

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 № 14.

Оборудование и материалы: бланк «Девочки с бантиками», карандаш, тетрадь в клетку, карточки и изображением предметов (10 карточек)

I. Упражнения “Мозговая гимнастика”.

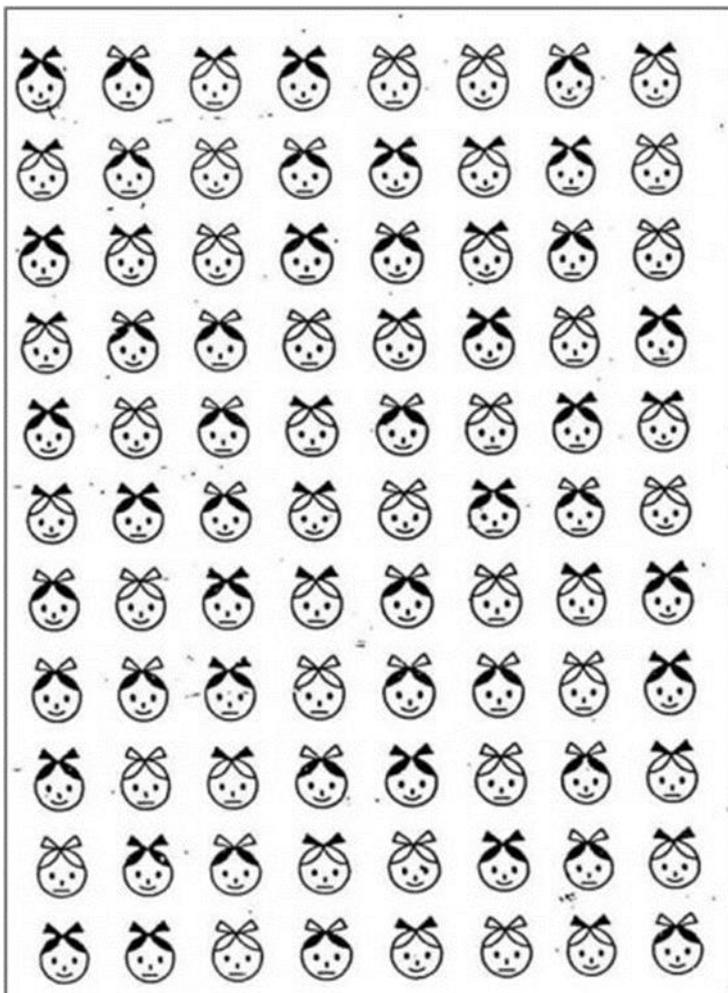
1) Качания головой (упражнение стимулирует мыслительные процессы): дышите глубоко, расслабьте плечи и уроните голову вперед. Позвольте голове медленно качаться из стороны в сторону, пока при помощи дыхания уходит напряжение. Подбородок вычерчивает слегка изогнутую линию на груди по мере расслабления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

II. Упражнения на развитие психических процессов

Ребёнку бланк с изображением девочек, расположенных по восемь в каждом ряду. Ребенку дается инструкция: «Подчеркни и сосчитай девочек с черными бантиками».



Занятия «Будущий первоклассник»

Упражнение «Запомни и повтори» - развитие слуховой памяти.

Зачитываем слова с установкой на запоминание. «Сейчас я тебе назову слова. Ты их внимательно послушай. Потом какие слова запомнил, ты мне назовешь. Итак, будь внимательным. Запоминай.»

Ребенку зачитывают слова

Слон, год, мяч, мыло, соль, шум, рука, пол, весна, сын.

«Назови слова, которые ты запомнил».

*Если ребенок с первого раза повторил все слова, попытки прекратить.

Таким образом слова зачитываются ребенку 3 раза.

Упражнение «Какой фигуры не стало?» - развитие визуальной памяти, внимания.

На столе раскладываем 10 карточек с изображением разных предметов. Ребенок запоминает за 10 секунд, отворачивается. Убираем одну карточку. Ребенок называет, какой не стало и на каком месте. Упражнение проводится 3 раза.

Упражнение «Дыхательная гимнастика» - расслабление, восстановление.

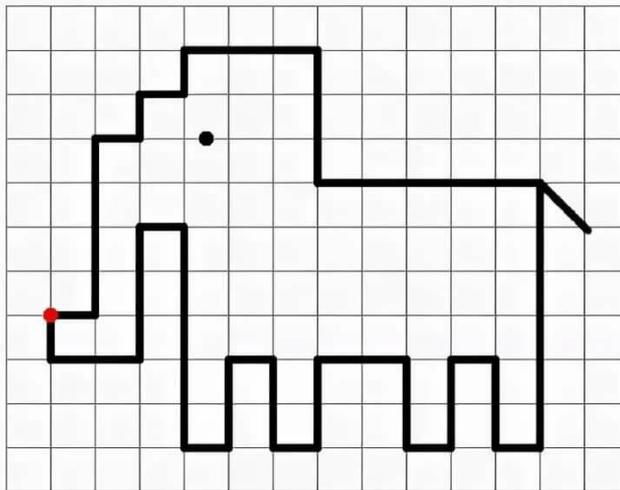
Стоя, руки вдоль тела, ноги на ширине плеч. Глубокий вдох, в тоже время поднимаем прямые руки вперед до уровня груди.

Медленный выдох, одновременно рисуя двумя руками квадрат перед собой. Руки опустить. Повторить три раза, попеременно изображая руками квадрат, треугольник, круг.

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.,.

Слоник



Отступить 7 клеточек сверху и 1 клеточку слева и поставить точку.

1↓	1→	2↑	3←
2→	2↓	1→	1↓
3↑	1→	2↓	1←
1→	2↑	1→	1↓
5↓	2→	6↑	1←
1→	2↓	5←	4↓
2↑	1→	3↑	1←

Занятия «Будущий первоклассник»

Упражнение «Пальчиковая гимнастика» - мелкая моторика

Сжимаем в кулак и разжимаем пальцы рук в рифму стишка, вначале одной рукой, после этого другой, и одновременно двумя руками вместе.

Ты цыпленок не пищи! Лучшие маму пощи!

Упражнение «Расширение кругозора» -развитие речи

1. В какое время года твой день рождения?
2. В каком месяце ты родился?
3. Какого числа ты родился?
4. Год твоего рождения?
5. Сколько лет было тебе в прошлом году?
6. Сколько лет тебе будет в будущем году?
7. В какое время года дети идут в школу?
8. Какого числа и в каком месяце дети идут в школу?
9. Как называется этот праздник?
10. Какие женские (мужские) фамилии ты знаешь?

Задаём вопрос и фиксируем результат.

В случае, если ребенок неправильно отвечает или же затрудняется ответить, после каждого неверного ответа даем информативное обоснование, задаем наводящие вопросы.

III. Упражнение на расслабление.

Упражнение «Потянулись – сломались».

Инструкция ребенку: «Встань прямо. Вдохни. На вдохе сильно тянись вверх, вытягивая руки, напрягая тело. А теперь постепенно начинай выдыхать воздух и расслаблять тело. Расслабляй кисти рук, кисти стали мягкими и упали вниз. Дыши спокойно и расслабляй руки в локтях. Теперь полностью расслабь руки, они упали вниз. Расслабь шею, и голова упала на грудь. Расслабь мышцы спины и согнись пополам. Туловище расслабилось и обвисло. Теперь расслабляй колени и мягко падай на пол. Полежи так, постарайся почувствовать пол, как твое тело соприкасается с полом? Удобно тебе лежать или нет? Потихоньку вставай. Мы будем завершать наше занятие сегодня».