыхаете воздух через центр тела вверх. Посмотрите вниз, потом позвольте вашим глазам двигаться по вертикальной линии вверх и вниз. Держите Кнопки Земли от четырех до шести полных вдохов, чувствуя заземление. Поменяйте руки и повторите.

Снова отследите, насколько комфортно вам смотреть по направлению вниз, и изменилась ли ваша способность фокусироваться на предметы в ближнем визуальном поле.

### **Кнопки Космоса**

Отследите, чувствуете ли вы себя комфортно, фокусируясь на пространственных задачах, таких как взгляд на противоположную часть комнаты, при игре в теннис, чтении с классной доски или парковке автомобиля.



Положите два пальца над верхней губой, а ладонь другой руки расположите в области копчика. Центр вашей головы должен находиться над вашими бедрами. Представьте себе, что вы вдыхаете энергию вверх по позвоночнику. Газы двигаются вниз (для заземления), затем идут медленно сантиметр за сантиметром вверх и вдаль, к точке в дальнем визуальном поле (наши визуальные способности работают в ближнем – дальнем визуальном поле). Держите Кнопки Космоса от тридцати секунд и больше (от четырех до шести полных вдохов). Поменяйте руки и повторите.

Снова отследите свое состояние.

### **Кнопки Баланса**

Легко ли вам удерживать баланс, стоя на одной ноге?

Положите два пальца в углубление позади уха на основании черепа, вторую руку положите на пупок. Представьте, что вы вдыхаете энергию вверх по центру своего тела. Держите примерно тридцать секунд, затем поменяйте руки и повторите.

Отследите снова ваше чувство баланса.

### **Энергетическая Зевота**

Есть ли у вас какое-либо напряжение, связанное с вашими визуальными навыками,

дыханием или самовыражением? Чувствуете ли вы свои лицевые мускулы расслабленными?

Имитируйте зевок. Положите пальцы каждой руки на точки напряжения вдоль челюстных суставов. Зевните со звуком так широко, как можете, мягко массируя места напряжения под пальцами.

Отследите вновь, что с вашим зрением, дыханием, готовностью к самовыражению.

### **Думающий колпак**

Легко ли вам слушать других? Отследите, насколько легко поворачивается ваша голова налево, затем – направо.

Используя ваши большие и указательные пальцы, мягко тяните и разворачивайте ваши уши назад. Начинайте массировать с верхней точки ушей, по краю, заканчивая мочкой. Повторите три или больше раз.

Повторите отслеживание.

**Вода** Позволяет ионизировать соли, чем повышает электрический потенциал в мембранах нервных клеток и обеспечивает необходимыми формами протеина и их функционирование во всей нервной системе. Все электрические и химические действия мозга зависят от проводимости электрических связей между мозгом и сенсорными органами, которые поддерживаются водой.

Вода составляет 76% веса тела человека.

Вода также повышает уровень кислорода, столь необходимого для гемоглобина.

Вода необходима для снижения последствий стрессов, особенно дистрессов.

Вода нужна для правильного функционирования лимфотической системы, от которой зависит клеточное питание и выведение шлаков.

Вода активизирует мозг для накопления и оживления информации.

**“Энергетическая зевота”**. Упражнение создает повышение циркуляции крови в мозге, стимулирует работу всего тела. Снижает напряжение в мышцах и связках челюстей.

Улучшение сенсорного восприятия и моторной функции глаз и мышц, отвечающих за звучание и жевание.

Улучшение процессов окисления в организме. Надежного спокойного функционирования тела.

Улучшение зрительного внимания и восприятия; спокойной работы мышц лица.

Улучшение вербальной и экспрессивной коммуникации.

Развитие способности выбирать нужную информацию.

**«Думающий колпак»** помогает сосредоточить внимание на собственном слухе и процессе слушания, снимает напряжение в мышцах головы.

Упражнение активизирует слух для:

пересечения средней аудиальной линии (слуховое внимание, распознавание, различение, восприятие, память);

слушания собственного голоса во время говорения;

успешной работы кратковременной памяти;

совершенствования внутренней речи и навыков мышления;

повышения умственных и физических способностей;

согласования слушания обоими ушами;

включение ретикулярной формации (защиты от отвлекающих звуков).

**“Кнопки мозга».** Для объединения восприятия разных частей тела и достижения целостного психического восприятия своего организма. Обеспечивает приток свежего кислорода в мозг. Активирует работу мозга, подготавливает его к восприятию сенсорной информации. Рука на пупке позволяет сосредоточить внимание на центре тяжести тела.

**“Кнопки Земли”.** Для лучшего понимания получаемой информации.

**“Кнопки баланса”.** Для лучшего восприятия зрительной (визуальной) информации

**“Кнопки космоса”.** Для гармонизации мыслительной деятельности и усиления концентрации внимания.

### Упражнения, повышающие позитивное отношение



Во время стресса, когда уровень адреналина повышается, происходит снижение электрического потенциала на мембранах нервных клеток – тело готовится к рефлексу «нападения – убегающего». Тело реагирует в соответствии с задачей выживания, и электрическая энергия перемещается от неокортекса, от срединной линии тела по направлению к мышцам на периферии, которые обеспечивают реакцию выживания и связаны с работой симпатической нервной системы. В результате готовности нашего тела убежать или напасть, у нас напрягаются определен-

ные зоны в теле и, в том числе, задняя поверхность тела. У нас нарушается поза тела, и мы теряем ощущение равновесия.

Упражнения, повышающие позитивное отношение активируют вестибулярную систему, новую кору (неокортекс) и префронтальные отделы мозга, перенося энергию к центру тела и, таким образом, восстанавливая работу префронтальных отделов головного мозга и нашу способность рассуждать. Это стимулирует функцию парасимпатической нервной системы и снижает уровень адреналина. С помощью такого увеличения электрической активности перекрестных синапсов, восстанавливается координация мыслей и действий.

### **Крюки**

Отследите, чувствуете ли вы себя спокойным, организованным, способным сосредоточиться на ближайшей задаче или легко теряетесь и становитесь неспособным думать?

Часть 1: стоя или сидя скрестите лодыжки. Затем вытяните руки прямо перед собой, перекрестите запястья и переплетите пальцы рук; поднимите переплетенные руки вверх до уровня груди. Держите такую позицию минуту или больше, дышите медленно, глаза могут быть открыты или закрыты. Во время вдоха поднимайте кончик языка к верхнему твердому небу (прямо позади зубов), на выдохе расслабляйте и опускайте ваш язык.

Вторая часть: когда вы будете готовы, разомкните скрещенные руки и ноги, соедините кончики пальцев рук вместе на уровне груди, продолжайте дышать глубоко, поднимая кончик языка на вдохе и опуская при выдохе.

Отследите вновь степень своего спокойствия, концентрации и организованности.

### **Позитивные точки**

Чувствуете ли вы себя спокойным, выполняя какую-либо работу под влиянием ситуации (например, экзамен, окончание работы к определенному времени и т.д.) или вы волнуетесь и оказываетесь в состоянии стресса?

Легко удерживайте кончиками ваших пальцев обеих рук точки на середине между линией роста волос и бровями – прямо над центральной частью ваших глаз. Достаточно легкого нажатия и натяжения кожи под пальцами.

Снова отследите уровень спокойствия или тревоги по поводу ситуации, которая вызывала у вас стресс.

### **Растягивающие упражнения**

В повседневной жизни чувствуете ли вы себя участником – активным игроком в том, что происходит вокруг вас? При стрессе сокращаются мышцы, и с течением времени сухожилия задней поверхности тела укорачиваются, что не может не сказываться на осанке и мешает вестибулярному балансу. Растягивающие упражнения помогают восстановить работу наших проприорецепторов – «мозговых клеток в мускулах», которые дают нам информацию о нашем нахождении в пространстве и о положении тела при движении. Эти упражнения ослабляют напряжение в мышцах и сухожилиях и дают нам чувство готовности участвовать в том, что происходит вокруг нас. Выполнение Растягивающих упражнений так же помогает завершить детские развивающие двигательные паттерны, такие, как тонический лабиринтный рефлекс, благодаря которому закладывается механизм работы среднего уха и наши отношения с гравитацией; тонический шейный рефлекс, который развивает ощущение латеральности тела, гибкость, подвижность и возможность прямохождения в условиях гравитации; и дифференцированные дви-

гательные ответы, которые позволяют нам различать мускулы, сухожилия и суставы, вначале отвечающие за крупную моторику, а впоследствии и за мелкую моторику.

Завершая каждое упражнение, отследите уровень вашего чувства оживления, воодушевления и энергии.



### Сова

Отследите насколько легко вы «слушаете» то, что читаете? Насколько расслаблены ваши плечи и руки? Захватите верхнюю часть плеча противоположной рукой и крепко сожмите мышцу. Медленно, поворачивая голову, посмотрите назад через плечо. Полностью выдыхая со звуком «ухх-х-х-х» (как сова ухает; это может быть и любой другой звук на длинном выдохе), отведите оба ваших плеча назад, а грудную клетку вперед. Продолжайте сжимать плечо и одновременно поверните вашу голову, чтобы посмотреть через другое плечо, снова «ухая» и открывая вашу грудную клетку. Снова «ухая», опустите подбородок к груди, одновременно опуская вниз и назад ваши плечи и расслабляя их. Сделайте три или более раз и затем повторите упражнение другой рукой, сжимая противоположное плечо.

Снова отследите, насколько расслаблен верх вашего тела. Есть ли изменение в том, как вы «слушаете» себя во время чтения.

### **Активация Рук**

Возьмите в руку ручку или карандаш таким образом, каким вы обычно держите при письме. Насколько легко вам держать? Насколько расслаблены ваши плечи, руки и кисти?

Поднимите одну руку над головой, противоположную руку положите на поднятую руку возле уха (ниже локтевого сустава). Опускайте поднятую руку по очереди в четырех направлениях, выдыхая при этом через сомкнутые губы: по направлению к голове, вперед, назад и от головы, препятствуя движению ладонью второй руки. Делайте в каждую сторону по три раза, выдыхая каждый раз на счет восемь. Повторите упражнение для другой стороны.

Снова отследите насколько легко вы держите ручку, насколько расслаблена ваша верхняя часть тела.

### **Сгибание стопы**

Перед началом упражнения отследите две вещи: насколько легко вы можете выражать себя, и насколько расслаблены ваши икроножные мышцы и остальные мышцы задней поверхности тела.

Сядьте, положив щиколотку одной ноги на колено второй ноги (или вытяните вашу ногу перед собой вперед как на картинке базового меню). Положите пальцы одной руки под колено (там крепится сухожилие верхней части икроножной мышцы), а пальцы второй – чуть выше щиколотки (нижнее крепление икроножной мышцы). Мягко надавливайте на эти два конца икроножной мышцы, одновременно сгибая и разгибая стопу и, тем самым, растягивая икроножную мышцу. Продолжая сгибать и разгибать стопу, пройдитесь руками вдоль всей поверхности икры между точками прикрепления мышцы, массируя болезненные или чувствительные точки. Повторите для другой ноги.



Опять отследите вашу готовность к самовыражению и степень расслабленности ваших икр и задней поверхности тела.

### **Икроножная помпа**

Отследите снова вашу готовность к самовыражению. Насколько расслаблены обе ваши ноги.

Встаньте так, чтобы одна нога была впереди, а вторая – сзади, на выдохе наклонитесь вперед, сгибая колено передней ноги и надавливая пяткой задней ноги на пол. При этом колено выдвигается вперед таким образом, чтобы вы видели не меньше половины своей ступни (чтобы не травмировать колено). Глубоко вдохните, расслабляясь и поднимая пятку задней ноги. Сделайте три или больше раз каждой ногой.

Снова отследите вашу готовность к самовыражению. Вы чувствуете большую легкость и направленность вперед в вашем теле?

### **Гравитационное скольжение**

Отследите, насколько расслаблены ваши бедра и задняя поверхность вашего тела, насколько вы чувствуете физическую устойчивость, когда сидите.

Сядьте комфортно, вытянув ноги перед собой и скрестив их в щиколотках. Пусть колени будут расслаблены в то время, когда вы наклоняетесь вперед (сначала голова) и тянетесь перед собой, позволяя голове висеть свободно. Ваши руки скользят вниз на выдохе и вверх – на вдохе. Прodelайте это упражнение три раза в каждом из направлений: по центру, влево и вправо. Скрестите ноги так, чтобы верхняя нога была теперь внизу, и повторите упражнение.

Снова отследите, насколько расслаблены ваши бедра и спина, и насколько вы расслабленно сидите.

## **Заземлитель**

Отследите, насколько вы себя чувствуете сфокусированным и насколько комфортно вам нести самого себя?

Встаньте, глядя вперед, расставив ноги на удобное для вас расстояние (примерно три ступни), руки поставьте на бедра. Поверните голову и правую ступню направо, левая нога остается на месте и указывает прямо перед собой. (Туловище обращено вперед, правое колено, локоть и нос смотрят направо). Удерживайте ваши бедра точно под вами, сгибая правое колено и медленно выдыхая (при этом позволяйте колену двигаться только до половины правой стопы). На вдохе выпрямите ногу и вернитесь в вертикальное положение. Прделайте упражнение три или более раз, затем повторите его для противоположной стороны.

Отследите снова, насколько сфокусированным вы себя ощущаете.

**\*\*“Сова”.** Для развития слуховых, зрительных умений, для улучшения поворота головы. Для координации глаз вовремя чтения и /или включает в работу навыки видения с близкого расстояния. Упражнение снимает напряжение в шее и плечах в состоянии стресса, длительного чтения, удлиняет мышцы шеи и плеч, восстанавливает в них нормальное кровообращение. Повышает циркуляцию крови в мозгу и таким образом активизирует сосредоточение внимания и навыки понимания.

**“Активизация руки”** помогает письму, правописанию и творческому сочинению

**“Сгибание стопы ног”** упражнение быстро подключает "языковое" полушарие мозга, помогает найти ответы на вопросы.

**“Помпа икр ног”.** Упражнение помогает растягивать икроножные мышцы, которые в ситуации стресс сильно сокращаются, и восстанавливать естественную длину. Снижается влияние сохранного рефлекса и происходит возвращение мышцам нормального тонуса. Упражнение активизирует мозг для интеграции передних и задних отделов мозга, для развития выразительной речи и языковых способностей. Повышается мотивация к учению и желание двигаться вперед.

**“Гравитационное скольжение”** снимает напряжение после длительного сидения за столом или после управления автомобилем и т.п. Растягивает все мышцы позвоночника.

**“Заземлитель”** помогает сфокусировать энергию на выполняемой работе.

**Таксономия мыслительных умений Блума (глаголы действия) [16]**

Таблица описывает специфику каждого уровня, а также действия, посредством которых реализуются соответствующие умения как с позиции учителя, так и с позиции учащегося.

Уровень	Определение	Что делает учитель	Что делает учащийся	Какие ключевые термины используются для побуждения учащихся
Знание	Определение и отбор информации	Рассказывает, показывает, наглядно проявляет	Воспринимает, запоминает, распознает	Перечислите, запомните, назовите
Понимание	Понимание представленной информации; формулирование проблемы	Сравнивает, противопоставляет, демонстрирует	Объясняет, преобразовывает, демонстрирует	Обсудите, определите, расскажите

16 Печатается по ФГОС. Настольная книга учителя: Учебно-методическое пособие/ В.И. Громова, Т.Ю. Сторожева. – Саратов, 2013. – 120 с.

	мы собственными словами	Наблюдает, по- могает, критику- ет	Решает пробле- мы, демонстри- рует знания	Примените, вычислите, измените, выберите, классифицируйте, завер- шите, продемонстрируйте, обнаружь- те, инсценируйте, задействуйте, ис- следуйте, проведите эксперимент, проиллюстрируйте, интерпретируйте, модифицируйте, оперируйте, потре- нируйте, соотнесите, спланируйте, покажите, сделайте набросок, решите, используйте
Анализ	Разбиение инфор- мации на <i>связан- ные</i> части	Направляет, ис- следует, информирует	Разделяет, об- суждает раскрывает	Проанализируйте, оцените, сгруппи- руйте, вычислите, категоризируйте, класси- фицируйте, сравните, свяжите, проти- вопоставьте, критикуйте, обсудите, дифференцируйте, различите, разде- лите, исследуйте, проведите экспери- мент, объясните, выведите, упоря-

					дочте, усомнитесь, соотнесите, выберите, разделите, проверьте
Синтез	Компиляция информации	Обобщает, оценивает, рассуждает	Обобщает, формулирует, планирует		Сгруппируйте, соберите, скомбинируйте, составьте, создайте, разработайте, сформулируйте, обобщите, объедините, придумайте, модифицируйте, организуйте, спланируйте, подговьте, предложите, перегруппируйте, перепишите, установите, замените
Оценка	Оценивание на основе критериев	Уточняет, допускает, гармонизирует	Дискутирует, оценивает, выбирает		Докажите, выберите, сравните, сделайте вывод, убедите, решите, обоснуйте, объясните, измерьте, предскажите, проанжируйте, порекомендуйте, выделите, суммируйте, поддержите, проверьте, оцените



**Использование педагогами нейропсихологических  
и нейрокинезиологических упражнений, способствующих  
успешности решения учебных задач учащимися  
с нарушениями опорно-двигательного аппарата**

**Методическое пособие**

***Авторы-составители:***

***Э.Э. Сыманюк***, доктор психологических наук, профессор,  
директор Уральского гуманитарного института ФГАОУ ВО  
«УрФУ имени первого Президента России Б.Н. Ельцина».

***А.А. Печеркина***, кандидат психологических наук, доцент,  
заведующая кафедрой педагогики и психологии образования

Уральского гуманитарного института ФГАОУ ВО  
«УрФУ имени первого Президента России Б.Н. Ельцина».

***М.М. Ицкович***, кандидат психологических наук, доцент  
базовой кафедры Коррекционная педагогика и психология

Уральского гуманитарного института ФГАОУ ВО  
«УрФУ имени первого Президента России Б.Н. Ельцина».

***Л.В. Токарская***, кандидат психологических наук, доцент,  
кафедрой педагогики и психологии образования Уральского

гуманитарного института ФГАОУ ВО

«УрФУ имени первого Президента России Б.Н. Ельцина».

Подписано в печать 14.11.2019. Формат 60x84/16 Бумага офсетная  
Гарнитура Times New Roman Усл. печ.л. 9,3. Уч.-изд. л. 3,9.

Тираж 100 экз. Заказ № 12/11-1.

Отпечатано ООО «Издательский Дом «Ажур».

620075, Екатеринбург, ул. Восточная, 54.