

**Коррекционно-развивающее занятие педагога-психолога
с детьми с ОВЗ с ЗПР в начальной школе
«Зарядка для мозга»**

«Я, такой как все, и все мы разные!»

ЦЕЛЬ: развитие и гармонизация эмоциональной, когнитивной сфер учащихся.

Задачи:

Провести упражнения, способствующие развитию:

- ✓ Памяти;
- ✓ Мышления;
- ✓ Внимания;
- ✓ снижению эмоционального напряжения;
- ✓ развитие тактильных, слуховых и зрительных анализаторов;
- ✓ развитие межполушарных связей.

Ход занятия.

Приветствие.

Добрый день. Я рада приветствовать вас этим чудесным зимним днем! Давайте поприветствуем друг друга. Когда я скажу слова: «Добрый день...», помашем, друг другу руками и улыбнемся.

1. Вступительная беседа.

Сегодня мы выполним несколько упражнений и заданий, которые улучшают мыслительную деятельность. Способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма. В ходе систематических занятий улучшается память, концентрация внимания, мышление.

2. Упражнение-растяжка «Тряпичная кукла и солдат».

Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

3. Дыхательное упражнение «Свеча».

Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха (время выполнения 3-4 мин.).

4. Глазодвигательное упражнение «Стрельба глазами».

Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Движения совершаются в медленном темпе вправо-влево, вверх-вниз по 6 раз.

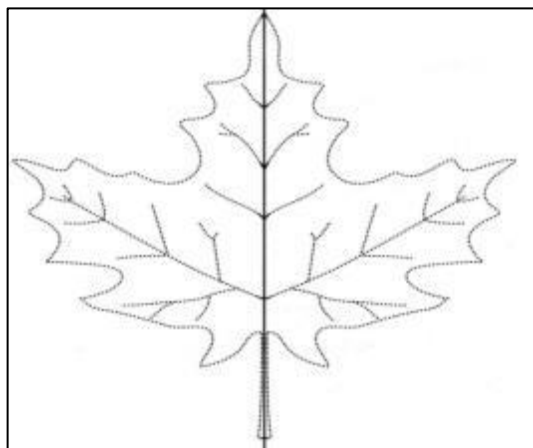
5. Телесные упражнения:

1) «Лезгинка». Дети складывают левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасаются к мизинцу левой. После этого одновременно меняют положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.

2) «Ухо-нос». Детям предлагают левой рукой взяться за кончик носа, а правой рукой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук «с точностью до наоборот».

6. «Зеркальное рисование». Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру.

Начните рисовать одновременно обеими руками.



Упражнение 7.

Цель: развитие слуховой памяти, мышления, мелкой моторики.

Время проведения: 5 минут

Прислушайте внимательно слова, которые я сейчас назову. Постарайтесь их запомнить. Педагог один раз читает слова с интервалом в 3 секунды: ЧАСЫ, УТЮГ, КРАСКИ, ШАПКА, СЫР, ПОРТФЕЛЬ, СОСИСКИ, КАРАНДАШ, САПОГИ, ЖИЛЕТ. Теперь

посмотрите на нарисованные предметы, и вычеркни только те предметы, названия которых ты слышал (Приложение 2). Попробуй объединить предметы в группы. Объясни свой выбор.

8. Нейропсихологическое упражнение.

Цель: способствует стимуляции отдельных зон коры головного мозга, которые отвечают за регуляцию движений, улучшение межполушарного взаимодействия, развитие ассоциативных связей.

9. Упражнения на развитие внимания.

Закрась квадратики с буквами: **У, М, В**. С помощью оставшихся букв, прочитай и запиши название сказки.

У	М	М	В	В	У	У	М	М	М
В	В	В	У	М	В	У	М	В	У
П	Р	И	Н	Ц	Е	С	С	А	М
М	М	У	У	В	М	У	М	В	У
В	У	М	М	У	В	М	В	У	У
У	У	У	Н	А	В	У	М	В	У
В	У	М	В	У	М	В	У	М	В
У	Г	О	Р	О	Ш	И	Н	Е	У
М	У	В	У	М	У	М	У	В	У
У	М	В	У	М	В	У	М	В	У

запиши название сказки.

Упражнение 10. «Хасты»

Время проведения: 5 минут

Ребенок воспроизводит одну за другой ряд ручных поз, каждая из которых фиксируется в течение 20—30 с (двух-трех циклов дыхания); обязательное условие — полная сосредоточенность на каждой позе. Это упражнение хорошо выполнять несколько раз в день (5—7 мин). Хасты выполняются в той же последовательности, что и на рис.



Упражнение 11. «Разрезные картинки»

Время проведения: 5 минут

(Материал к заданию: любые разрезные картинки.)

Ребятам предлагается из разрезанных картинок (Приложение 1), составить целостную картинку.

12. Упражнение на развитие гибкости ума.

Напиши как можно больше слов, обозначающих какое-либо понятие:

Например: Назови слова, обозначающие деревья (береза, сосна, ель, кедр, рябина)

- Назови слова, относящиеся к спорту.
- Назови слова, обозначающие домашних животных.
- Назови слова, обозначающие диких животных.
- Назови слова, обозначающие фрукты.
- Назови слова, обозначающие овощи.
- Назови слова, обозначающие одежду.

Упражнение 13. Шифровка по координатам.

Используй координаты, чтобы найти нужные буквы и разгадать спрятанное слово.

	1	2	3	4	5
А	Ж	У	К	Х	Д
Б	М	А	Р	Л	Е
В	С	Ц	Л	Н	Ф
Г	П	Б	В	Я	Э
Д	Ь	О	Т	И	Ы

- 1) А3 Д2 В3 Г2 Б2
- 2) Г3 Б5 Б3 В1 Д4 Г4
- 3) В1 Д3 Б2 В4 В2 Д4 Г4
- 4) В1 Д3 Д2 В3 Д4 В2 Б2
- 5) Б1 Б5 Б4 Д1 В4 Д4 В2 Б1

Упражнение 14. Коррекционно-развивающее занятие по компьютерной программе «Адалин».

Цель: комплексное развитие интеллектуальных способностей и навыков учебной деятельности.

Время работы: 7 минут.

15. Релаксация «Луг-лес-река-луг»

Время проведения: 5 минут

Закройте глаз, сядьте удобнее, руки положите свободно на колени. Слушайте только то, что я вам говорю. Сконцентрируйтесь на моем голосе. Сделайте три глубоких вдоха, вдыхайте и выдыхайте спокойно, не напрягаясь. Вдох носом, выдох ртом, губы при этом чуть приоткрыты. Вы слышите только мой голос. Посторонние мысли пролетают мимо. Уберите своего внутреннего критика, он не должен вам мешать слышать мой голос. Дыхание спокойное и размеренное, покой-покой-покой.

Представьте, что вместе с воздухом в грудную клетку попадает, частичками, “добрая” энергия. Чистая, светлая, теплая. С каждым вдохом ее больше, энергия – клубок желтых ниток. Почувствуйте ее тепло, почувствуйте тепло в груди, но ниточками проникает во все точки тела, эти лучики согревают своим теплом. Вам уютно, приятно, комфортно, тепло, вы отдыхаете. Вдох, выдох. Концентрируйтесь на выдохе.

А теперь представьте, что вы на лугу, залитом светом солнца. Смотрите, вслушивайтесь, что за звуки, почувствуйте запах, что это за запах. Цветы, какие они – цвет, форма, большие – маленькие – запах.

Идите, идите по лугу. Вы идете по дороге, что это за дорога – узкая – широкая, извилистая – пряма, что под ногами – трава – песок, - щебень – асфальт, что чувствуете. Лес – вы заходите в него. Запах, звуки, какие деревья?. Вы в лесу. Дорога, тропа выводит из леса. Вы у реки. Какая она - широкая – узкая, глубокая – мелкая. Вы входите в воду, холодная – теплая. Почувствуйте, что вы ощущаете. Переходите реку. Снова – луг. Какой это луг? Запах – цветы – ветерок. Что за аромат и свежесть...

А теперь на счет три каждый откроет глаза. На счет три – раз, два, три – открыли глаза.

Рефлексия:

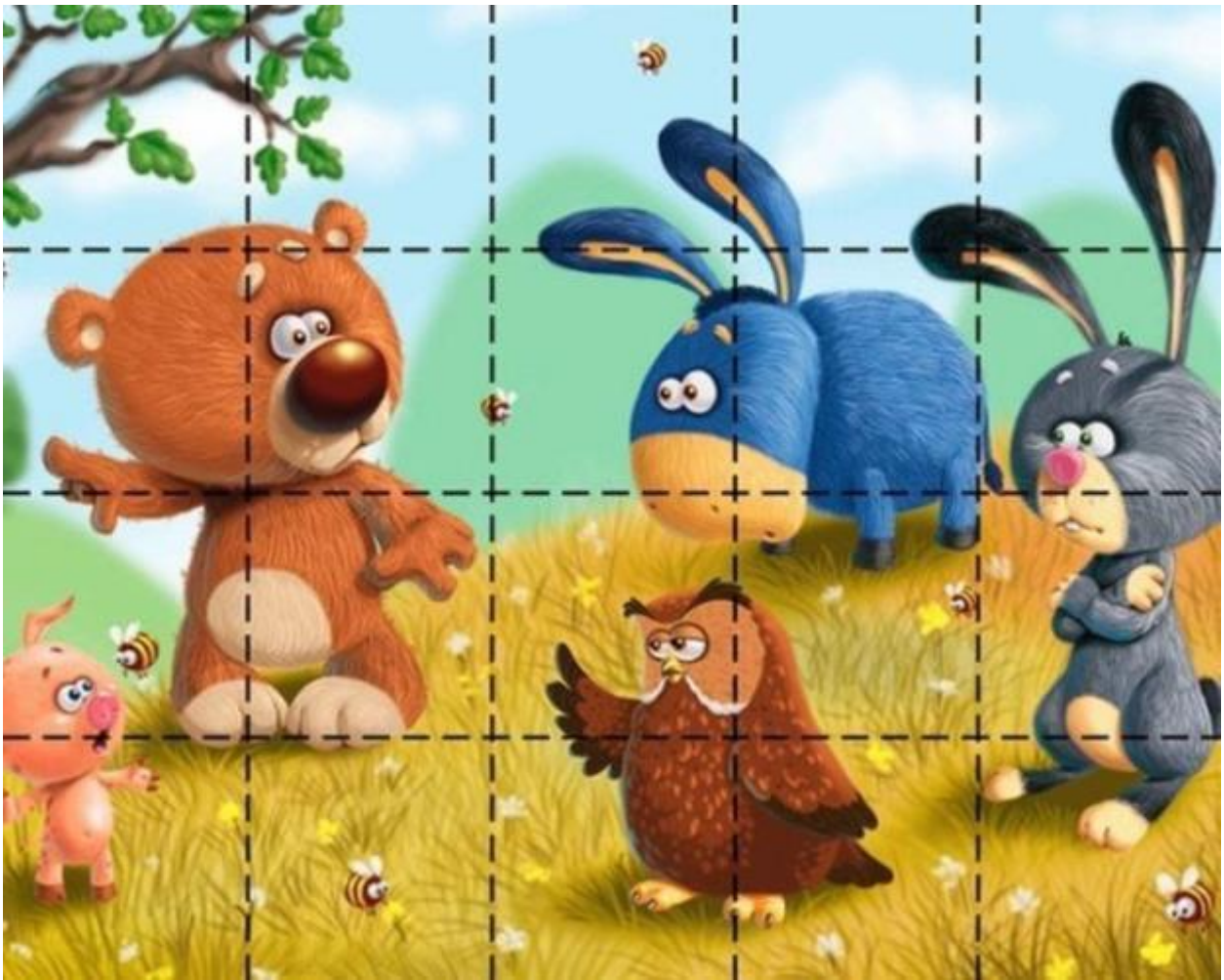
- Ребята, сегодня на занятии вам было интересно?
- Что на сегодняшнем занятии вам особенно удалось?
- Какое упражнение было сложным?

Ребята, вы большие молодцы, спасибо вам большое за урок!

До свидания.

Приложение 1







Приложение 2

