

КОРРЕКЦИОННАЯ ПЕДАГОГИКА

Е.А.Екжанова  
О.А.Фроликова

# Э ФФЕКТИВНАЯ КОРРЕКЦИЯ ДЛЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В ИГРАХ И УПРАЖНЕНИЯХ



КАРО

УДК 376  
ББК 74.3  
Е 45

Рекомендовано  
научно-методическим советом  
Центра психолого-педагогической реабилитации  
и коррекции «Ясенево»

Авторы:

*Е. А. Екжанова*, доктор педагогических наук, профессор, директор ГБОУ «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции “Ясенево”»;

*О. А. Фроликова*, клинический психолог, руководитель структурного подразделения ГБОУ «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции “Ясенево”»

Рецензенты:

*Е. А. Стребелева*, доктор педагогических наук, профессор, заведующая лабораторией по изучению детей дошкольного возраста с проблемами в развитии Института коррекционной педагогики РАО;

*Л. В. Мардахаев*, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой социальной педагогики РГСУ

**Екжанова Е. А., Фроликова О. А.**

Е 45 Эффективная коррекция для первоклассников в играх и упражнениях: Методика коррекционно-педагогической работы в начальных классах общеобразовательной школы: Научно-методическое пособие. — СПб.: КАРО, 2013. — 272 с.: ил.

ISBN 978-5-9925-0824-6

В стенах школы ребенок проведет более 10 лет. Какими они будут — мучительными или радостными? Как ребенок сумеет «встроиться» в систему отношений в классе, приспособиться к порой неясным для него требованиям учителя? Как помочь ребенку стать хорошим учеником, знающим, что такое «хороший ученик», и умеющим учиться?

В методическом пособии предлагаются основные образовательно-воспитательные подходы к детям, нуждающимся в психолого-педагогической поддержке, методы и приемы коррекции трудностей в сфере представлений ребенка о пространстве, моторно-перцептивных действий, внимания, памяти, речи, мышления.

Представленные в книге игры и упражнения могут быть использованы для индивидуальной работы с ребенком и в качестве заданий для домашней работы.

Пособие адресовано учителям первых классов общеобразовательных школ, воспитателям детских садов, школьным психологам и методистам.

УДК 376  
ББК 74.3

© ГБОУ «Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции “Ясенево”»  
ЮЗОУО ДО г. Москвы, 2007  
© КАРО, 2007

ISBN 978-5-9925-0824-6

Все права защищены

# Содержание

Предисловие .....	5
<b>РАЗДЕЛ 1. Психологические особенности детей младшего школьного возраста .....</b>	<b>13</b>
<b>РАЗДЕЛ 2. Развитие моторики и координации .....</b>	<b>22</b>
2.1. Развитие и коррекция общих движений .....	23
2.2. Развитие и коррекция ручной моторики .....	26
2.3. Развитие графических навыков .....	39
2.4. Развитие и коррекция ритмической составляющей движения .....	44
2.5. Формирование зрительно-двигательной координации .....	47
2.6. Развитие межполушарного взаимодействия .....	58
<b>РАЗДЕЛ 3. Развитие внимания .....</b>	<b>60</b>
3.1. Развитие модально-неспецифического внимания ....	61
3.2. Развитие модально-специфического внимания .....	66
<b>РАЗДЕЛ 4. Развитие навыков общения ребенка .....</b>	<b>74</b>
4.1. Развитие адекватной самооценки .....	75
4.2. Снятие состояния эмоционального дискомфорта ....	76

<b>РАЗДЕЛ 5. Развитие речи</b> .....	79
5.1. Упражнения для развития фонематического восприятия .....	81
5.2. Упражнения на развитие звуко-буквенного анализа и синтеза .....	99
5.3. Расширение и активизация словарного запаса .....	157
<b>РАЗДЕЛ 6. Развитие пространственных и квазипространственных представлений</b> .....	169
6.1. Формирование представлений и понятий о признаках формы и величине предметов .....	171
6.2. Сравнение совокупности предметов различной формы и величины .....	174
6.3. Формирование представления о последовательности и порядке .....	180
6.4. Ориентирование в пространстве и на плоскости .....	188
<b>РАЗДЕЛ 7. Развитие познавательной деятельности</b> .....	200
7.1. Развитие восприятия .....	201
7.2. Развитие памяти .....	226
7.3. Развитие мышления .....	238
Заключение .....	268
Литература .....	270

## Раздел 1

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

---

---

Одним из важнейших вопросов, интересующих всех участников педагогического процесса, является вопрос о том, что в большей степени влияет на психическое и поведенческое развитие детей — анатомо-физиологическое состояние и созревание организма или влияние внешней среды.

С одной стороны, это развитие, безусловно, зависит от организма, от анатомо-физиологического устройства человеческого мозга. Пока достаточно не созреет мозг ребенка, у него невозможно сформировать должный уровень функционирования многих психических процессов, в частности вербальную речь и связанные с ней способности. Таким образом, аномалии в анатомо-физиологическом состоянии организма, возникшие генетическим путем или в результате вредоносного воздействия на мозг, сказываются на психическом развитии, задерживая его.

С другой стороны, психическое и поведенческое развитие организма зависит и от среды. Доказанным фактом является то, что вне социальной среды ребенок не может развиваться и стать полноценной личностью. Известны случаи, когда в лесах обнаруживали детей, потерянных совсем маленькими и выросших среди зверей. Дети, лишенные человеческого общения в начале своей жизни, потом не смогли быстро и эффективно развиваться в благоприятных условиях.

Ребенок, безусловно, является носителем задатков и способностей, доставшихся ему в наследство. Однако задатки гениального музыканта никогда не будут реализованы, если ребенок, обладающий такими задатками, никогда не возьмет в руки музыкальный инструмент. Поэтому вопрос, от чего в большей степени зависит развитие способностей ребенка — от имеющихся задатков или правильно организованного обучения и воспитания,

остаётся открытым. Из сказанного можно сделать вывод: для формирования ребенка одинаково важны оба фактора — и уровень задатков и способностей, и средовые условия развития. Однако точно сказать, в какой степени психическое развитие ребенка на том или ином его этапе находится в зависимости от органических и социальных факторов, ученым пока не представляется возможным. При любых условиях ребенок от своего ближайшего социального окружения получает хотя бы минимум необходимых ему знаний, умений, навыков, общения.

С раннего детства ребенок стремится к совместной деятельности со взрослым. На начальных этапах развития это общение заключается в прикосновениях мамы, ласковых словах, простейших манипуляциях с игрушками.

Ребенок растет, формы общения и виды ведущей деятельности меняются. При переходе ребенка на более высокую ступень развития прежние формы общения и деятельности, характерные для него, не исчезают, просто на смену им приходят совершенно новые. Это означает, что к уже сформировавшимся ранее видам деятельности, общения добавляются новые и одновременно происходит возрастная качественная перестройка каждого из них. Кроме того, с возрастом на первый план выходят одни, а на второй план отодвигаются другие виды общения и деятельности, таким образом меняется их иерархия<sup>1</sup>.

Для формирования и развития каждого психологического и поведенческого свойства ребенка есть свой специфический период, когда разумнее всего начинать и активно осуществлять его обучение и воспитание<sup>2</sup>. Взрослые должны учитывать, что легче всего ребенок что-то усвоит в конкретном возрасте: этические представления и нормы — в дошкольном, основы наук — в младшем школьном и т. д. Важно не пропустить этот период наибольшего восприятия и дать ребенку то, что нужно для его развития в это время.

---

<sup>1</sup> Понятие «ведущая деятельность» раскрыл А. Н. Леонтьев. Это деятельность, в рамках которой формируются все основные психологические новообразования возраста. Ведущая деятельность данного возраста может не совпадать с основной деятельностью. Так, для подростков основная деятельность — учебная, а ведущая — межличностное общение со сверстниками.

<sup>2</sup> Понятие «сенситивный период» предложил Л. С. Выготский. Это период наибольшей чувствительности к воздействию извне, наиболее благоприятный период для развития той или иной психической функции.

Ребенок развивается под влиянием как стихийных, так и организованных воздействий среды<sup>3</sup>.

Под *стихийным обучением* и *воспитанием* понимается обучение и воспитание, осуществляемые без сознательно поставленных целей и продуманных методов под влиянием пребывания ребенка в обществе среди людей.

*Организованным* называется такое обучение, которое целенаправленно осуществляется в рамках образовательной системы. В этом случае четко определены цели развития, программы и методы обучения и воспитания детей.

Наследственные задатки придают своеобразие процессу развития способностей, облегчая или затрудняя его. Развитие способностей зависит не только от задатков. Способности развиваются в деятельности. В процессе развития очень важна также и собственная активность ребенка. Некоторые исследователи считают активность личности третьим фактором психического развития помимо средового фактора и биологической наследственности.

Развитие человека (в отличие от животных) происходит благодаря овладению им различными средствами: орудиями труда, преобразующими природу, и знаками (главным образом, словом, а также цифрами и др.), перестраивающими его психику. Овладеть знаками и, следовательно, опытом предшествующих поколений ребенок может только в процессе обучения.

Обучение и деятельность неразрывны, они становятся источником развития психики ребенка. Не проявляя собственной активности, не включаясь в соответствующую деятельность, дети ничему не могут научиться, сколько бы сил ни тратили взрослые на объяснения.

Общение часто рассматривают как один из видов деятельности. Полноценное общение со взрослым жизненно важно для ребенка. Недостаточное или несоответствующее потребностям ребенка общение отрицательно сказывается на развитии. Каждый возраст, принося ребенку новые возможности и новые потребности, предполагает особые формы общения.

Ребенок и взрослый (последний выступает как организатор и помощник) вместе манипулируют предметами, выполняют

---

<sup>3</sup> Вопрос о том, какое из этих воздействий оказывает большее влияние на формирование поведения и уровня развития психических функций ребенка, долгое время оставался открытым.

В свете решения этой проблемы, Л. С. Выготский выдвинул положение *о ведущей роли обучения в психическом развитии*.



все более сложные действия с ними. Взрослый показывает, что можно делать с разными предметами, как их использовать, раскрывая перед ребенком те их свойства, которые тот сам не в состоянии обнаружить. Общение строится в ситуации совместной деятельности. Помимо этого, главным источником информации для ребенка становится все тот же взрослый человек.

В старшем дошкольном возрасте взрослый для ребенка — высший авторитет, чьи указания, требования, замечания принимаются по-деловому, без обид, капризов и отказа от трудных заданий. Эта форма общения важна при подготовке к школе, и если она не сложилась к 6–7 годам, ребенок будет психологически не готов к школьному обучению.

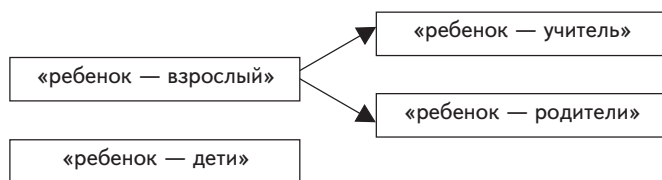
Таким образом, процесс обучения, тем более организованный процесс обучения, является основополагающим в формировании характера и уровня развития психических функций ребенка.

Организация учебного процесса позволяет сделать его управляемым, предсказуемым, а значит, и более успешным, чем стихийный процесс обучения и воспитания.

Как пишет В. В. Давыдов, младший школьный возраст — это особый период в жизни ребенка.

Что же происходит, когда ребенок приходит в школу? Происходит перестройка всей системы отношений ребенка с действительностью, как подчеркивал Д.Б. Эльконин. У дошкольника имеется две сферы социальных отношений: «ребенок — взрослый» и «ребенок — дети». Эти системы связаны игровой деятельностью. Результаты игры не влияют на отношения ребенка с родителями, отношения внутри детского коллектива также не определяют взаимоотношения с родителями. Эти отношения существуют параллельно, они связаны иерархическими связями. Так или иначе, важно учитывать, что благополучие ребенка зависит от внутрисемейной гармонии.

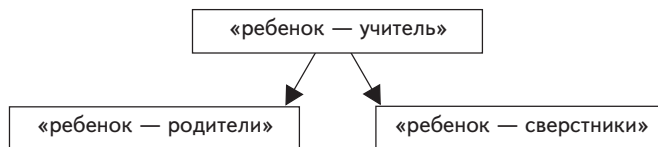
В школе возникает новая структура этих отношений. Система «ребенок — взрослый» дифференцируется следующим образом:



Система «ребенок — учитель» начинает определять отношения ребенка к родителям и отношения ребенка к детям. Б. Г. Ананьев, Л. И. Божович, И.С. Славина показали это экспериментально. Хорошее, «пятерочное», поведение и хорошие отметки —



это то, что определяет отношения ребенка со взрослыми и сверстниками. Первое, что взрослые спрашивают у ребенка: «Как ты учишься?» Дети предпочитают дружить с тем, кого хвалит учитель. Система «ребенок — учитель» становится центром жизни ребенка, от нее зависит совокупность всех благоприятных для жизни условий.



Впервые отношения «ребенок — учитель» становятся отношениями «ребенок — общество»<sup>4</sup>. В пределах взаимоотношений в семье имеется неравенство отношений, в детском саду ребенок выступает как индивидуальность, а в школе действует принцип «все равны перед законом». В учителе воплощены требования общества, в школе существует система эталонов, одинаковых мер для оценки. Школа — это особое учреждение, это общественное учреждение, где, по словам Гегеля, дух должен быть приведен к отказу от своих причуд, к знанию и хотению общего. Это преобразование души и есть в собственном смысле слова воспитание. В школе с самого начала должна быть построена система четко определенных отношений, основанных на принятых правилах.

В школе один для всех закон. Д. Б. Эльконин отмечал, что ребенок очень чуток к тому, как учитель относится к детям: если ребенок замечает, что у учителя есть «любимчики», то ореол учителя тускнеет. В первое время дети стараются строго следовать указаниям учителя. Если учитель по отношению к правилу допускает лояльность, то правило разрушается изнутри. Ребенок начинает относиться к другому ребенку с позиции того, как этот ребенок относится к эталону, который вводит учитель. Появляются «ябеды».

Ситуация «ребенок — учитель» пронизывает всю жизнь ребенка. Если в школе хорошо, значит, и дома хорошо, значит, и с детьми тоже хорошо.

Эта социальная ситуация развития ребенка требует особой деятельности, которая называется учебной деятельностью.

**Учебная деятельность** — это деятельность, непосредственно направленная на усвоение знаний науки и культуры, накопленных человечеством. Эти предметы не даны как кубики,

<sup>4</sup>Обухова Л. Ф. Возрастная психология. — М., 1999.

с которыми можно манипулировать. Все они абстрактны, теоретичны. Научные и культурные знания — это особые предметы, с которыми надо научиться действовать.

Учебная деятельность не дана в готовой форме. Когда ребенок приходит в школу, ее еще нет. Учебная деятельность должна быть сформирована. Так же как человек должен уметь трудиться, он должен уметь учиться. Чрезвычайно важной проблемой является умение учиться самому, умение самостоятельно добывать научные и культурные знания. В построении учебной деятельности и заключается задача начальной школы — прежде всего ребенка надо научить учиться.

Первая трудность — в несвязанности мотива, с которым ребенок приходит в школу, с содержанием деятельности, обязательной к выполнению в школе. Мотив и содержание учебной деятельности не соответствуют друг другу, поэтому мотив постепенно начинает терять свою силу, он не работает иногда и к началу второго класса. Побуждать к учению должно содержание, которому ребенка учат в школе, считал Д. Б. Эльконин. Необходимо сформировать познавательную мотивацию.

Парадокс учебной деятельности состоит в том, что, усваивая знания, ребенок сам ничего в этих знаниях не меняет. Предметом изменений в учебной деятельности впервые становится сам ребенок. Учебная деятельность есть такая деятельность, которая поворачивает ребенка на самого себя, требует рефлексии, оценки того, «кем я был» и «кем я стал». Самое главное в учебной деятельности — это поворот человека на самого себя: стал ли он для самого себя субъектом, изменяющимся каждый день, каждый час.

Оценка собственных изменений, рефлексия на себя — собственно предмет учебной деятельности. Именно поэтому всякая учебная деятельность начинается с того, что ребенка оценивают. Отметка — определенная форма оценки.

Учебная деятельность направлена не на результат, а на выделение способа его усвоения, подчеркивал Д. Б. Эльконин. Эти способы — важные орудия самостоятельной умственной деятельности, они делают доступными каждому результаты работы гениев.

Каковы же психологические новообразования возраста<sup>5</sup>?

---

<sup>5</sup> Л. С. Выготский писал: «Под возрастным новообразованием следует понимать новый тип строения личности и ее деятельности, те психические и социальные изменения, которые впервые возникают на данной возрастной ступени и которые в самом главном и основном определяют сознание ребенка, весь ход его развития в данный период».

В младшем школьном возрасте большие изменения происходят в познавательной сфере ребенка. Память приобретает ярко выраженный познавательный характер. Изменения в области памяти связаны с тем, что ребенок, во-первых, начинает осознавать особую мнестическую задачу: запомнить (!). Он отделяет эту задачу от всякой другой. Эта задача в дошкольном возрасте либо вовсе не выделяется, либо выделяется с большим трудом. Во-вторых, в младшем школьном возрасте идет интенсивное формирование приемов запоминания. От наиболее примитивных приемов (повторение, внимательное длительное рассматривание материала) в более старшем возрасте ребенок переходит к группировке, осмыслению связей разных частей материала. К сожалению, в школе мало учат приемам опосредованного, мнемотехнического запоминания.

В области восприятия происходит переход от непроизвольного восприятия ребенка-дошкольника к целенаправленному произвольному наблюдению за объектом, подчиняющемуся определенной задаче. Молодые учителя часто недооценивают трудности, которые испытывает ребенок при восприятии нового объекта. Нужно учить детей рассматривать объект и руководить восприятием. Для этого у ребенка необходимо создавать предварительное представление, предварительный поисковый образ, чтобы ребенок смог увидеть то, что нужно. Примеры этого просты, они вырабатывались тысячелетиями: необходимо указкой вести взор ребенка в определенном направлении. Мало иметь наглядный материал, нужно научить его видеть. На протяжении младшего школьного возраста дети научаются рассматривать объекты, без этого интеллектуальные изменения не могут произойти.

Учебная деятельность предъявляет очень большие требования и к другим сторонам психики ребенка. Она способствует развитию воли. В дошкольном возрасте произвольность выступает лишь в отдельных случаях. В школе вся деятельность по своему характеру является произвольной. Любая попытка превратить учебное дело в развлекательное занятие является ложной. Учение всегда требует известной внутренней дисциплины. К. Д. Ушинский указывал на опасность развлекательной педагогики. Школа создает близкие цели — это оценка знаний; но основной смысл учения — подготовка к будущей самостоятельной деятельности — требует высокой степени произвольности.

В младшем школьном возрасте формируется способность сосредоточивать внимание на малоинтересных вещах: эмоциональные переживания приобретают более обобщенный характер.

Наиболее существенные изменения можно наблюдать в области мышления, которое приобретает абстрактный и обобщенный характер. Выполнение интеллектуальных операций маленькими школьниками связано с трудностями. Вот несколько примеров описанных разными психологами достоверных фактов.

- Для ребенка представляет большие трудности анализ звукового состава слова и анализ слов в предложении. Ребенка спрашивают, сколько слов в предложении *Ваня и Петя пошли гулять*, ребенок отвечает: «Два» (Ваня и Петя). А. Р. Лурия и Л. С. Выготский отмечали, что речь выступает для ребенка как стекло, через которое видно что-то, но самого стекла (слова) не видно.

- Представления о количестве насыщены конкретным содержанием. Дети путают величину и количество. Когда младшему школьнику показывают четыре маленьких кружка и два больших и спрашивают, где больше, ребенок указывает на два больших. (Подобные факты описаны П. Я. Гальпериным, В. В. Давыдовым и др.)

- Определение понятий. Ребенка спрашивают, что такое плод. Для маленьких детей это то, что едят и что растет. Для школьника — часть растения, содержащая семя. Вначале младшие школьники мыслят по-дошкольному, ребенок исходит из непосредственной практической значимости явления, не принимает во внимание генезис этого явления, а именно это является решающим для определения научных понятий. В школьном возрасте формируется новый тип мышления (В. В. Давыдов).

Учебная деятельность способствует развитию познавательных способностей ребенка. В детском саду деятельность ребенка ограничена ознакомлением с окружающим, ребенку не дается система научных понятий. В школе за относительно короткий промежуток времени ребенок должен овладеть системой научных понятий — основой наук. Система научных понятий создавалась человечеством в течение тысячелетий, и весь этот объем знаний ребенок должен усвоить за десять с небольшим лет. Эта задача потрясающе трудна! Процесс усвоения системы понятий, системы наук не может рассматриваться как дело лишь памяти. От ребенка требуется развитие мыслительных операций (анализ, синтез, рассуждение, сравнение и т. д.). В процессе школьного обучения происходит не только усвоение отдельных знаний и умений, но и их обобщение и вместе с тем формирование интеллектуальных операций.

Таким образом, младший школьный возраст — возраст интенсивного интеллектуального развития. Интеллект опосреду-

ет развитие всех остальных функций, происходят интеллектуализация всех психических процессов, их осознание и произвольность. Чем выше мы поднимаемся по лестнице развития, тем более опосредованными становятся психические процессы. Возникает произвольное и намеренное запоминание, ставится задача произвольного воспроизведения. Дети сами начинают использовать средства для запоминания. Таким образом, развитие памяти стоит в прямой зависимости от развития интеллекта.

Итак, основными психологическими новообразованиями младшего школьного возраста являются:

- произвольность и осознанность всех психических процессов и их интеллектуализация, их внутреннее опосредование, которое происходит благодаря усвоению системы научных понятий;

- осознание своих собственных изменений в результате развития учебной деятельности.

Все эти достижения свидетельствуют о переходе ребенка к следующему возрастному периоду, который завершает детство.

## Раздел 2

### РАЗВИТИЕ МОТОРИКИ И КООРДИНАЦИИ

---

---

Достаточная степень развития моторного и сенсорного компонентов двигательного анализатора и готовность руки как непосредственного орудия графической деятельности к выполнению точных и сложных движений являются важными условиями полноценного овладения ребенком учебными навыками, и в первую очередь навыками письма.

Ручная умелость во многом определяется индивидуальными особенностями моторного развития детей и такими физиологическими показателями, как развитие нервной регуляции движений, мелких мышц руки, степень окостенения запястья и фаланг пальцев и др. В то же время при овладении навыком письма немаловажную роль играет и организация предшествующей деятельности детей (игры, рисования, лепки, предметно-практической и бытовой), прямо или опосредованно влияющей на развитие функций руки.

Изучение уровня развития тонких дифференцированных движений пальцев и кистей рук детей, поступающих в первый класс, обычно приводит педагогов к неутешительному выводу: у преобладающего большинства детей движения рук недостаточно целенаправленны и точны, плохо подчиняются задачам деятельности. Особенно это относится к использованию ручки и карандаша в качестве графических инструментов, которые требуют специальных, сложных скоординированных движений ведущей руки. Обращает на себя внимание и тот факт, что недостаточность моторики рук часто наблюдается на фоне внешне благополучного развития общих произвольных движений.

В работе с этими детьми должна быть реализована специальная программа, направленная на развитие ручной умелости и совершенствование точных, скоординированных движений всех частей руки — плеча, предплечья и особенно кистей и пальцев.

## 2.1. Развитие и коррекция общих движений

Воздействие на сенсомоторный уровень с учетом общих закономерностей онтогенеза вызывает активизацию и развитие всех высших психических функций (ВПФ). Так как сенсомоторный уровень является базальным для дальнейшего развития ВПФ, логично в начале коррекционного процесса отдать предпочтение именно двигательным методам, не только создающим некоторый потенциал для будущей работы, но и активизирующим, восстанавливающим и выстраивающим взаимодействия между различными уровнями психической деятельности. Ведь очевидно, что актуализация и закрепление любых телесных навыков предполагает востребованность извне к таким психическим функциям, как, например, эмоции, восприятие, память, процессы саморегуляции и т. д. Следовательно, создается базовая предпосылка для полноценного участия этих процессов в овладении чтением, письмом, математическими знаниями.

### УПРАЖНЕНИЕ 1. РАЗМИНКА (по А. В. Семенович)

Упражнения выполняются стоя по 4–6 раз каждое. Эффективно «озвучивание», проговаривание соответствующих движений («тик-так», «у-у-у — полетели» и т. п.).

№ п/п	Название	Описание движений
1	«Потягушки»	Руки подняты вверх. Смотрим на кончики пальцев. Вслед за руками тянемся головой вверх, напрягая мышцы шеи
2	«Качели»	Наклоны головы вперед-назад, как будто голова на качелях качается: «Кач-кач»
3	«Часы»	Наклоны головы влево-вправо, как будто часики тикают: «Тик-так». Все эти упражнения выполняются в положении «руки на поясе»
4	«Плечи прыгают»	Руки свободно висят вдоль тела. Синхронно поднимаем и опускаем плечи вверх-вниз, как будто они прыгают: «Прыг-скок». Позже упражнение усложняется — осуществляется попеременное поднятие и опускание плеч



№ п/п	Название	Описание движений
5	«Мельница»	Синхронное вращение прямых рук вперед и назад. На следующих этапах добавляется реципрокное (разнонаправленное) вращение (одна рука идет по кругу вверх, другая — вниз)
6	«Кощей»	Развести руки в стороны, горизонтально полу, согнуть их в локтях и максимально свободно поболтать ими («как будто Кощей костями трясет»)
7	«Карусели»	Синхронное однонаправленное вращение обеих согнутых в локтях рук (кисти опущены вниз) сначала по часовой стрелке, потом против. Руки согнуты в локтях, кисти смотрят вверх. Синхронное однонаправленное вращение и повороты рук в кистях. Позже в обоих упражнениях добавляется синхронное разнонаправленное вращение
8	«Ручки уронили»	Поднять прямые руки вверх и изо всей силы обрушить их вниз («бах!»), то есть сбросить напряжение
9	«Карусели и качели»	Руки на поясе. Вращение туловища по кругу сначала в одну сторону, потом в другую. Наклоны туловища вперед-назад, затем влево-вправо

## УПРАЖНЕНИЕ 2. РАСТЯЖКИ РУК (по А. В. Семенович)

Выполнение растяжек должно проводиться стоя, в щадящем режиме, медленно и плавно, не более 4 раз.

- Руки соединить в замок, тянуть их вверх, вниз, в стороны; руки накрест в замке, вывернуть их как бы наизнанку; прогнуться назад и тянуть руки в замке вверх; руки в замке за спиной, наклон вперед с максимально возможным поднятием рук вверх.

- Взять правой рукой за локоть прямую левую руку и тянуть ее вправо, то же — с правой рукой.

- Соединить пальцы домиком и надавить друг на друга; то же по одной паре пальцев. Зацепиться пальцами рук друг за друга и тянуть руки в разные стороны, то же по одной паре пальцев.

### УПРАЖНЕНИЕ 3. «МОРЕ» (по А. В. Семенович)

Все упражнения выполняются стоя по 4–6 раз.

Сценарий	Расшифровка сценария
На море плещутся волны — маленькие и большие. Вот такие!	Одна рука на поясе, другая — на уровне груди рисует в воздухе маленькую волну параллельно полу. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой. Руки в замке на уровне груди рисуют в воздухе большую волну горизонтально полу
По волнам плывут дельфины — мама и папа	Руки, согнутые в локтях, совершают синхронные волнообразные движения вперед
Один нырнул, а другой вынырнул вот так	Руки, согнутые в локтях на уровне груди, совершают поочередные волнообразные движения вперед
За ними плывут их дельфинята — вот такие!	Руки согнуты в локтях на уровне талии, слегка прижаты к телу. Кисти и пальцы выполняют синхронные волнообразные движения вперед
Один нырнул, а другой вынырнул	Руки согнуты в локтях на уровне талии, слегка прижаты к телу. Кисти и пальцы выполняют поочередные волнообразные движения вперед
Вот плывут их хвостики, вот один плавник, вот другой плавник. А навстречу дельфинам плывут змейки, вот одна змейка, а вот другая	Руки слегка согнуты в локтях на уровне талии, прижаты к телу. Кисти несильно сжаты в кулачки, большие пальцы согнуты, отогнуты и совершают волнообразные движения; так же затем работают и указательные, и средние пальцы обеих рук. Далее большие пальцы каждой руки зажимают согнутые указательный и средний пальцы. Свободные мизинцы, а затем и безымянные пальцы осуществляют волнообразные движения вперед
А со дна морского всплывают медузы и осьминоги вот так	Руки согнуты в локтях на уровне груди, кисти сильно сжаты в кулак. Резко разжимать сжатые в кулаки кисти, расставляя прямые пальцы в стороны
Ну-ка показали все ножки, осьминожки	Руки согнуты в локтях на уровне груди, кисти рук опущены вниз. Пошевелить пальчиками в разные стороны

Сценарий	Расшифровка сценария
И все вместе танцуют и смеются. Вот так!	Руки согнуты в локтях на уровне груди, кисти смотрят вверх. Вращение и повороты рук в кистях

## 2.2. Развитие и коррекция ручной моторики

Упражнения с пальцами рук описаны в литературных источниках и используются педагогами.

Главным достоинством таких упражнений является их простота и универсальность, отсутствие каких-либо специальных атрибутов для проведения и безопасность. Обычно все они несложны по технике, но вместе с тем при регулярном использовании в работе с учащимися обеспечивают хорошую тренировку пальцев и подготовку мышц руки к письму. Кроме того, включение в занятие или урок пальчиковых игр и упражнений оказывает неспецифическое тонизирующее влияние на функциональное состояние мозга и развитие речи детей, неизменно вызывая у них эмоциональный подъем и разрядку нервно-психического напряжения. Взрослым рекомендуется знакомить детей с такими упражнениями в определенной последовательности: сначала включать в комплекс те из них, которые способствуют формированию умения удерживать статическую позу кистей и пальцев, а затем — упражнения динамического характера.

### УПРАЖНЕНИЕ 1. СТАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КИСТЕЙ И ПАЛЬЦЕВ

**Ход занятия:** Педагог показывает движения и предлагает детям повторить их.

№ п/п	Название	Описание движений
1	«Стол»	Правую руку сжать в кулак, на него сверху положить горизонтально ладонь левой руки
2	«Стул» («Кресло»)	Правую руку сжать в кулак, а ладонь левой руки прислонить к нему вертикально

№ п/п	Название	Описание движений
3	«Лодочка»	Прижать ладони друг к другу, слегка приоткрыв их в районе больших пальцев
4	«Миска» («Гнездо»)	Соединить кисти рук ладонями вверх, пальцы обеих рук слегка согнуть
5	«Гнездо с яйцами»	Ладони соединить в том же положении, что и в предыдущем упражнении, но большие пальцы опустить внутрь
6	«Башня» («Крыша», «Дом»)	Соединить под углом кончики правой и левой рук, направив их вверх
7	«Чаша» («Цветок»)	Руки в вертикальном положении ладонями вверх, прижать запястья друг к другу, раскрыть пальцы и слегка округлить их
8	«Мост» («Дорога», «Дом»)	Поднять руки вверх ладонями друг к другу, согнуть прямые пальцы, соединить кончики средних и безымянных пальцев обеих рук
9	«Корни растений»	Опустив вниз руки, прижать запястья друг к другу, чуть разведя ладони и расставив пальцы
10	«Улитка с рожками»	Положить правую руку на стол, поднять указательный и средний пальцы, расставить их
11	«Раковина улитки»	Правая рука в том же положении, что и в предыдущем упражнении, левую руку положить сверху
12	«Очки»	Образовать кружки из больших и указательных пальцев, соединить их
13	«Зайчик»	Вытянуть вверх указательный и средний пальцы правой руки, а кончики безымянного пальца и мизинца соединить с кончиком большого пальца
14	«Деревья»	Поднять обе руки ладонями к себе, широко расставить пальцы
15	«Кошка»	Средний и безымянный пальцы правой руки согнуть и прижать большим пальцем к ладони, указательный палец и мизинец слегка согнуть, поднять правую руку вверх

№ п/п	Название	Описание движений
16	«Собака»	Соединить большой, средний и безымянный пальцы правой руки (не прижимая к ладони), указательный палец и мизинец, слегка согнув, поднять вверх
17	«Солнечные лучи»	Скрестить руки и поднять их вверх, расставив пальцы
18	«Елка» («Ветви»)	Прижать тыльные стороны рук друг к другу, скрестив пальцы, поднять их вверх

## УПРАЖНЕНИЕ 2. ДИНАМИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ КИСТЕЙ РУК И ПАЛЬЦЕВ

**Ход занятия:** Педагог показывает движения и предлагает детям повторить их.

№ п/п	Название	Описание движений
1	«Пальчики здороваются»	Кончик большого пальца правой руки поочередно касается кончиков указательного, среднего, безымянного пальцев и мизинца. Те же движения затем выполняются большим пальцем левой руки и двумя руками одновременно
2	«Встретились ладошки»	Ладони рук соединены, а одноименные пальцы левой и правой рук по очереди «здороваются» друг с другом — большой с большим, указательный с указательным и т. д.
3	«Осы»	Обе руки сжаты в кулачки, выпрямлены только указательные пальцы, которые одновременно совершают вращательные движения
4	«Человечек»	Указательный и средний пальцы правой руки «бегают» по столу, то же повторить другой рукой и обеими руками одновременно («бег наперегонки»)
5	«Птичка летит и машет крыльями»	Мизинцы правой и левой рук сцепить друг с другом, а пальцами обеих рук производить движения вверх-вниз

### УПРАЖНЕНИЕ 3. ПАЛЬЧИКОВЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ СО СТИХОТВОРНЫМ СОПРОВОЖДЕНИЕМ

Название игры	Описание игры
«Апельсин»	<p>Начиная с мизинца, загибать попеременно все пальцы:  Мы делили апельсин.  Много нас, а он один.  Эта долька — для кота,  Эта долька — для ежа,  Эта долька для улитки,  Эта долька для чижа,  Ну, а волку — кожура.</p>
«Замок»	<p>На двери висит замок.  <i>Ритмичные быстрые соединения пальцев рук в «замок».</i>  Кто открыть его бы смог?  <i>Повторение движений.</i>  Потянули,  <i>Сцепленные в «замок» руки потянуть в одну, потом в другую сторону.</i>  Покрутили,  <i>Движения кистями рук со сцепленными пальцами от себя — к себе.</i>  Постучали  <i>Пальцы сцеплены, основаниями ладоней постучать друг о друга.</i>  И — открыли!  <i>Пальцы расцепить, ладони — в стороны.</i></p>
«Дом и ворота»	<p>На поляне дом стоит,  <i>Пальцы обеих рук под углом друг к другу, широко расставлены, соприкасаются только кончики одноименных пальцев («крыша дома»).</i>  Ну а к дому путь закрыт.  <i>Большие пальцы обеих рук — вверх, внутренняя сторона ладоней — к себе, остальные пальцы — в горизонтальном положении вместе; кончики средних пальцев соприкасаются.</i>  Мы ворота открываем,  <i>Ладони поворачиваются параллельно друг другу.</i>  В этот домик приглашаем.</p>

Название игры	Описание игры
	<p><i>Пальцы обеих рук под углом друг к другу, широко расставлены, соприкасаются кончики одноименных пальцев.</i></p>
«Братья-ленивцы»	<p>Спят в избушке пятеро братьев.  <i>Ладонь лежит на столе.</i>          Утром проснулся брат старший,          Потянулся, а самому вставать лень.  <i>Большой палец тянется вверх (остальные плотно лежат на столе). Большой палец несколько раз постукивает по указательному и ложится на стол.</i>          Брат-указка проснулся, потянулся.  <i>Вверх тянется указательный палец.</i>          Стал будить брата-середку:          — Вставай, середка, утро на дворе!          А сам — в кровать.  <i>Указательный палец постукивает по среднему и ложится на стол.</i>          Потянулся брат-середка, поглядел —          И впрямь вставать пора!  <i>Поднимается средний палец.</i>          Разбудил второго братца-указку:          — Ну-ка, брат, поднимай семью!          А сам досыпать улегся.  <i>Стучит по безымянному и ложится на стол.</i>          Трудней всех братцу-ленивцу вставать,          Трудней всех потянуться.  <i>Безымянный палец с усилием тянется вверх.</i>          Будит он брата младшего:          — Мизинчик, подними всех!  <i>Безымянный постукивает по мизинчику и ложится на стол.</i>          Проснулся мизинчик, потянулся...  <i>Мизинец тянется вверх.</i>          Да как закричит:          — Вставайте, братцы!          Пора за дело браться!  <i>Мизинец в такт словам барабанит по столу.</i>          Разбудил брата четвертого, самого ленивого.          А сам под одеяло.</p>



Название игры	Описание игры
	<p><i>Мизинец ложится на стол. Тут все братья и проснулись. Все пальцы тянутся вверх, прогибаясь. Ладонь прижата к столу.</i></p>
«В гости к пальчику большому»	<p><i>В гости к пальчику большому Руки согнуты перед собой, ладони направлены друг к другу, большие пальцы вверх. Приходили прямо к дому Соединить под углом кончики пальцев обеих рук (крыша домика). Указательный и средний, Называемые пальцы поочередно соединяются с большими на двух руках одновременно. Безымянный и последний. Называемые пальцы поочередно соединяются с большими на двух руках одновременно. Сам мизинчик-малышок Пальцы в кулак, выставить вверх только мизинцы. Постучался о порог. Все пальцы сжаты в кулаки, постучать кулачками друг о друга. Вместе пальчики — друзья, Друг без друга им нельзя. Ритмичное сгибание-разгибание пальцев на обеих руках.</i></p>
«Мы учимся письму»	<p><i>Мы учимся письму. Для чего? И почему? Дети руками показывают на тетрадь. Из крючков, из крючков, Указательные пальцы обеих рук рисуют в воздухе крючки. Из кружков, из кружков Пальцы рук складываются колечками. Сможем буквы написать. Имитация в воздухе движений, как при письме. Если будем мы стараться — Буквы будут получаться. Руки на поясе, наклоны головы в стороны.</i></p>

Название игры	Описание игры
	<p>Пальцы наши потрудились И немножко утомились. <i>Ритмичное сгибание и разгибание пальцев.</i> Дружно мы их так встряхнем И опять писать начнем! <i>Энергичное встряхивание кистей рук.</i></p>
«Дружба»	<p>Дружат в нашем классе Девочки и мальчики. <i>Пальцы обеих рук соединяются ритмично в замок.</i> Мы с тобой подружим, Маленькие пальчики. <i>Ритмичное касание пальцев обеих рук.</i> Раз, два, три, четыре, пять — Начинай считать опять. <i>Поочередное касание пальцев на обеих руках, начиная с мизинца.</i> Раз, два, три, четыре, пять — Мы закончили считать. <i>Опустить руки вниз, встряхнуть кистями.</i></p>
«Прогулка»	<p>Пошли пальчики гулять, <i>Пальцы обеих рук сжаты в кулаки, большие пальцы опущены вниз и как бы прыжками двигаются по столу.</i> А вторые догонять, <i>Ритмичные движения по столу указательными пальцами.</i> Третьи пальчики бегом, <i>Движения средних пальцев в быстром темпе.</i> А четвертые пешком, <i>Медленное движение безымянных пальцев по поверхности стола.</i> Пятый пальчик поскакал <i>Ритмичное касание поверхности стола обоими мизинцами.</i> И в конце пути упал. <i>Хлопок обоими кулаками по поверхности стола.</i></p>
«Засолка капусты»	<p>Мы капусту рубим, <i>Резкие движения прямыми кистями вверх и вниз.</i></p>

Название игры	Описание игры
	<p>Мы морковку трем,  <i>Пальцы обеих рук сжаты в кулаки, движения кулаков к себе и от себя.</i></p> <p>Мы капусту солим,  <i>Движение пальцев, имитирующее посыпание солью из щепотки.</i></p> <p>Мы капусту жжем.  <i>Интенсивно сжимаем пальцы обеих рук в кулаки.</i>  Уф, устали!  <i>Энергичное встряхивание обеих рук.</i></p>
«Дружные пальчики»	<p><i>По ходу стихотворного текста пальцы одной руки, сжатые в кулак, медленно разгибаются по одному, начиная с мизинца. В конце игры пальцы снова сжимаются в кулак, но большой палец при этом кладется сверху.</i></p> <p>Этот пальчик маленький —  Мизинчик удаленький.  Безымянный — кольцо носит,  Никогда его не бросит.  Ну а этот — средний, длинный,  Он как раз посередине.  Этот — указательный,  Пальчик замечательный.  Большой палец, хоть не длинный,  Среди братьев самый сильный.  Пальчики не ссорятся,  Вместе дело спорится.</p>
«Мышки-шалунишки»	<p><i>Произнося текст рифмовки, сначала закрывают глаза руками, затем хлопают один раз ладонями, выражая озабоченность, после чего подпирают щеки руками, выражая удивление. Затем, согласно тексту, разыгрывается «пальчиковая игра»: домик — обеими ладонями изображается острая крыша; стол — правая рука сжимается в кулак, левая — прижимается сверху; скамейка — одна рука кладется ладонью вниз, другая прижимается ладонью с одной боковой стороны, пальцами вверх; стул — правая рука сжимается в кулак, левая прижимается перпендикуляр-</i></p>