**КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ПСИХОМОТОРИКИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПОДВИЖНЫХ ИГР**

**учитель-логопед**

**Клиппенштейн Наталья Андреевна**

В качестве базовых использованы подходы к сенсорному воспитанию детей, разработанные в отечественной психологии и педагогике В.Н. Аванесовой, Л.А. Венгер, А.В. Запорожцем, Н.П. Сакулиной, Н.Н. Поддьяковым и др. Определению коррекционного пространства программы способствовали научно-практические и методические рекомендации В.В. Воронковой, И.Ю. Левченко, В.Г. Петровой, В.В. Ткачевой, У.В. Ульенковой.

Программа курса коррекционных занятий имеет **цель** – развитие дефицитарных компонентов психомоторных способностей детей через гармонизацию взаимодействия их психической и моторной сферы посредством подвижных игр и двигательных упражнений.

Достижение поставленной цели возможно посредством реализации ряда конкретных **задач**, направленных на коррекцию психомоторной сферы у детей, а именно:

* формирование точности и целенаправленности движений и действий;
* исправление недостатков моторики, совершенствование зрительно-двигательной координации;
* развитие основных видов движений, серии движений, ритмические движения;
* формирование пространственно-временных ориентировок;
* развитие слухоголосовых координаций;
* совершенствование сенсорно-перцептивной деятельности;
* формирование на основе активизации работы всех органов чувств адекватного восприятия явлений и объектов окружающей действительности в совокупности их свойств;
* коррекция недостатков познавательной деятельности детей путем систематического и целенаправленного воспитания у них полноценного восприятия формы, конструкции, величины, цвета, особых свойств предметов, их положения в пространстве;
* формирование способности эстетически воспринимать окружающий мир во всем многообразии свойств и признаков его объектов (цветов, вкусов, запахов, звуков, ритмов);
* развитие эмоциональности.

Содержание программы соответствует следующим **принципам** современного образования детей с ограниченными возможностями здоровья, среди которых особо следует выделить такие как:

* принцип развивающего образования, согласно которому развивающий характер образования реализуется через деятельность конкретного ребенка в зоне его ближайшего развития;
* принцип научной обоснованности и практической применимости;
* принцип единства коррекционно-развивающих и воспитательных целей и задач процесса образования;
* принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников;
* принцип адекватности форм работы с детьми их возрасту и физическому состоянию.

В качестве **методов** педагогической работы можно выделить следующие:

1. Словесные: рассказ, беседа, название упражнения, описание его выполнения, объяснение, пояснения, указания, команды, вопросы к детям;
2. Наглядные: демонстрация, иллюстрация, наблюдение;
3. Практические: упражнения, игра.

Необходимыми **условиями** для успешной реализации программы являлось соблюдение ряда требований, среди которых важное место занимали;

* создание условий для охраны и укрепления здоровья;
* строгое соблюдение последовательности этапов и направлений коррекционной работы;
* следование требованиям к организации и структуре занятий, предусмотренных программой.

**Требования к организации занятий:**

1. Занятия рассчитаны на детей от 7 до 11 лет с легкой степенью умственной отсталости.
2. Продолжительность занятия 35-40 мин.
3. Периодичность встреч – 2 раза в неделю.
4. Наполняемость группы 3-4 человека.
5. Занятия проходят в просторном кабинете, где дети могут свободно передвигаться.
6. Группы формируются на основе результатов диагностики.

**Ожидаемые результаты** вытекают из целей, задач и содержания программы. Основные из них:

* Улучшение качественных характеристик основных видов движений, гибкости, выработка правильной осанки.
* Умение изменять состояние мышц (напрягать и расслаблять).
* Умение согласовывать ритм, слова и движения.
* Сформированность внимания, зрительной, моторно-слуховой, кинетической и пространственной памяти, слухового, зрительного, тактильно-двигательного восприятия, пространства, времени, произвольности движений на основе самоконтроля и саморегуляции.
* Умение ориентироваться в схеме собственного тела, определять место своего нахождения в знакомом пространстве.
* Адекватность использования жестов, мимики, умение контролировать мимику и пантомимику, описывать словами свое состояние.
* Стабилизация эмоционального состояния, сдержанности и устойчивости к стрессовым ситуациям, умение справляться с негативными эмоциями.
* Приобретение коммуникативных навыков, влияющих на поведение детей, развитие эмпатии.

Результативность занятий оценивается индивидуально в начале и в конце курса занятий.

Значимость психомоторной сферы в картине общего развития детей подчеркивается в Федеральных государственных стандартах к структуре общеобразовательной программы школьного образования, согласно которым, в образовательный процесс обязательно должна быть включена работа по коррекции недостатков в интеллектуальном, физическом или психическом развитии учащихся.

Состояние психомоторной сферы является одним из показателей гармоничности развития личности, поскольку обеспечивает баланс всех психических функций. Согласованность двигательных действий, эмоциональной отзывчивости и способов общения влияет на физическое и психическое развитие и социальное благополучие ребенка. Перечисленные компоненты являются составляющими выразительности движений, включающих как двигательную и ритмическую организацию, так и психические процессы, внутренние состояния, которые относятся к психической сфере. Под «выразительностью движений» понимается овладение ритмической организацией движений на основе мышечных усилий в единстве с чувственно-эмоциональной сферой.

ФГОС предусматривают обязательную организацию коррекционной работы с учащимися в условиях компенсирующего школьного образования с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

**Структура занятия** по коррекции психомоторной сферы детей предполагает четыре части:

**Вводная часть (5-10 мин.)**  В данной части занятия используются задания побуждающие детей к взаимодействию: ритуал приветствия, двигательная разминка, глазодвигательные, дыхательные, артикуляционные упражнения, пальчиковая гимнастика и т.д.

**Основная часть (15-20 мин.)**  В эту часть входят упражнения на развитие и коррекцию основных видов движений связанных с динамической организацией двигательного акта, музыкально-ритмических движений, развитие психических функций, совершенствование психомоторики, развитие способности ориентироваться в схеме собственного тела и в пространстве, развитие эмоциональности, мотивации.

**Заключительная часть (5-10мин.)** включает в себя подвижную или речевую игру, в зависимости от двигательной нагрузки основной части, и обязательную релаксационную фазу.

**Оценочно-рефлексивная часть (2-3 мин.)** – подведение итогов деятельности детей, осмысление происходившего на занятии.

Вводную часть занятий составляют задания направленные на установление коммуникативной активности и поддержание эмоционального тонуса детей в процессе взаимодействия с педагогом и другими детьми через предмет (мягкая игрушка, мяч, бубен и др.) Цель данной части занятий развитие положительного интереса к взаимодействию со сверстниками и педагогом. Необходимо установить эмоциональный контакт с детьми вызвать у них желание взаимодействовать с группой во время занятия. Немаловажной задачей на данном этапе являлось воспитание культуры поведения детей в процессе группового общения со сверстниками и взрослыми.

В этой части занятия используются упражнения на моторику, сохранение зрения, дыхательные упражнения, стимулирующие упражнения *(*повышающие энергетический потенциал: хлопки, самомассаж головы, ушных раковин, стоп, массаж кистей рук, работа с пальцами рук*).*

Примеры заданий для водной части:

**Задание «Ладошечка»**

Оборудование: мягкая игрушка.

Педагог побуждает учащихся принять участие в ритуале приветствия, показывая мягкую игрушку, которая пришла сегодня к нам на занятие. Дети стоят в кругу, вытянув руки ладошками вверх. Педагог проходит по кругу, поглаживая ладошки детей мягкой игрушкой одетой на руку и от имени игрушки припевает слова:

Дай ладошечку, моя крошечка,

Я поглажу тебя по ладошечке,

На ладошечку моя крошечка,

Ты погладь меня по ладошечке.

**Задание** «**Мои руки хороши, а у соседа лучше»**

Дети стоят в парах и дотрагиваются до названой части тела сначала своей, а потом - товарища со словами:«Мои руки (показ) хороши, а у соседа лучше (взять товарища за руки). Мои ноги хороши, а у соседа лучше». Перечисляются части тела: нос, плечи, уши, локти, коленки, пятки, спина.

**Задание: «Тропинка к другу»**

Педагог предлагает детям сесть вокруг листа ватмана и нарисовать фломастером дорожки друг к другу (кто к кому захочет), затем провести дорожки и к остальным детям.

Перед началом выполнения каждого задания детям обозначались целевые установки. Во-первых, это необходимо, потому что одно и то же задание может быть направлено на развитие разных компонентов психомоторных способностей. Например, задание «Ладошечка» можно использовать как для коммуникативной активности, так и для развития тактильного восприятия. Во-вторых, дети должны понимать, что и зачем они будут делать, это поддерживает их мотивацию, осмысление происходившего, они могут оценивать свою деятельность в ходе каждого задания и в конце занятия.

Для улучшения самочувствия успокоения в начале занятий уделялось большое внимание выработке правильного дыхания, это оптимизирует газообмен и кровообращением у ребенка и способствует его концентрации внимания. Правильное дыхание – это полное дыхание, т.е. сочетание грудного и брюшного видов дыхания. Для того чтобы ребенок научился правильно дышать использовался мешочек с ароматными травами (чабрец, ромашка, листья смородины). Одна рука ребенка на груди, другой он держит мешок с травами возле носа, на живот садится мягкая игрушка для контроля за полнотой дыхательного движения. Упражнения выполняются лежа на полу. Начинается упражнение со стадии выдоха. После чего дождавшись момента, когда возникнет потребность вдохнуть, делается приятный глубокий без напряжения вдох носом. Педагог внимательно следит за тем, чтобы плечи не поднимались и оставались спокойными.

Примеры заданий.

**Задание «Одуванчик».**

Цель: формирование навыков правильного дыхания, направленной воздушной струи, развитие слухового восприятия.

Оборудование: пластмассовые палочки для воздушных шариков, обмотанные зеленой нитью, белые шарики для настольного тенниса. Ход игрового упражнения. Выполняется сидя на полу или на корточках. В раскрытых ладонях дети держат палочки, в конусе которых находится теннисный шарик (одуванчик). На слова педагога: «Я шарик пушистый, белею в поле чистом» дети делают глубокий вдох через нос. На слова педагога «А дунул ветерок – остался стебелек» - сильным выдохом сдувают теннисный шарик (одуванчик) с палочки»

**Задание «Шарик»**

Ложимся на спину, обе руки расположены на животе. Теперь включаем воображение и представляем, что вместо живота у нас находится шар. Наполняем его воздухом, через нос, медленно вдыхая. Затем задержав дыхание, сдуваем воздух, выдыхая через рот.

В этой же части занятий могут использоваться задания на регуляцию мышечного тонуса и на развитие общей моторики. Например:

**Задание «Лодочка»**

Ребенок ложится на спину, вытягивая руки над головой. По команде одновременно поднимает прямые ноги, руки и голову. В такой позе ребенок лежит максимально долго. Для повышения мотивации проводится игра «Кто дольше». Затем дети переворачиваются на живот, упражнение повторяется.

**Задание «Слоник»**

Ребенок становится на колени, руками упирается в пол, вес должен быть распределен одинаково на руки и на ноги. Дети делают одновременные шаги сначала правой затем и левой стороной туловища. Затем задание меняется: ноги идут параллельно, а руки наперекрест, руки параллельно, ноги наперекрест.

Основную часть занятия составили разнообразные игры, танцы, двигательно-речевые упражнения с музыкальным сопровождением и без него. В зависимости от темы и цели занятия. Если это занятие на развитие двигательных способностей, то подвижные игры и двигательные упражнения могли быть следующего содержания:

**Задание «Снежная королева»**

Сначала педагог, а в дальнейшем и ребенок превращается в «Снежную королеву» и начинает постепенно «замораживать» всех детей: называет при этом определенные части тела (правая рука, левая рука, левая нога, правая нога, корпус, голова), соответствующие мышцы напрягаются, застывают. Дети превращаются в ледяную [скульптуру](http://pandia.ru/text/categ/nauka/467.php), которая начинает медленно таять под лучами солнца. (Расслабляются шея, руки, корпус, ноги), дети сначала опускаются на корточки, затем полностью расслабляются и ложатся на пол.)

**Задание «Буратино и Пьеро»**

Дети двигаются как в упражнении «Муравьи», по команде «Буратино» останавливаются в позе: ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, раскрыты в сторону, кисти прямые, пальцы растопырены, все мышцы напряжены. Движение по залу возобновляется. По команде «Пьеро» — опять замирают, изображая грустного Пьеро: голова висит, шея расслаблена, руки болтаются внизу. В дальнейшем можно предложить детям двигаться, сохраняя образы деревянного крепкого Буратино и расслабленного, мягкого Пьеро.

Если же целью занятия является развитие ритмической организации, то подвижные игры и двигательные упражнения были следующего характера:

**Задание «Музыкальный ежик»**

Инвентарь: барабан, ложки бубны.

Педагог читает стихотворение:

С барабаном ходит ежик.

Бум-бум-бум!

Целый день играет ежик:

Бум-бум-бум!

С барабаном за плечами…

Бум-бум-бум!

Ежик в сад забрел случайно.

Бум-бум-бум!

Очень яблоки любил он.

Бум-бум-бум!

Барабан в саду забыл он.

Бум-бум-бум!

Ночью яблоки срывались:

Бум-бум-бум!

И удары раздавались:

Бум-бум-бум! *(Г. Виеру* - *в сокращении)*

- Забавное стихотворение, не правда ли? (Реакция детей.)

- Какие слова все время повторяются в стихах? (Ответы детей.)

- Сколько ударов барабана приходятся на эти слова? (Ответы детей.)

Затем педагог снова читает стихотворение, а повторяющиеся слова «бум-бум-бум» не произносит. Дети исполняют вместо них на барабане( бубне, ложках) три удара: правой, левой, затем снова правой рукой.

Игровое упражнение способствует развитию произвольного внимания, слухомоторной координации. В процессе игры на интуитивном уровне ребенок анализирует ритмическую организацию стихотворного текста.

**Задание «Слушай и повтори»**

Дети свободно располагаются на ковре, у каждого в руках музыкальный инструмент. Педагог проигрывает на ложках или на ксилофоне простой ритмический рисунок, затем предлагал детям повторить его. Далее ведущим становился ребенок.

Особую роль в основной части занимают психологические задания. Применение таких заданий направлено на развитие психических процессов и эмоциональной сферы детей, способствует пониманию эмоциональных состояний других людей, умению адекватно выражать свои состояния. На занятии дети развивают такие психические процессы как память, внимание, мышление, а также отрабатывали эмоциональную и двигательно-ритмическую выразительность пантомимическими средствами, применяли свои умения в творческих заданиях.

Примеры заданий.

**Задание «Ухо, горло, нос»**

Игроки становятся в шеренгу. Педагог встает перед ними и говорит: "Каждый будет закрывать то, что буду называть". Дети должны закрывать только те части лица, которые называет ведущий. Он начинает по очереди называть и закрывать ухо, горло, нос, но при этом специально путать игроков. Кто ошибается, тот выбывает из игры.

Выигрывает тот, кто остался последним.

**Задание «Четыре стихии»**

Играющие сидят по кругу и выполняют движения в соответствии со словами: "земля" - руки вниз, "вода" - вытянуть руки вперед, "воздух" - поднять руки вверх, "огонь" - произвести вращение руками в лучезапястных и локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

**Задание «Послушная тень»**

Первый игрок изображает самые разные движения: как он купается в реке, что-то пишет, чешет затылок...

Второй игрок - "тень" первого. Он неотступно следует за первым игроком и в точности повторяет каждое его движение. Если "тень" в течение 1 минуты не сделает ни одной ошибки, она получает 10 баллов.

За каждое неправильное движение 1 балл снимается. Затем игроки меняются ролями.

**Задание «Волшебный мешок»**

Инвентарь: различные мелкие предметы

На пол высыпаются 10-15 предметов разной формы, функциональной принадлежности, цвета. В течение минуты дети рассматривают и запоминают их. Взрослый складывает их обратно в мешок и просит ответить на вопросы о предметах:

-Какого цвета был брелок?

-Сколько резинок для волос лежало на полу?

Подвижные игры и двигательные упражнения на развитие способности ориентироваться в пространстве

**Задание «Слепец и поводырь»**

Дети разбиваются на пары: «слепец» и «поводырь». Один закрывает глаза, а другой водит его по группе, даёт возможность коснуться различных предметов, помогает избежать различных столкновений с другими парами, даёт соответствующие пояснения относительно их передвижения. Затем слепому развязывают глаза, и он проходит тот же маршрут самостоятельно. Другой участник отмечет ошибки. Затем участники меняются ролями.

**Задание «Найди игрушки»**

Инвентарь: разные игрушки

Детям сообщается, что все игрушки спрятались. Чтобы их найти нужно внимательно слушать «подсказки» (инструкции) и следовать им. После обнаружения игрушки, ребенок рассказывает в каком направлении он шел, в какую сторону поворачивал, где нашел игрушку.

Подвижные игры и двигательные упражнения на развитие эмоциональности:

**Задание «Музыка и эмоции»**

  Прослушав музыкальный отрывок, дети описывают настроение музыки, какая она: веселая - грустная, довольная, сердитая, смелая - трусливая, праздничная - будничная, задушевная - отчужденная, добрая - усталая, теплая - холодная, ясная - мрачная. Это упражнение способствует не только развитию понимания передачиэмоционального состояния, но и развитию образного мышления.

**Задание «Пиктограммы»**

 Детям предлагается набор карточек, на которых изображены различные эмоции.

 На столе лежат пиктограммы различных эмоций. Каждый ребенок берет себе карточку, не показывая ее остальным. После этого дети по очереди пытаются показать эмоции, нарисованные на  карточках. Зрители, они должны угадать, какую эмоцию им показывают и объяснить, как они определили, что это за эмоция. Воспитатель следит за тем, чтобы в игре участвовали все дети.  
Эта игра поможет определить, насколько дети умеют правильно выражать свои эмоции и "видеть" эмоции других людей.

Задания выполняются под музыку классического детского репертуара, что воздействует на эмоции детей, способствует созданию у них настроения, развитию чувства ритма.

В заключительную часть включены музыкальные и речевые игры с обязательной релаксационной фазой для снятия двигательного и психоэмоционального напряжения в конце занятия. Игры и специальные упражнения готовят детский организм к завершению занятия и являются связующим звеном между основной частью и релаксационным упражнением.

При выполнении специальных упражнений на релаксацию, когда необходимо сбросить накопившееся напряжение и восстановить силы, педагог рекомендует детям принять удобную позу, расслабившись и закрыв глаза выполнить несколько циклов глубокого дыхания, прослушивая соответствующую музыку и вызывая в воображении нужные цвета или образы.

На начальных этапах освоения релаксационных упражнений педагог помогает детям расслабиться с помощью речи.

Например: «Представьте себя в сказочном лесу» - установка на общее успокоение, расслабление, спокойное дыхание. «Вы долго гуляли, теперь устали»- ощущение своего тела, тяжести в мышцах рук и ног. «Вдыхаем ароматы цветов» - регуляция дыхания, оно ровное спокойное. «Видим лес, слышим пение птиц. Вы спокойны и расслаблены, вам хорошо и приятно» – полный отдых.

Или же можно провести **игру «Волшебный сон»**

Педагог детям дает инструкцию следующего содержания: «Сейчас, когда я начну читать вам стих и заиграет спокойная музыка, вы закроете глаза и начнется игра «Волшебный сон». Вы не заснете по-настоящему и будите все слышать, но не будите двигаться и открывать глаза, пока я не разрешу это сделать. Внимательно слушайте меня и повторяйте про себя все слова, которые я говорю вам. Шептаться не надо. Спокойно отдохните, закрыв глаза. Игра закончится, когда я громко попрошу вас открыть глаза». Итак, наступает «волшебный сон».

Реснички опускаются…

Глазки закрываются…

Мы спокойно отдыхаем…

Сном волшебным засыпаем…

Дышится легко, ровно, глубоко…

Наши руки отдыхают…

Ноги тоже отдыхают…

Отдыхают, засыпают…

Шея не напряжена

И рас-сла-а-аб-ле-на она…

Губы чуть приоткрываются

Все чудесно расслабляется

Дышится легко, ровно, глубоко…

Напряженье улетело…

И расслаблено все тело…

Греет солнышко сейчас…

Пуки теплые у нас…

Жарче солнышки сейчас…

Ноги теплые у нас …

Дышится легко, ровно, глубоко…

Губы теплые и вялые,

Но несколько не усталые…

Губы чуть приоткрываются…

Все чудесно расслабляется…

Нам понятно, что такое …

Состояние покоя…

Долгая пауза до конца медленной музыки. Затем музыка постепенно переходит в бодрую, веселую, педагог обращается к детям:

«Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали…

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепко кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Потянуться! Улыбнуться!

Глазки открываем

День мы продолжаем!

Процесс обучения целенаправленному выполнению инструкции педагога, а точнее сказать, произвольной регуляции движений самим ребенком включает несколько обязательных компонентов, а именно:

* повторение инструкции не только педагогом, но и ребенком;
* объяснение и показ тех движений, которые предстоит выполнить;
* установки педагога на точность, красоту и четкость выполнения;
* по окончании задания рассказ ребенком о том, какие действия он выполнил и в какой последовательности;
* самооценка ребенка точности выполнения инструкции.

**Содержание программы занятий по совершенствованию психомоторики детей с легкой степенью умственной отсталости по средствам подвижных игр и двигательных упражнений**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № этапов,№ занятий | Название этапов реализации программы и направления работы | | Содержание педагогической работы | | | Игры и упражнения |
| **I этап**  **Диагностический** | | | | | | |
| 1-2 |  | | Первичная диагностика | | | Диагностический инструментарий |
| **II этап**  **Коррекционно-развивающий** | | | | | | |
| 3-5 | Развитие коммуникативной активности | | | Развитие потребности в общении мотивация, формирование коммуникативных умений и навыков, необходимых для эффективной деятельности.  Формирование чувства такта в процессе группового общения, умения сопереживать другим людям.  Воспитание культуры поведения в процессе группового общения с детьми и взрослыми | «Клеевой ручеек»  «Слепец и поводырь»  «Вежливые слова»  «Подарок на всех»  «Руки знакомятся, ссорятся, мирятся»  «Игры-ситуации»  «Зеркало»  «Веселая сороконожка»  «Каравай»  «Испорченный телефон»  «Я знаю 5 имен»  «У оленя дом большой»  «Липучки»  «Змея»  «Поварята»  «Дотронься до…» | |
| 6-10 | Развитие двигательной организации | | | Развитие мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц и основных видов движений.  Выработка правильной осанки, равновесия.  Развитие точности, координации, плавности, переключения движений  Преодоление двигательного автоматизма движений | «Глазодвигательный тренинг» (7 упр.)  «Дыхательные упражнения» (5 упр.)  «Муравьи»  «Кактус и Ива»  «Пальма»  «Мокрые котята»  «Штанга»  «Самолеты и бабочки»  «Буратино и Пьеро»  «Насос и надувная кукла»  «Снеговик»  «Снежная Королева» | |
| 11-15 | Развитие ритмической организации | | | Формирование чувства музыкального темпа, ритма.  Ритмичность движений под музыку  Изменение характера движений в соответствии с изменением звучания музыки (тихо-громко, медленно-быстро, высоко-низко)  Согласование движений с проговариванием слов. | «Пульс»  «Ритм»  «Музыкальный ёжик»  «Эхо»  «Не просто мяч»  «Угадай-ка»  «Волшебная ромашка»  «Дождик, дождик, кап-кап-кап»  «Осенний дождик»  «Догонялки»  «Слушай и повтори»  «Передай ритм»  «Музыкальный стульчик»  «Музыкальные стульчики» | |
| 15-20 | Развитие психических процессов | | | Развитие быстроты и точности реакции  Развитие внимания (устойчивость, переключение, распределение и т.д.)  Развитие всех видов памяти  Согласование слова и движения  Развитие умения реализовывать запланированные действия по условному сигналу  Развитие произвольности при выполнении движений  Развитие умения выполнять совместные действия на основе самоконтроля и саморегуляции. | ВНИМАНИЕ  «Корректор»  «Ухо, горло, нос»  «Съедобное–не съедобное»  «Летает - не летает»  «Запрещенное движение»  «Назови предмет»  «4 стихии»  «Что изменилось?»  «Да и нет»  «Послушная тень»  ПАМЯТЬ  «Кто пропал?»  «Бабушкин чемодан»  «Пиктограмма»  «Художник»  «Кукловод»  «Очередь»  «Повторюшки»  «Запоминай-ка»  «Волшебный мешок»  «Что стереть?» | |
| 21-26 | Развитие способности ориентироваться в пространстве | | | Развитие оптико-пространственной ориентировки в пространстве класса через движение  Развитие пространственных представлений (выполнение действий на основе словесной инструкции педагога)  Развитие умения отдавать команды (движения влево, вправо, назад, вперед, руки вверх и т.д.) | «Скок-перескок»  «Жмурки»  «Найди игрушку»  «Солнышко»  «Слепой и поводырь»  «Слепой лабиринт»  «Бег к реке»  Задания в виде инструкций | |
| 27-32 | Развитие эмоциональности | | | Развитие понимания различных эмоциональных состояний, отдельных черт характера.  Развитие имитационно-подражательных выразительных движений и действий, отражающих различные эмоциональные состояния (мимика, жесты, поза, серия движений)  под музыку  без музыки (изображения движений зверей, людей за работой и определенными занятиями) | «Пиктограммы»  «Зеркало»  «Я радуюсь когда»  «Музыка и эмоции»  «Способы повышения настроения»  «Волшебный мешок»  «Испорченный телефон»  «Новая кукла»  «Баба- Яга»  «Фокус»  «Лисичка подслушивает»  «Соленый чай»  «Новая девочка»  «Про Таню»  «Золушка»  «Один дома»  «Ласковые ладошки»  «Секретики»  «На полянке»  «Чудесный сон котенка» | |
| **III этап**  **Оценка результатов реализации программы** | | | | | | |
| 33-34 | Оценка результатов реализации программы | Повторная диагностика | | | | Диагностический инструментарий |

**Конспекты занятий по развитию психомоторики детей младшего школьного возраста с умственной отсталостью посредством двигательных упражнений и подвижных игр.**

**Класс 1.**

**Тема занятия:** Развитие крупной моторики. Бросание в цель. Повороты, построения.

Цель занятия: Развитие координации движений, способности подчинять свои действия инструкции педагога, развитие согласованности движений.

**Задачи урока:**

**Образовательные:**

* Закреплять понятия: вправо-влево, вверх, вниз

**Коррекционно-развивающие:**

* Развивать мелкую и крупную моторику
* Развивать пространственную ориентацию.
* Развивать зрительное и слуховое восприятие.
* Развивать координацию движений .
* Развивать согласованность движений на разные группы мышц (по инструкции)

**Воспитательные:**

* Воспитывать способность подчинять свои действия инструкции.
* Воспитывать коллективизм, уважение к друг другу.
* Воспитывать взаимопонимание, дружелюбие .

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

**Организационный этап.**

Взаимное приветствие. **Поздороваться руками, локотками, коленками, плечами и т.д.**

**Психологический настрой на урок**

Долгожданный дан звонок –  
Это начался урок.   
Встали ровно, подтянулись

И друг другу улыбнулись

**Упражнение «Хомка»**

Хомка, хомка, хомячок *(делаем приседания)*

Полосатенький бочок *(потираем бока)*

Хомка раненько встает *(встаем)*

Щечки моет, шейку трет. *(руками двигаем не задевая лица)*

Подметает хомка хатку *(наклон вниз, движения руками)*

И выходит на зарядку. *(идем по кругу)*

Раз, два, три, четыре, пять –*(руки сгибаем ладошками достаем до плечей)*

Хочет Хомка сильным стать *(сгибаем и разгибаем руки)*

Ручками похлопает *(хлопают руками)*

Ножками потопает *(топают ногами)*

Крепко свой бочок потрет *(трут бока)*

И опять гулять пойдет. *(идем по кругу)*

**Основная часть занятия**

**Упражнение «Волны»**

Ребенок пытается сделать «волны» кистями рук. Передвигаемся по залу поворот направо — два шага вперед.

**Игра «Зазеркалье»**

Можно проводить и в группе и на улице.

Педагог предлагает детям копировать его движения. Так же можно что бы дети разбились на пары и копировали ведущего в паре. При усложнении задания копируются не только позы ведущего, но и его настроение – мимика.

**Упражнение «Поезд»**

Дети передвигаются поездом по залу поворот направо — два шага вперед – шаг назад

**Упражнение «Кегли» ( бросание в цель).**

**Заключительный этап занятия**

**Рефлексия. Дети отвечают на вопросы педагога определяя что получилось на занятии , что не получилось, что понравилось.**

**Класс 2.**

**Тема занятия : Развитие координации движений руки и глаза**

**Цель:**

Формировать правильное представление, об окружающей действительности способствующее оптимизации психического развития ребенка и более эффективной социализации его в общество. Развивать координацию движений, способность подчинять свои действия инструкции, мелкую моторику.

**Задачи:**

**Образовательные:**

* обогащение словарного запаса детей;
* закреплять понятия: вправо-влево, вверх, вниз

**Коррекционно-развивающие:**

* Развивать мелкую и крупную моторику
* Развивать пространственную ориентацию.
* Развивать координацию движений .

**Воспитательные:**

* Воспитывать способность подчинять свои действия инструкции.
* Воспитывать умение работать в группе, в паре.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

1. **Организационный этап.** Взаимное приветствие.

**Ритуал приветствия**

Упражнение “Здравствуйте!” Встать в круг. Положить руки друг другу на плечи. Приветливо посмотреть друг на друга и поздороваться.

**2. Пальчиковая гимнастика**

Начинаем медленно по кругу вращать большие пальцы, потом ускоряем темп больше, больше и больше.

**Основная часть**

**Индивидуальные задания на выбор. Смена занятия через 10-12 мин.**

* Упражнения: «Бусы для куклы» – нанизывание бусин (пуговиц) на проволоку (шнурок);
* «Шаловливый котенок» – разматывание и сматывание ниток в моток»;
* «Составь цепочку» – составление цепочек из канцелярских скрепок разного цвета;
* «Барабанщик» – отстукивание каждым пальцем по очереди ритма по столу;
* «Выглади платочек» – смятие и разглаживание листа бумаги;
* «Найди предметы» – нахождение спрятанных мелких предметов в «сухом бассейне» (пластиковом ведерке);
* «Посушим белье» – прикрепление бельевых прищепок к горизонтально натянутой веревке.
* Рисование линий в разных направлениях: вертикальные, горизонтальные, наклонные.
* Упражнения: «Рисуем линии», «Столбы», «Косой дождик», «Лесенка».

**Заключительная часть**

**3. Релаксация**

Упражнение “Вверх по радуге”. Встаньте, пожалуйста, в круг. Закройте глаза, сделайте глубокий вдох и представьте, что вместе с этим вдохом вы взбираетесь вверх по радуге, а, выдыхая, съезжаете с нее, как с горки.

Повторите это упражнение 3 раза. После этого желающие делятся

впечатлениями, а теперь это упражнение повторим еще раз с открытыми

глазами, повторите упражнение еще 3 раза.

**5. Ритуал прощания «Башенка»**

Дети становятся в круг и строят «башню» из больших пальцев в определенном направлении. Каждый участник по очереди берется за большой палец предыдущего игрока, при этом поднимая свой большой палец вверх, для следующего участника. После слов: «Всем, всем – до свидания!» - башня рушится.

**Класс 3.**

**Тема занятия:** Развитие точности движений

**Цель занятия:** Развитие точности движений посредством подвижных игр и упражнений.

**Задачи:**

**Образовательные:**

Тренировать скорость, реакцию, моторную ловкость обоих рук и ног. Обучить элементам самомассажа.

**Коррекционно-развивающие:**

Развивать точность движений, внимание, укрепить мышцы рук и пальцев.

**Воспитательные:**

Воспитывать умение работать в парах, в команде, самостоятельно.

**Оборудование урока:** раздаточный материал, смятые листы бумаги, пластиковые бутылки, карандаш привязанный на палку, мячи разных размеров, стрелы, кольцеброс, цель.

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

**Организационный этап.** Взаимное приветствие.

**Игра "Повтори движение"**

Дети стоят в кругу, психолог предлагает перед путешествием проверить, умеют ли ребята быть одним целым, потому что в сказку они пойдут только все вместе. Показывает любое движение, жест с соответствующей мимикой лица, дети должны повторить.

**Моторная разминка: Игра «Горячий мяч».** Мячи разных размеров (поэтапно) быстро передаются по кругу, уронивший мяч выбывает.

**Подготовка учащихся к освоению нового материала.**

**Загадка.** Скачет зверушка,

Не рот, а ловушка.

Падает в ловушку

И комар и мушка.

Кто это?

(Лягушка) ( герой урока вывешивается на доску)

**Основной этап занятия**

**Упражнение** **«Езда по дорожке»**

**Пальчиковая гимнастика.**

Вот лягушка по дорожке

Скачет, вытянувши ножки.

Увидала комара

Закричала: ква-ква-ква. (Указательный палец и мизинец поднять вверх и держать полусогнутыми. Средний и безымянный прижать к ладони большим пальцем).

Поставить руки на парту, вращать кисти рук в разных направлениях.

Сложить ладони и разводить пальцы рук.

Сомкнуть пальцы рук, вращать большие пальцы один вокруг другого.

С силой сжимать по очереди пальцы левой и правой руки.

По очереди вращать в разные стороны пальцы рук.

Медленное и плавное сжимание вытянутых пальцев рук в кулак; темп упражнения постепенно увеличивается до максимального, потом вновь снижается.

Постукивание согнутыми пальцами рук по парте, вначале совместное, а в дальнейшем – каждым пальцем в отдельности.

Вытянуть руки, слегка потрясти кистями, размять кисть одной руки пальцами другой руки.

**Игра с бумагой: разгладить смятый лист на скорость.**

**Игра «Летняя рыбалка»: Попасть карандашом привязанным на веревку в горлышко бутылки.**

**Игра «Попади в цель»: разными по размеру мячами попасть в цель на доске.**

**Заключительный этап занятия.**

**Подведение итогов.**

**Рефлексия.**

**Ритуал прощания.**

**Класс 4.**

**Тема занятия:** Ориентировка на собственном теле: дифференциация правой (левой) руки (ноги), правой (левой) части тела.

**Цель:** развитие и коррекция пространственного восприятия, закрепление навыков пространственной ориентировки (в малом пространстве –на листе бумаги, на собственном теле);

**Задачи:**

**Образовательная**

Закрепление знаний и дифференциация правой и левой части тела, развитие наглядно-образного мышления;

**Коррекционно-развивающая**

* формирование умения слушать и понимать инструкцию,
* удерживать эту инструкцию в памяти и работать в соответствии с ней;
* формировать способность осмысления своего восприятия, навыки овладения своим поведением, эмоциональным состоянием;
* развитие межполушарного взаимодействия;
* развитие двигательного контроля;

**Воспитательная:**

* формирование навыков и качеств, способствующих успешному взаимодействию с учащимися и взрослыми.
* развитие навыков взаимодействия со сверстниками;
* снизить психоэмоциональное напряжение.

**6. Используемые элементы технологий:**

* Проблемное обучение
* Игровые технологии
* Системно-деятельностный подход
* Личностно-ориентированный подход
* Здоровьесберегающие технологии

**7. Оборудование:** - плакат с правилами поведения на занятии;-две собаки( игрушки)

- картинки на каждого ученика

- геометрические фигурки

-листы формата А4 4 шт.

-солнышко на доске

-правила на доске.

игра «Твистер»

**ХОД ЗАНЯТИЯ**

* 1. **Организационный момент**

**Дети входят в кабинет. Звучит музыка «Улыбка».**

**Ритуал приветствия:**

- Здравствуйте, ребята! Сегодняшнее занятие мы начнём с того, что поздороваемся друг с другом сначала мизинчиками, затем локоточками, а потом плечиками.

- Тихо садитесь.

Ребята, давайте вспомним наши правила работы в группе. (*Дети вспоминают правила)*

***Правила:***

1.Доверяем друг к другу.

2.Активно работаем на занятии.

3. Внимательно слушаем говорящего.

4.ни над кем не надсмехаемся.

5. Не обсуждаем наши неудачи.

И тогда у нас все получится!

- Ребята, а кто помнит какое сегодня день недели, а какой был вчера, а какой будет завтра, а послезавтра? Молодцы. А теперь вспоминаем где у

нас левая рука, а где правая. Думаем, какой рукой вы пишите, как она называется.

А теперь я загадаю вам задачу, а вы подумайте. Стоят две собаки. Одна смотрит направо, вторая налево. Видят ли они друг друга? Объясните свой ответ.

**Разминка:**

У меня есть две руки – и правая, и левая!  
Они в ладоши могут бить – и правая, и левая!  
Они мне могут нос зажать-и правая, и левая!  
За ухо могут потрепать!-и правая, и левая!  
Увидев маму, помахать -и правая, и левая!  
Воздушный поцелуй послать -и правая, и левая!  
И могут так меня обнять -и правая, и левая!

* 1. **Основная часть занятия.**

1. ***Упражнение «Право – лево» (развитие пространственного восприятия собственного тела)***

Сначала дети соотносят части тела с правой рукой (правый глаз, щека, нога), затем с левой. Затем даются более занимательные инструкции:

- Потрите левой рукой правый локоть

- Почешите правой рукой левый локоть

- Пощекочи левым указательным пальцем правое ухо

- Постучи правым локтем по правому боку

- Соедини мизинец и большой палец правой руки

- Дотронься указательным пальцем левой руки до левого уха

- Дотронься правой рукой до левой брови

- Закрой правой ладонью левый глаз и т.д.

1. ***«Выложи фигуры по инструкции» (ориентировка на листе, плоскости):***

Дается каждому учащемуся белый лист формата А4 и набор геометрических фигур.

Учащийся выполняет по инструкции:

- Положи квадрат в центре листа

- Синий треугольник справа от квадрата

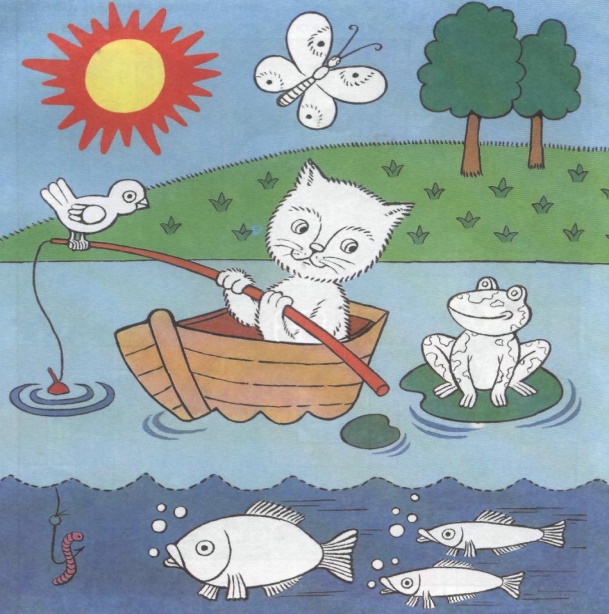
- Круг над квадратом

- Прямоугольник под треугольником

- Фиолетовый треугольник в левом верхнем углу

- Три круга в правом верхнем углу

1. ***Функциональные упражнения***

 - Ребята, а теперь садитесь за свои места и возьмите картинку, которая лежит у вас на парте.

- Рассмотрите картинку. Расскажи, кто что делает? Где сидит кот, а где лягушка? Кто находится под водой?  Кто летает над котом? Кто находится слева от кота, а кто - справа от кота?

Раскрасьте картинку.

**ИГРА**

**«Запутанные руки»**

Дети сидят в кругу, руки перекрещены с руками рядом сидящих. По кругу передаётся мячик из руки в руку. Задача- как можно быстрее передавать мяч. Количество мячей затем увеличивается до двух.

- Ребята, легко ли вам было играть в эту игру?

- Что надо было делать, чтобы мячи не выскочили из рук?

**ИГРА «Твистер»**

А теперь мы поиграем с вами в игру «Твистер», которая завяжет вас в узел!! Но вы должны быть очень внимательными. Проигрывает тот, кто ошибается, быстрее всех упадет или сойдет со своего круга.

**III Подведение итогов занятия.**

- Ребята, вот и подошло к концу наше занятие.

- Что, по- вашему мнению, на сегодняшнем занятии у вас особенно хорошо получилось делать?

- Чему научились на сегодняшнем занятии?

Что было трудного?

- Ребята, а теперь посмотрите на доску. У нас с вами есть «Солнышко добра»

- Давайте попробуем из бумажных ладошек смастерить солнышку лучики, которые будут согревать каждого из вас в течение недели.

Возьмите лист цветной бумаги, который вам больше всего нравится, и обведите свою ладошку. Вырежете её. Прикрепите свою ладонь-лучик к нашему солнышку. (Дети выполняют композицию).

Ну, все ребята, убираем свое рабочее место и идем отдыхать.

**Список использованной литературы**

1. Вайзман, Н. П. Психомоторика умственно отсталых детей / Н. П. Вайзман. – Москва: Аграф, 1997. – 128 с.
2. Вайзман, Н. П. Психомоторика детей-олигофренов / Н. П. Вайзман – Москва: Педагогика, 1976. – 104 с.
3. Гаврилушкина, О. П. Воспитание и обучение умственно отсталых дошкольников : книга для воспитателя / О. П. Гаврилушкина, Н. Д. Соколова – Москва : Просвещение, 1985. – 72 с.
4. Гуревич, М. О. Психомоторика. Ч. 1 / М. О. Гуревич, Н. И. Озерецкий. – Москва ; Ленинград : Мосполиграф, 1930. – 160 с.
5. Дмитриев, А. А. Организация двигательной активности умственно отсталых детей / А. А. Дмитриев. – Москва : Советский спорт, 1991. – 32 с.
6. Долгобородова, Н. П. Воспитание учащихся вспомогательной школы / Н. П. Долгобородова, Н. А. Лялин, И. Д. Пик. – Москва, 1968. – 144 с.
7. Дудьев, В. П. Психомоторика: норма и патология: учебное пособие / В. П. Дудьев ; Алтайская государственная педагогическая академия. – Барнаул : АлтГПА, 2012. – 337 с.
8. Дудьев, В. П. Психомоторика: словарь-справочник: [около 4000 терминов и понятий] / В. П. Дудьев. – Москва: ВЛАДОС, 2008. – 366 с.
9. Ильин, Е. П. Психомоторная организация человека: учебник для вузов / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург: Питер, 2003. – 382 с.
10. Коссов, Б. Б. Психомоторное развитие младших школьников: методические разработки / Б. Б. Коссов. – Москва: АПН СССР, 1989. – 109 с.
11. Мухина, С. Н. Коррекция психомоторного развития дошкольников в специально организованной деятельности / С. Н. Мухина // Коррекционно-развивающее образование. – Москва, 2010. – № 2. – С. 32–38.
12. Мухина, С. Н. Программа детского психомоторного развития «Шире круг» / С. Н. Мухина. – Москва: Перспектива, 2014. – 68 с.
13. Никандров, В. В. Психомоторика : учебное пособие / В. В. Никандров. – Санкт-Петербург: Речь, 2004. – 104 с.
14. Ильясова, Е. Ю. Развитие коммуникативных способностей у детей старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс] / Е. Ю. Ильясова // Открытый урок. Первое сентября. – Режим доступа: <http://festival.1september.ru/articles/573138/>, свободный. – Загл. с экрана (дата обращения: 19.04.2017)
15. Орлова Н.Ю. Развитие коммуникативных способностей детей  дошкольного  возраста  в  игровой  деятельности. [Электронный ресурс] / Н. Ю. Орлова//  Инфоурок. – Режим доступа: <https://infourok.ru/statya-po-razvitiyu-kommunikativnih-navikov-1634456.html>, свободный. – Загл. с экрана (дата обращения 19.04.2017)