

# Картотека

## «Кинезиологические нейропсихологические игры и упражнения»

Воспитатель: Матюшина Л.С.

### *Цели и задачи использования картотеки:*

- Развитие высших психических функций;
- Обеспечение регуляции, программирования и контроля психической деятельности;
- Повышение работоспособности и продуктивности;
- Развитие общей и мелкой моторики;
- Содействие развитию речи;
- Стабилизация психоэмоционального состояния;
- Формирование произвольности действий.

### **Игры и упражнения на разно типичное согласование движений рук.**

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия через согласование разнотипных движений рук. Обеспечение регуляции, программирования и контроля психической деятельности. Формирование произвольности действий.

#### ***Упражнение «Капитанское»***

Одна рука приложена козырьком к бровям, а вторая рука показывает знак "Класс". Меняем руки местами. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой рук.

#### ***Упражнение «Класс»***

Одну ладонь выставляем вперед, а второй рукой показываем знак "Класс". Меняем руки.

Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой положения рук.

#### ***Упражнение «Колечки»***

**Цель:** развитие межполушарного взаимодействия через согласование разнотипных движений рук.

На одной руке большой палец последовательно соединяется со всеми остальными пальцами, начиная с указательного пальца.

То же самой делает другая рука, но начинается с мизинца. Задача – делать упражнение одновременно двумя руками.

### ***Упражнение «Кулак-ребро-ладонь»***

Используем эту игру для развития фонематического восприятия либо для дифференциации звуков (если услышишь звук Ш — ставь кулак, звук С — ставь ребро; звук Р — кулак, звук Л — ладонь и т.д.).

### ***Упражнение «Ладушки»***

Эта игра одной из первых появляется в опыте любого ребенка. Если он с ней не знаком — научите его играть сначала в классическом варианте, и не только руками, но и лежа — ногами. Затем усложните задачу: хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером (руки у обоих перекрещены, хлопок, хлопок с партнером «левая

— правая», хлопок с партнером «правая — левая». Далее увеличивается число движений за счет соединения классического и данного вариантов. Аналогично — ногами;

### ***Упражнение «Класс – зайц»***

Левой рукой показывать «класс», правой – «зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.

### ***Упражнение «Зеркало»***

Выполнять его необходимо в паре. Два ребенка встают друг против друга и договариваются о своих ролях: один – ведущий, второй – «зеркало». Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий начинает производить хаотичные движения руками, а «зеркало» пытается отразить их в том же ритме. Меняются ролями.

### ***Упражнение «Попробуй повтори»***

В этой игре участник должен воспроизвести положение рук или позу, которую он видит на картинке, для чего ему необходимо совершить некоторое конкретное движение. Игра способствует развитию внимания, пространственных представлений, улучшает реакцию. Набор движений, предложенный в игре, часто используется психологами в программах по психомоторному развитию и нейропсихологической коррекции детей и, несмотря на простоту и увлекательность, является эффективным инструментом работы.

### ***Упражнение «Резиночки»***

Эта игра полезна для развития мелкой моторики, внимания, пространственной ориентировки. Здесь есть специальные карточки со схемами одевания резинок на пальцы. Такую игру легко сделать самим. Так же полезен вариант без использования карточек по словесной инструкции (Одень на указательный пальчик левой руки розовую резинку, на безымянный пальчик правой руки-синюю и т.д. Таким образом закрепляем названия пальцев и понятия: «право-лево».

### ***«Зеркальное рисование»:***

- Положите на стол чистый лист бумаги. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки (квадраты, треугольники, горизонтальные линии), буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличивается

эффективность работы всего мозга.

### ***Упражнение «Ухо – нос – хлопок»***

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с «точностью до наоборот».

### ***Упражнение Игры с мячами (обычными, прыгунами,).***

Игры и упражнения с мячом, направленные на развитие фонематического восприятия, закрепление правильного произношения.

- На звук Ш отбивай мяч правой рукой, на звук С левой;

- Если назову один предмет, отбивай правой рукой мяч, если много — левой;

- Гласный звук услышат ушки – мяч взлетает над макушкой - если услышишь гласный звук, подбрось мяч вверх;

- Стукни раз, а может два, по частям скажи слова - разделить слово на слоги, ударя мячом об пол;

- Мяч кидай, где звук узнай - определить позицию заданного звука в слове;

- Мы играем – раз, два, три, мяч бросаем, посмотри - подбросить мяч столько раз, сколько звуков в заданном слове;

- Разноцветные мячи по порядку собери - составить звуковую схему слова;

- С мячиком иду играть, звуки, слоги повторять» - автоматизация звуков, слогов;

- Лови да бросай, слово новое узнай - заменить один звук на другой и узнать новое слово (лак – рак, усы – уши);

- Мяч бросаю, диких животных называю;

- Мяч передаю, деревья назову;

- Чья у зверя голова? Подскажи скорей слова - образование притяжательных прилагательных (у волка - волчья, у лисы – лисья) и т.д.

### ***Упражнение «Передай мячи».***

Игра проходит в парах, дети встают друг против друга, в руках у одного ребенка 2 мяча.

- Передают поочередно в руки другому;

- Передают, держа руки крест на крест;

- Передают по одному мячу с хлопком и т.д.

### ***Метод «Су-Джок»***

Это колючие мячики с металлическими колечками внутри. На руках находится множество биологических точек, и при прокатывании Су-Джок между ладонями происходит стимуляция этих точек. Металлические колечки надеваются и снимаются на каждый пальчик. Такой массаж ребёнок может делать самостоятельно под присмотром взрослого. Здесь не страшно ошибиться: любое действие с «ёжиками» принесёт пользу. Вместо Су-Джок можно воспользоваться дарами природы: шишки, каштаны, орехи. Подойдут также любые колючие мячики, например, для стиральной

машинки.

**Чтение стихотворения под хлопки или стук двумя руками.**

*Цель: Развитие слухомоторной координации, улучшение дикции, развитие концентрации и распределения внимания*

1. Взрослый читает и одновременно прохлопывает стихотворение. Голосом и хлопками выделяются ударные слоги (в тексте эти слоги помечены ударением). Метод прохлопывания стихотворения полезен при заучивании любых стихов наизусть, так как к работе подключается левая височная доля мозга (речь, текст стихотворения) и правая височная доля (ритм, мелодика).

*Зима недаром злится.*

*Прошла ее пора.*

*Весна в окно стучится*

*И гонит со двора. (Ф. И. Тютчев)*

2. Взрослый читает ребёнку текст в среднем темпе и одновременно стучит по столу. Ребёнок должен пересказать текст и назвать количество ударов. Текст берётся в зависимости от уровня подготовленности и возраста ребёнка. Рекомендованное количество ударов от 5 до 10.

*В деревне*

*Приехал Миша летом в деревню из города. Всё незнакомо. Вышел во двор. А у крыльца маленький поросёнок ест из корыта. На заборе петух сидит. Крылья у петуха большие, гребешок красный. Взлетел на забор: — Ку-ка-ре-ку! Заглянул Миша в сарай. А там корова Зорька стоит, сено жуёт. Такого в городе не увидишь.*

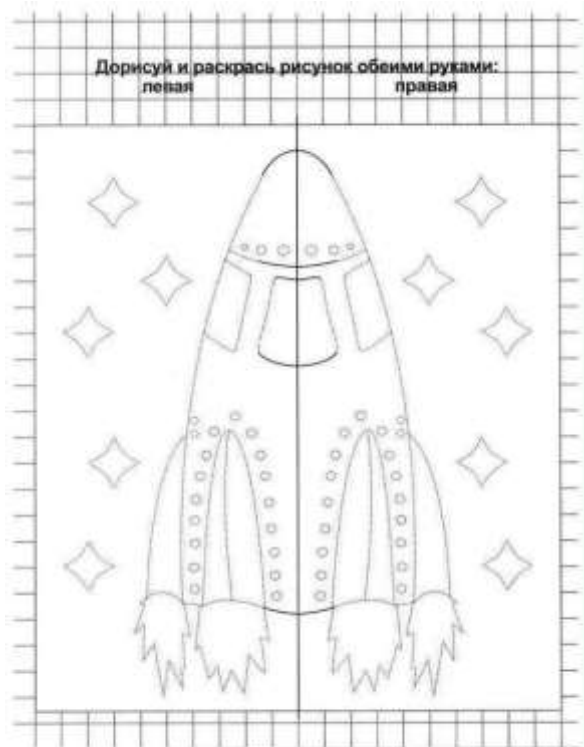
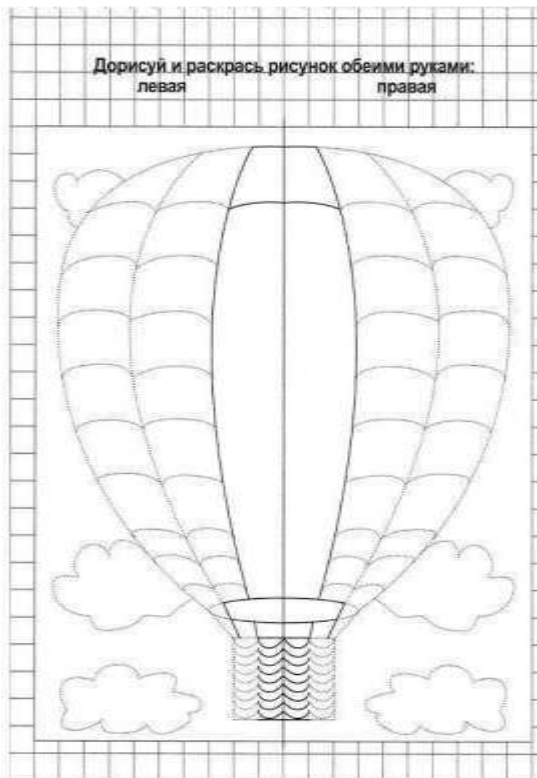
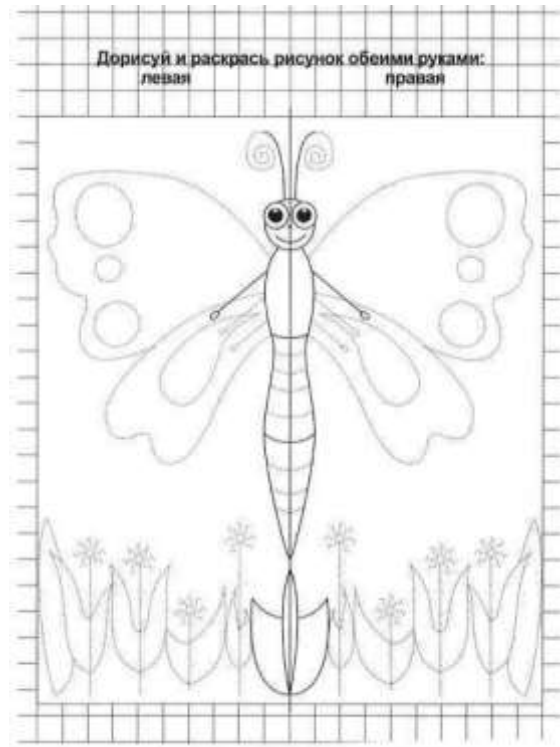
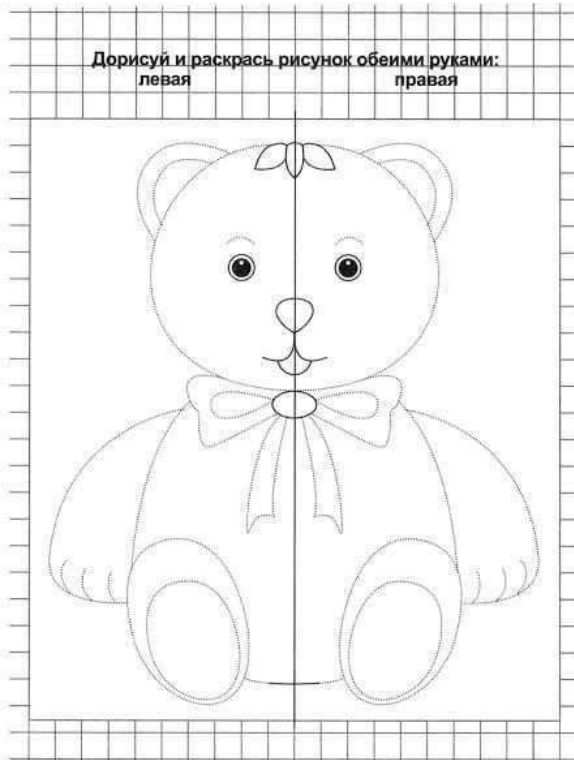
**Упражнения с мячиками.**

*Выполняется в паре. У каждого по одному мячику (массажный, либо резиновый, маленький).*

Способы действий с мячиками:

- мяч в противоположной руке
- переключать из руки в руку друг другу;
- мяч в противоположной руке, переключаем с левой в правую и другому отдаем;
- мяч в противоположной руке – себе – другому,
- мяч не в противоположной руке – другому по диагонали,
- мяч не в противоположной руке – себе – по диагонали другому,
- 2 тебе, 2 мне, - диагонали – 2 у одного человека – он передает крест-накрест другому,
- 2 мяча у одного – он передает – по прямой, другой по прямой, он - диагональ, другой – диагональ, - 2 у одного - передает крест-накрест – правая рука сверху, левая рука сверху. Возможны свои вариации.

## Метод двуручное рисование



## Нейроигры, нейротренажеры, нейродорожки задания на активацию работы мозга.

**Цель:** Развитие межполушарных связей, когнитивной сферы, мелкой моторики рук, пространственной ориентации. Способствование развитию речи, ориентировке в пространстве.

**Игра с цветными ладошками:** перед ребенком силуэты цветных ладошек (левой и правой руки). Ребенок должен дотронуться до ладошек в определенном порядке:

- двумя руками одновременно по словесной инструкции взрослого;
- двумя руками одновременно, но с опорой на цветные фишки (для каждой руки свои цветные фишки).

**Игра с нейродорожками:** ребенку необходимо двумя руками одновременно пройти дорожки.

**Игра с ладошками по автоматизации звуков:** ребенку необходимо называть картинки в ладошках, при этом выполнять соответствующей рукой действие (нажать звоночек, поднять руку с мячом и др.)



### Массаж ладоней и пальцев рук колючим массажным мячиком

1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.
2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку).
4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4—6 раз).
5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).
6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймите его.
7. Зажмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4—6 раз).

8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

### ***Упражнение №1***

Ежик в руки мы возьмем, (берем массажный мячик)  
Покатаем и потрем. (катаем между ладошек)  
Вверх подбросим и поймаем, (подбрасываем вверх и ловим)  
И иголки посчитаем. (пальчиками одной руки нажимаем на шипы)  
Пустим ежика на стол, (кладем мячик на стол)  
Ручкой ежика прижмем (ручкой прижимаем мячик)  
И немножко покатаем ... (ручкой катаем мячик)  
Потом ручку поменяем. (меняем ручку и тоже катаем мячик)

### ***Упражнение №2***

Ежика возьмем в ладошки (берем массажный мячик)  
И потрем его слегка, (в одной ручке держим мячик, другой проводим по нему)  
Разглядим его иголки, (меняем ручку, делаем тоже самой)  
Помассируем бока. (катаем между ладошек)  
Ежика в руках кручу, (пальчиками крутим мячик)  
Поиграть я с ним хочу.  
Домик сделаю в ладошках – (прячем мячик в ладошках)  
Не достанет его кошка. (прижимаем ладошки к себе)

### ***Упражнение №3***

Я мячом круги катаю, (Движения выполняются по тексту)  
Взад - вперед его гоняю.  
Им поглажу я ладошки,  
А потом сожму немножко.  
Каждым пальцем мяч прижму,  
И другой рукой начну.  
А теперь последний трюк!  
Мяч катаю между рук!

### ***Упражнение №4***

Я мячом круги катаю, (катаем мячик между ладонями круговыми движениями)  
Взад-вперед его гоняю, (гоняем мячик между ладонями по столу)  
Им поглажу я ладошку, (гладим одну ладошку мячиком)  
Будто бы сметаю крошку, (гладим другую ладошку мячиком)  
И помню его немножко, (сжимаем мячик одной рукой)  
Как сжимает лапу кошка. (меняем и сжимаем мячик другой рукой)

### ***Упражнение №5***

Ежик, ежик – чудачок  
Сшил колючий пиджачок (прокатывать мяч в ладонях вперед – назад)  
Встал с утра, и в лес – гулять, (поднять руки вверх)  
Чтоб друзей всех повидать. (перебирать мяч пальцами, опуская медленно руки вниз)  
Ежик топал по тропинке (постучать мячом по столу)  
И грибочек нес на спинке. (завести руки с мячом за голову, покатавать мяч по шее) Ежик топал не спеша, (прокатываем мяч по одной коленке вперед)  
Тихо листьями шурша. (прокатываем мяч по другой коленке назад)  
А навстречу скачет зайка,  
Длинноухий Попрыгайка, (подбрасываем и ловим мячик)  
В огороде чьем – то ловко  
Раздобыл косою морковку! (завести руки за спину и спрятать мяч)

### ***Упражнение №6***

Этот шарик не простой (Движения выполняются по тексту)  
Весь колючий, вот такой.  
Меж ладошками кладем  
Им ладошки разотрем.  
Вверх и вниз его катаем  
Свои ручки развиваем!  
Можно шар катать по кругу  
Перекидывать друг другу.  
1, 2, 3, 4, 5 –  
Всем пора нам отдыхать!

### ***Упражнение №7***

Катится колючий ежик (выполняем круговые движения мячиком между ладонями)  
Нет ни головы, ни ножек.  
По ладошкам он бежит  
И пыхтит, пыхтит, пыхтит.  
Мне по пальчикам бежит (перебираем мяч пальчиками)  
И пыхтит, пыхтит, пыхтит  
Бегаёт туда, сюда! Мне щекотно? (движения мячом по пальчикам)  
Да, да, да!  
Уходи, колючий еж, (пускаем по столу и ловим подушечками пальцев)  
В темный лес, где ты живешь!

### ***Упражнение «Муха»***

Цель: Развитие концентрации внимания, зрительно-моторной координации, ориентации в пространстве на плоскости  
Лист бумаги расчерчивается на девять квадратов, на один из них кладётся или рисуется фигурка мухи. Взрослый даёт устную инструкцию,

например: «Муха полетела вверх, теперь налево, теперь вниз, опять налево. Откуда муха вылетела?»

Задание выполняется двумя способами: на листе бумаги и на полу, и имеет несколько уровней сложности.

На листе бумаги

1. Ребёнок передвигает муху или палец на листе согласно инструкции взрослого. Дается 2-3 шага, прежде чем «муха вылетит» за пределы квадрата.

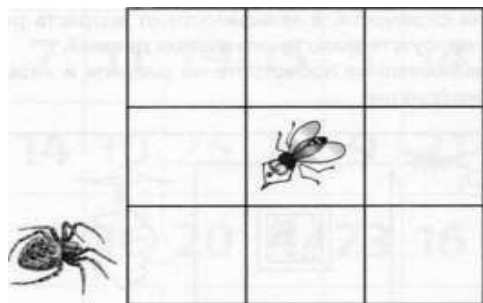
2. Ребёнок следит за мухой глазами, без помощи пальца. Число шагов и скорость, с которой взрослый даёт инструкцию, увеличиваются.

3. Ребёнок следит за мухой без зрительной опоры, т. е. с закрытыми глазами, представляя квадрат в уме.

На полу

1. Ребёнок, выполняя роль мухи, передвигается по ковру, глядя на листочек с квадратами.

2. Ребёнок передвигается без листка бумаги. Как только «муха вылетела», нужно хлопнуть и показать на листке, откуда она вылетела.



### ***Метод «Графический диктант»***

*Цель: Развитие пространственной ориентации на листе бумаги, произвольного внимания*

Ребёнок должен рисовать (не видя рисунок) по устной инструкции взрослого. Например: 2 клетки вправо, 7 клеток вниз, 4 клетки вправо и т. д.

### ***Игра: «Хлоп-Топ-Тук»***

Это работа над темпом, ритмом речи. А также у ребенка формируется внимание, зрительная память, быстрота реакции, способность быстро ориентироваться в сложной изменяющейся ситуации.

### ***Игра «Звонкие колечки»***

Маленьким участникам предстоит проверить свою скорость реакции и внимательность весьма оригинальным способом: необходимо быстрее всех надевать на свои пальчики разноцветные резиночки так, как показано на рисунке карточки. После того, как необычное преобразование будет завершено, необходимо просигнализировать специальным звоночком и забрать карточку. Победа достанется тому, кто соберет первым пять карточек.



### ***Игра «Нос — пол — потолок»***

Цель: Развитие внимания и снятие импульсивности

Взрослый показывает рукой на свой нос, затем на потолок, затем на пол, одновременно называя их. Ребёнок повторяет. Затем взрослый, увеличивая скорость, начинает путать ребёнка, показывая одно, а называя другое. Ребёнок должен показывать, то, что называет взрослый, игнорируя его показывание.

### ***Игра «Ритм».***

Цель: ритмирование правого полушария.

Сидя на полу. Инструктор задает ритм, отстукивая его одной рукой, например, "2-2- 3" (в начале освоения дается зрительное подкрепление - дети видят руки инструктора, а в процессе освоения происходит постепенный переход только к слуховому восприятию, т.е. с закрытыми глазами). Затем детям предлагается повторить ритмический рисунок правой рукой, левой рукой, двумя руками одновременно (хлопки или удары перед собой) комбинированно (например, 2 - правой рукой, 2 - левой рукой, 3 - одновременно двумя руками). После освоения первой части упражнения детям предлагается воспроизвести тот же ритмический рисунок ногами.

### ***Межполушарная доска.***

Межполушарные доски — это развивающая игра для тренировки обоих полушарий головного мозга ребёнка и взрослого. Она позволяет составлять разные комбинации заданий, в результате которых:

Улучшается взаимодействие работы левого и правого полушарий мозга.  
Развивается мелкая моторика и координация движений рук

Улучшается концентрация, память и внимание

Улучшается процесс развития речи, чтения и письма

Ускоряется развитие нейронных связей и общее развитие ребёнка

К доске прилагается стилус (палочка), с помощью которой можно попрактиковаться в правильном захвате карандаша или ручки на начальном этапе. При прохождении лабиринта двумя руками (обе доски расположить

зеркально) активизируются оба полушария.

Можно использовать как одну доску, так и две, а также две разные доски.

Упражнения для доски:

Пройти лабиринт сначала правой рукой, потом левой рукой.

- Пройти лабиринт одной рукой (сначала правой, потом левой) поместив доску горизонтально, потом повернуть доску вертикально и опять пройти лабиринт правой рукой, то же самое сделать левой рукой.

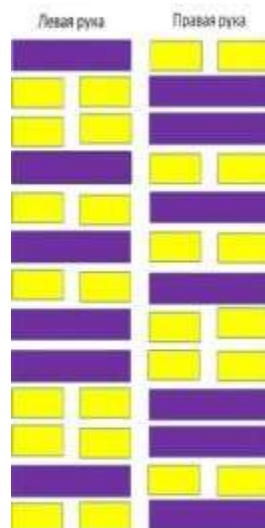
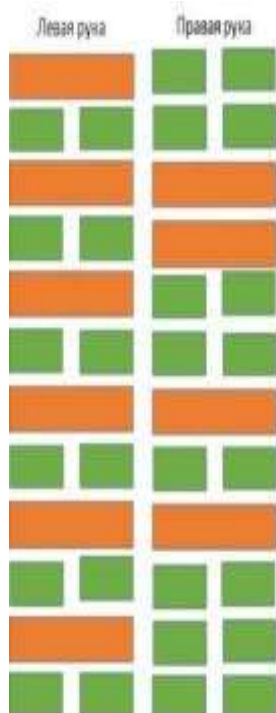
- Пройти лабиринт одной рукой, при этом второй выполнять другое упражнение – хлопать ладошкой по поверхности стола, катать массажный шарик. При похлопывании по поверхности стола произносить звуки (согласные: звонкие/глухие, гласные)

- Пройти лабиринт с помощью движения палочки – точка, тире.

- Пройти лабиринты с помощью двух разных досок



*Метод «Нейродорожки для рук»*



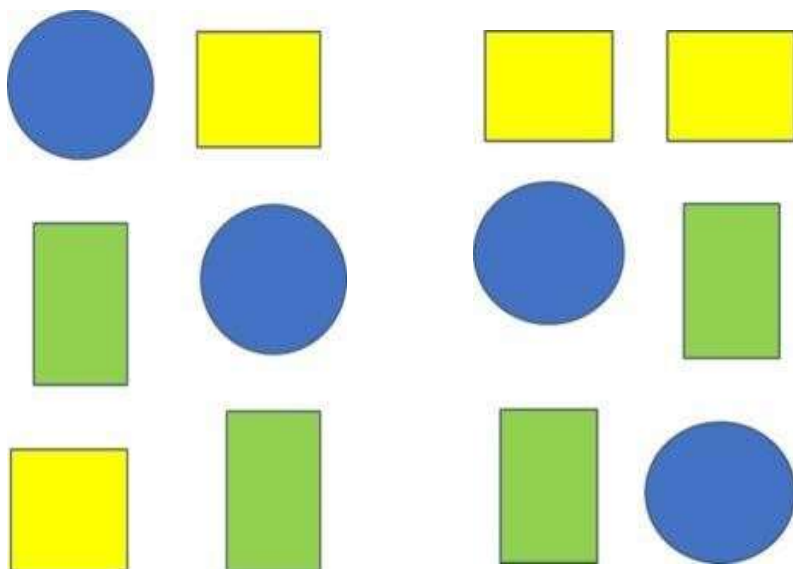
**«Назови правильно цвет»**

Условия выполнения: необходимо назвать правильно цвет, не читая написанных слов.



### Упражнение «Кулак, ребро, ладонь»

Материал: карточки с геометрическими фигурами – круг, прямоугольник, квадрат.



### Двумя руками

Работай двумя руками.

#занятияКончилиной

#занятияКончилиной