

## Занятия «Будущий первоклассник»

*Уважаемые родители все занятия строятся в три блока:*

- 1. Мозговая гимнастика (упражнения на активизацию мозговых структур).*
- 2. Упражнения на развитие психических процессов и навыков учебной деятельности.*
- 3. Упражнение на расслабление (релаксацию) в конце занятия.*

### **ЗАНЯТИЕ № 15.**

**Оборудование и материалы:** бланк «Человечки», карандаш, тетрадь в клетку, лист писчей бумаги А4

#### **I. Упражнения “Мозговая гимнастика”.**

«Качания головой» (упражнение стимулирует мыслительные процессы): дышите глубоко, расслабьте плечи и уроните голову вперед. Позвольте голове медленно качаться из стороны в сторону, пока при помощи дыхания уходит напряжение. Подбородок вычерчивает слегка изогнутую линию на груди по мере расслабления шеи. Выполнять 30 секунд.

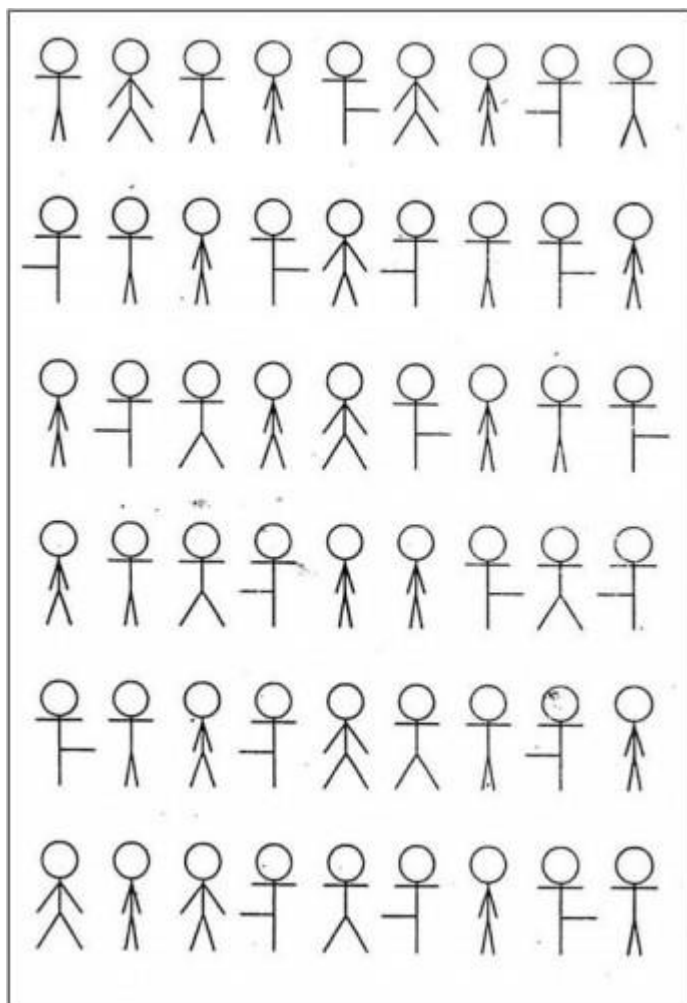
«Ленивые восьмерки» (упражнение активизирует структуры мозга, обеспечивающие запоминание, повышает устойчивость внимания): нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости “восьмерки” по три раза каждой рукой, а затем обеими руками.

«Шапка для размышлений» (улучшает внимание, ясность восприятия и речь): “наденьте шапку”, то есть мягко заверните уши от верхней точки до мочки три раза.

«Кулак-ребро-ладонь» (развивает межполушарное взаимодействие (мозолистого тела), произвольности и самоконтроля). Ребенку показывают три положения руки на плоскости пола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет движения вместе со взрослым, затем по памяти в течение 8-10 повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом — левой, затем — двумя руками вместе. При затруднениях в выполнении взрослый предлагает ребенку помогать себе командами («кулак-ребро-ладонь»), произносимыми вслух или про себя.

#### **II. Упражнения на развитие психических процессов**

Ребенку бланк с изображением человечков. Ребенку дается инструкция: «закрась и сосчитай человечков, которые стоят на одной ножке».



**Упражнение «Пары слов»** - тренировка слуховой памяти.

Взрослый зачитывает пары слов: «Послушайте внимательно пары слов и запомни их по парам. Затем я буду называть тебе первое слово, а ты будешь говорить второе».

курица – яйцо,  
молоко – корова,  
замок – ключ,  
зима – снег,  
кофе – чай,  
мама – дочь

Теперь я называю первое слово пары, а вы должны вспомнить второе». (Эти слова легко запомнить, так как они связаны по смыслу).

**Упражнение на внимание.**

Называем слова, а ребенок хлопает в ладоши, когда услышит слово, обозначающее школьную принадлежность; топает ногами, когда называем слово, обозначающее животное.

*Стол, постель, чашка, карандаш, тетрадь, воробей, вилка, ручка, стул, медведь, пенал, мак, кит, портфель, лопата, стрекоза, линейка, мартышка, снег, учебник, комар, банан, ластик, муравей.*

**Упражнение на логическое мышление.**

Зачитываем слова группами по 4 слова, объединенные одним понятием, ребенок называет лишнее слово и обобщенное для остальных.

- 1.Роза – ромашка – береза – лилия
- 2.Саша – Коля – Маша – Петрова

## Занятия «Будущий первоклассник»

3. Лиса – заяц – овца – волк
4. Диван – постель – книжка – кресло
5. Ухо – личико – нос – рот
6. Щука – рак – карась – окунь
7. Молоко – сливки – сметана – хлеб

**Упражнение «Координация перемещений, графические навыки»** - развитие сенсомоторики.

Нарисовать в тетради одновременно двумя руками картинку.

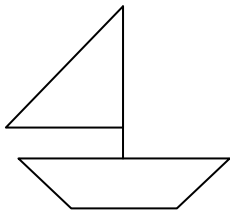


Рис. 1. Левая рука

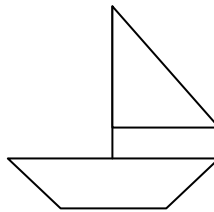
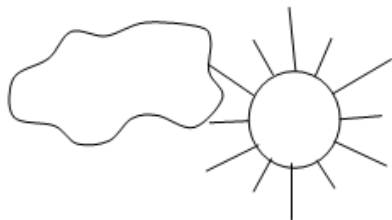
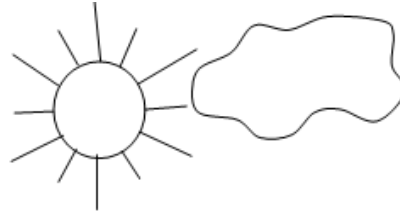


Рис. 2. Правая рука



левая рука



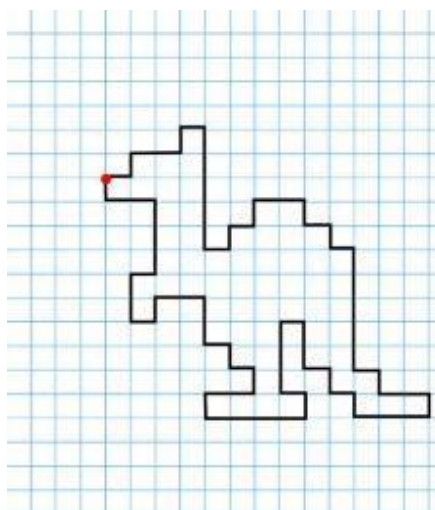
правая рука

### Динамическая пауза «Вот летит большая птица»

Вот лети большая птица  
Плавно кружит над рекой.  
(Махи руками, имитирующая махи крыльями)  
Наконец, она садиться  
На корягу над водой.  
(Дети садятся в глубокий присяд)

**Упражнение «Графический диктант»** - умение точно выполнять указания взрослого.

Задание производится под диктовку, не отрывая карандаш от бумаги. Ребенок ставит начальную точку и слушает часть инструкции, выполняет и слушает следующую часть и т.д.,.



Отступить 2 клетки вниз.

1 право; 1 верх; 2 право; 1 верх; 1 право;  
5 низ; 1 право; 1 верх; 1 право; 1 верх;  
2 право; 1 низ; 1 право; 1 низ; 1 право;  
5 низ; 1 право; 1 низ; 2 право; 1 низ;  
3 лево; 1 верх; 1 лево; 1 верх; 1 лево;  
2 верх; 1 лево; 3 низ; 1 право; 1 низ;  
4 лево; 1 верх; 2 право; 1 верх; 1 лево;  
1 верх; 1 лево; 2 верх; 2 лево; 1 низ; 1 лево;  
2 верх; 1 право; 3 верх; 2 лево; 1 верх.

**Упражнение «Скажи, как можно больше слов»** - развитие мыслительных операций обобщения, анализа, синтеза.

Ребенку предлагается назвать как можно больше слов, обозначающих какое-либо понятие. Например:

- Назови слова, обозначающие деревья (береза, сосна, ель, рябина...);
- Назови слова, относящиеся к спорту.
- Назови слова, обозначающие диких животных.
- Назови слова, обозначающие домашних животных.
- Назови слова, обозначающие наземный транспорт.
- Назови слова, обозначающие воздушный транспорт.
- Назови слова, относящиеся к искусству.
- Назови слова, обозначающие овощи.
- Назови слова, обозначающие фрукты.

### **III. Упражнение на расслабление.**

Упражнение «Торт».

Ребенку предлагается лечь на коврик и взрослый говорит, что из него сейчас будет делать торт. Сначала надо замесить тесто. Нужна мука – «мука» руками «посыпает» тело лежащего, слегка массируя и пощипывая его. Теперь нужно молоко – «молоко» «разливается» руками по телу, поглаживая его. Необходим сахар: «посыпает» тело, и немного соли – чуть-чуть, нежно прикасается к голове, рукам, ногам. Повар-взрослый «замешивает» тесто, хорошенько разминая его.

А теперь тесто кладется в печь и там поднимается – ровно и спокойно лежит и дышит. Наконец, тесто испеклось. Чтобы торт был красивый, надо его украсить красивыми цветами. Взрослый, прикасаясь к «торту», дарит ему свой «цветок», описывая его. Торт необыкновенно хорош! Сейчас повар угостится вкусным кусочком.