

Картотека игр
«Готовимся к школе»

Найди ошибку

Цель: Учить детей замечать логические ошибки и правильно сравнивать предметы.

Определите, правильно ли проведено сравнение. Объясните, как надо составить предложение.

- У бабочки крылышки большие, а у стрекозы - прозрачные.
- У стрижа хвост короткий, а у ласточки - красная шейка.
- Лист клёна резной, а лист рябины - зелёный.
- Белый гриб с толстой ножкой, коричневой шляпкой, а мухомор - несъедобный.

Третий лишний

Цель: Учить детей выделять общий признак в словах, развивать умение обобщать.

Определите, какое слово лишнее. Назовите это слово. Выигрывает тот, у кого меньше ошибочных ответов.

Голубой, красный, спелый.

Пасмурно, ненастно, ясно.

Кабачок, огурец, лимон.

Бежать, лететь, рисовать.

Лимон, апельсин, репа.

Гусь, гусыня, гусеница.

Редис, помидор, горох.

Боль, большой, больница.

Море, морщины, морской.

Лес, лесник, лестница.

Горесть, угорать, гора.

Радостный, весёлый, хмурый.

Сосна, дерево, деревянный

Деревянный, глиняный, прочный.

Учить, изучать, зубрить.

Радость, грусть, боль.

Смелый, храбрый, трусливый.

Квакать, кукарекать, говорить.

Понедельник, среда, осень.

Вверх, вниз, направо.

Лето, весна, воскресенье.

Ишак, индюк, гусь.

Книга, ученик, школьник.

Муха-чистюха

Цель: Развивать память при запоминании названий недели.

Прослушайте шуточное стихотворение.

Жила-была Муха-чистюха.	В пятницу
Всё время купалась Муха.	В простокваше,
Купалась она	В компоте
В воскресенье	И в манной каше...
В отличном клубничном Варенье.	В субботу,
В понедельник	Помывшись в чернилах,
В вишнёвой наливке.	Сказала:
Во вторник	- Я больше не в силах!
В томатной подливке.	Ужасно - жужжасно устала,
В среду	Но, кажется,
В лимонном желе.	Чище
В четверг	Не стала!
В киселе и смоле.	

Ответьте на вопросы

В какой день недели Муха купалась в клубничном варенье? Какой день следует за воскресеньем? Что делала Муха в этот день? Назови второй день недели и вспомни, что говорится о нём в стихотворении. Каким днём обозначена середина недели? Назови четвёртый и пятый день. Вспомни приключения Мухи. Какой последний день недели?

Назови дни недели по порядку, начиная с воскресенья. А теперь начни с четверга. В какие дни ты не ходишь в детский сад? Назови пятый день недели. Расскажи, что ты делал в субботу, воскресенье.

Разговор красок

Закрепляем названия основных цветов, развиваем воображение у детей. Приготовьте цветные карандаши. Взрослый подносит цветные карандаши к уху.

- Наши цветные карандаши заговорили. Угадайте, что они мне рассказали. Дети выбирают себе карандаши. У взрослого красный карандаш. Красный. Я мак, я огонь, я флаг!

Дальше по образцу рассказывают дети. Взрослый следит за правильностью ответов.

Примерные ответы детей.

Оранжевый. Я морковь, я апельсин, я заря!

Жёлтый. Я цыплёнок, я солнце, я пшеница, я репа!

Зелёный. Я трава, я сады, я леса!

Голубой. Я незабудка, я лёд, я небо!

Синий. Я колокольчик, я чернила, я море!

Фиолетовый. Я слива, я сирень в цвету, я сумерки!

Собираем карандаши. Взрослый говорит: «Карандаши шепнули мне одно слово. Угадайте, какое ...»

Радуга! Мы сейчас назвали семь цветов радуги. Кто больше и точнее подобрал слов к каждому цвету, тот и выигрывает».

Ваш ребёнок - молодец!

Развитие внимания и памяти

Внимание и память для вашего ребёнка теперь главные слагаемые школьных успехов. Вас можно поздравить, если ваш ребёнок:

- способен к произвольному вниманию (устойчивость внимания 10-15 минут), не отвлекается, даже если деятельность не очень интересна (или трудна);
- способен переключиться с одного вида деятельности на другой (не переключается постоянно на любой внешний раздражитель);
- способен к непосредственному (механическому) запоминанию 10 не связанных между собой слов при 3-4-кратном повторении;
- способен к произвольному запоминанию 10-12 слов при подкреплении запоминания наглядными или словесными образами;
- способен выучить стихотворение в 4-8 строк после нескольких повторений.

Речевое развитие

А вот когда можно ещё раз порадоваться за будущего школьника. Ваш ребёнок:

- способен правильно произносить все звуки родного языка;
- способен к простейшему звуковому анализу слов (может выделить звук в начале, середине и конце слова);
- обладает хорошим словарным запасом, позволяющим выразить мысль, описать событие, ответить на вопрос, задать вопрос и т.п.;
- грамматически правильно строит предложение, правильно использует предлоги, приставки, союзы;
- умеет самостоятельно рассказать знакомую сказку или составить рассказ по картинкам.

Развитие движений и пространственная ориентация

Вы и ваш ребёнок избежите многих трудностей адаптации к новой обстановке, если первоклассник:

- уверенно владеет всеми бытовыми действиями (умение правильно пользоваться вилкой, ложкой, расстегивание, застегивание пуговиц, чистка зубов, одевание, раздевание, шнурование ботинок и т.п.);
- хорошо ходит, бегают, умеет прыгать, катается на велосипеде (способен научиться ходить на лыжах, кататься на коньках, плавать, играть в теннис, прыгать через скакалку и т.п.);
- хорошо ориентируется в пространстве (способен выполнить движения руками, ногами, туловищем вперёд, назад, вверх, вниз, направо, налево и т.п.);
- не испытывает затруднений при работе с конструктором, мозаикой, хорошо манипулирует мелкими деталями;
- не испытывает затруднений при рисовании, выполнении графических движений (умеет чертить вертикальные и горизонтальные линии, нарисовать круг, треугольник, квадрат).

**Дополнительный вопрос: какой рукой ребёнок работает
более активно и ловко?**

Ведущая рука:

- Правая
- Левая
- Обе.

Определение ведущей руки (20 заданий)

Предложите ребёнку выполнить такие задания.

Нарисовать одинаковый рисунок (дом, человек, машина) правой и левой рукой.

Нарисовать карандашом 10 крестиков правой и левой рукой.

Разложить карточки лото (в одной руке стопка, другой раскладываются карточки).

Собрать цепочку из 10 металлических скрепок.

Развязать 3-4 узелка (предварительно завязанных на шнурке).

Нанизать на шнурок 5-10 пуговиц с разными отверстиями.

Бросить несколько раз теннисный мяч в цель (на полу, стене).

Открутить, закрутить крышки на 3-4 баночках, флаконах.

Открыть коробку со счётными палочками, выложить из палочек (зубочисток) фигуры, сложить всё в коробочку.

Отвинтить, завинтить гайку (из детского конструктора - металлического или пластмассового) гаечным ключом.

Сложить рисунок (используя мозаику, разрезные картинки и т.п.).

Сложить фигуру из кубиков.

Бросить стрелу (можно использовать игру «Дартс») в цель.

Перелить воду из одного флакона с узким горлом в другой. Достать несколько бусинок из банки ложкой. Застегнуть, расстегнуть пуговицы, молнию.

Сложить мелкие детали (пуговицы, бусины) в длинный цилиндр.

Намотать нитки на катушки или смотать нитки в клубок.

Почистить обувь щёткой.

Есть ли в семье леворукие родственники

(родители, братья, сестры, бабушки, дедушки и т.п.)?

При оценке выполнения заданий определяется, какая рука была более активной. Если более активна левая, знак «+» ставится в графу «левая рука», если более активна правая - в графу «правая рука», если обе руки - в графу «обе руки». При наличии семейной леворукости дополнительный знак «+» ставится в графу «левая рука». Леворуким будет считаться ребёнок, получивший от 12 до 20 плюсов в графе «левая рука».

Рекомендации

Развитие внимания и памяти - необходимое условие успешного обучения. Неустойчивое внимание, заторможенность при его переключении или, наоборот, постоянное отвлечение, низкий объём и неустойчивость памяти, трудности при произвольном запоминании также могут осложнить процесс обучения. Однако достаточно часто учебные неудачи ребёнка объясняются не слабостью внимания или памяти, а его состоянием (неудовлетворительное здоровье, эмоциональное напряжение, утомление), а нередко и чрезмерно жёсткими требованиями родителей.

У детей с неустойчивым вниманием, низким объёмом памяти возможны комплексные трудности при обучении письму, чтению, математике, которые, как правило, становятся выраженными не в первом, а во втором классе. У таких детей много «пробелов» в обучении, и лучшей тактикой помощи в этом случае является постоянное повторение учебного материала. Программы интенсивного обучения и дополнительные учебные нагрузки даже при очень высоком общем развитии ребёнка могут превышать его возможности. Поэтому особенно важны выбор педагогической поддержки, соответствующей особенностям познавательной деятельности начинающего ученика, индивидуализация подготовки к обучению в специальной школе.

Рекомендации

Без определённого уровня развития речи обучение не просто затруднено, а невозможно. Однако несформированность речи встречается часто (почти у 60

процентов первоклассников). Как правило, это нарушения звукопроизношения, трудности звуко-буквенного анализа, бедный словарный запас, неумение вести диалог и составлять связный рассказ по картинке. При подобной несформированности речи (ниже 10 баллов) необходима консультация (а возможно, и специальные занятия) с логопедом. Индивидуальные занятия с логопедом до школы и в процессе обучения в школе очень эффективны и могут предотвратить трудности при освоении письма и чтения, которые характерны для таких детей. Для детей с отставаниями в речевом развитии не рекомендуются школы с интенсивным обучением и углублённым изучением иностранных языков.

Рекомендации

Развитие движений и пространственная ориентация - важный показатель развития ребёнка. Почти все движения, которым учат ребёнка (или он учится сам), - произвольные, самые сложные по организации. К 6-7 годам ребёнок должен овладеть элементарными двигательными действиями (особенно бытовыми, самообслуживающими), однако формирование новых движений, особенно таких сложных, как письмо, требует специального обучения.

Несформированность (неловкость) моторных действий - частая причина проблем ребёнка при усвоении предметов, где требуются хорошие письменные навыки. Поэтому при определении готовности к школе важно иметь в виду не только развитие «больших» движений (бег, прыжки, повороты, развороты, перевороты и т.д.), но и способность ребёнка манипулировать мелкими предметами, умение правильно держать ручку и выполнять простые графические движения (чертить вертикальные и горизонтальные линии, круг, квадрат, треугольник). Детям с несформированностью мелкой моторики необходима специальная подготовка к письму.

Готовимся вместе

Пальчиковые игры

Как приятно родителю, когда у его ребёнка умелые пальчики: ловко держат карандаш, аккуратно рисуют, строят из конструктора!.. А если ещё ребёнок чисто и правильно говорит - вдвойне приятно.

Пальчиковые игры - помощник для вас и вашего ребёнка.

Небольшие добрые стишки, потешки, песенки всегда можно «переложить на пальцы», т.е. придумать поначалу несложные движения для пальчиков, затем эти движения усложнять.

Это поможет подготовить руку к письму, развивать координацию, почувствовать ритм и одновременно с этим развить речь ребёнка.

Гости

Стала Маша гостей созывать:

И Иван приди, и Степан приди,

И Матвей приди, и Сергей приди,

А Никитушка - ну, пожалуйста.

Вращение кистей рук к себе. Поочерёдный массаж кончиков пальцев правой руки.

Стала Маша гостей угощать:

И Ивану блин, и Степану блин,

И Матвею блин, и Сергею блин,

А Никитушке - мятный пряничек.

Вращение кистей рук от себя. Поочерёдный массаж кончиков пальцев левой руки.

Попугай

Говорит попугай попугаю:

"«Я тебя, попугай, попугаю».

Попугаю в ответ попугай:

"«Попугай, попугай, попугай».

Кисти рук превратить в «клювики» попугаев, поочередно вращая «клювиками» с одновременным произнесением скороговорки.

Влас и Афанас

Влас - у вас,

Афанас - у нас.

Руки вытянуть вперёд, прижать к груди.

Водовоз

Водовоз вёз воду

Из-под водопровода.

С одновременным произнесением скороговорки ладони скользят по столу, «очерчивая круги».

Моя семья

1-2-3-4

Кто живёт в моей квартире?

1-2-3-4-5.

Всех могу пересчитать:

Папа, мама, брат, сестрёнка,

Кошка Мурка, два котёнка,

Мой щегол, сверчок и я –

Вот и вся моя семья!

Хлопки на счёт. Поочерёдное поглаживание (массаж) всех десяти пальчиков.

Волшебные орешки

Покатилось, покатилось

Олино колечко.

Покатилось, покатилось

С нашего крылечка.

Кто с крылечка сойдёт?

Кто колечко найдёт.

Вращают один орех по ладони, с усилием прижимая его ладонью другой руки.
Или: делают орехом круговые движения на тыльной стороне кисти одной руки, прижав его ладонью другой руки.

Это упражнение с грецкими орехами успокаивает нервное раздражение, снимает ощущение недовольства.

Дворник

Дворник дверь
Два дня держал –
Деревянный дом Дрожал.
Ветер дёргал
Эту дверь.
Дворник думал:
Это зверь.

Руки поочерёдно, в такт фразам, «закрывают дверь» на себя. Руки по швам, одновременно с приседанием в такт похлопываем по бёдрам. Волнообразные движения руками. Руки описывают круг и смыкаются над головой, изображая рога.

Пекарь

Пекарь
Пёк
Калачи
В печи.

Исходное положение: пальцы вместе, ладони слегка согнуты «горкой», правая ладонь прикрывает левую. На каждое слово ладони меняем местами.

Считалочка

Чищу овощи для щей,	Потеснись-ка ты, капуста,
Сколько нужно овощей?	От тебя в кастрюле густо!
Три картошки,	Раз!

Две морковки.

Два!

Луку полторы головки.

Три!

Да петрушки корешок,

Огонь зажжён.

Да капустный кочешок.

Кочерыжка,

Выйди вон!

Хлопаем в ладоши. Разводим руки в стороны, загибаем три пальца на левой руке. Загибаем два пальца левой руки. Загибаем три пальца на правой руке. Загибаем один палец. Ладонками отодвигаем капусту в стороны. Вы ставляем большие пальцы. Выставляем указательные пальцы. Выставляем средние пальцы. Хлопаем. Правой рукой показываем на центр круга. Правой рукой показываем на дверь.

Что еще умеешь?

Зрительно-пространственное восприятие и зрительно-моторные координации

Ваш ребёнок - подарок учителю, если:

- способен выделять и классифицировать фигуры (буквы, цифры) по форме, размерам, направлению штрихов и другим признакам;
- способен различать пространственное расположение фигур и деталей в пространстве и на плоскости (над - под, на - за, перед - возле, сверху - снизу, справа - слева и т.п.);
- способен срисовывать (копировать) простые геометрические фигуры, сочетания фигур, пересекающиеся линии, соблюдая размеры, соотношение и направление штрихов;
- способен копировать буквы, цифры, соблюдая размерность и направление всех штрихов и элементов;
- способен находить часть от целой фигуры, конструировать фигуры из деталей по образцу (схеме).

Личностное развитие

В этой сфере вы тоже должны добиться хороших результатов. Замечательно, если ребёнок:

- способен «заниматься, учиться», а не только играть, может работать самостоятельно, а не только в присутствии взрослого; 6Ж> стремится к достижению в тех простых видах деятельности, которые выполняет, и способен достаточно объективно оценить её результат;
- способен дифференцировать, «что такое хорошо и что такое плохо», умеет оценивать свои поступки, но оценка себя во многом зависит от оценки взрослых;
- проявляет активный познавательный интерес (к новым видам деятельности, к миру взрослых, к окружающему миру и т.п.);
- стремится к личным достижениям («Я уже знаю, умею...»), самоутверждению, признанию.

Здоровье (от 1 года до 5 лет)

А вот какие требования предъявляет школа к здоровью ребёнка:

- нет частых простудных заболеваний (3-4 раза в год);
- нет тяжёлых и хронических заболеваний;
- спокоен (не криклив), усидчив, не раздражителен;
- хорошо и спокойно засыпает, спит (не вскрикивает, не вертится, нет ночного недержания мочи);
- нет страхов (темноты, одиночества, страшилищ и т.п.);
- нет навязчивых движений (непроизвольные подёргивания мышц лица, шеи, моргание, обкусывание ногтей и т.п.);
- не было выраженных задержек в развитии (речевом и моторном).

Рекомендации

Зрительно-пространственное восприятие и зрительно-моторные координации - функции, которые можно с полным основанием считать школьно значимыми. При недостаточной сформированности этих функций невозможно научить ребёнка хорошо читать и правильно писать. Причём эти особенности развития ребёнка могут быть не очень явными, заметными.

Детям с подобными недостатками развития не рекомендуются программы интенсивного обучения, раннее (с первого класса) изучение иностранного языка.

Личностное развитие - наряду с развитием социальных навыков определяет успешность психологической адаптации ребёнка в школе. Однако недостаточная сформированность личностного развития ребёнка может быть компенсирована психологически комфортными условиями обучения, личностно ориентированной тактикой работы педагога и доброжелательностью родителей. Для такого ребёнка важнее правильно выбрать не столько школу, сколько педагога.

Здоровье ребёнка - главный фактор, определяющий успешность обучения. К сожалению, сейчас почти 80 процентов школьников имеют отклонения в состоянии психического и физического здоровья. Среди первоклассников почти 40 процентов часто болеющих детей. Как правило, такие дети болеют раз в полтора-два месяца (по 7-10 дней), долго восстанавливаются после болезни, пропускают много занятий. У этих детей низкая работоспособность, повышенная утомляемость. Для них характерны комплексные трудности при освоении письма, чтения, математики.

Дети с нарушениями психического здоровья могут быть чересчур активны, непоседливы или, наоборот, вялы, заторможенны. Для них характерна резкая смена настроения, неусидчивость, они раздражительны, плохо спят. У таких детей нередки страхи, навязчивые движения. Их школьные проблемы - комплексные (письмо, чтение, математика). Безусловно, таким детям необходима консультация врача-психоневролога. Им противопоказаны интенсивные программы обучения, дополнительные нагрузки. Рекомендуется щадящий режим учебных занятий с одним днем отдыха в течение недели (лучше в четверг), обязателен дневной сон. Строгое соблюдение режима дня (сон, отдых, прогулки, выполнение домашних заданий не больше 1 часа и т.п.).

Готовимся вместе

Кто быстрее?

Послушайте и повторите отчётливо скороговорку сначала в медленном темпе. Запомните её. Теперь повторяйте её в быстром темпе. Выигрывает тот, кто быстрее всех и без ошибок повторит скороговорку.

— Усядемся на пригорке да расскажем скороговорки.

- Всех скороговорок не перескороговоришь, не перевыскороговоришь.
- От топота копыт пыль по полю летит.
- Ткёт ткач ткани на платки Тане.
- Редька редко росла на грядке, грядка редко была в порядке.
- Осип охрип, Архип осип.
- Три вороны на воротах, три сороки на заборе.
- Купила бабуся бусы Марусе.
- Хорош пирожок, внутри творожок.
- Дятел дуб долбил, да не додолбил.
- Летели лебеди с лебедятами.
- На иве галка, на берегу галька.
- Сеня вёз воз сена.
- Проворонила ворона воронёнка.
- У Аграфены и Арины растут георгины.
- Если бы да кабы,

Во рту бы выросли бобы, И был бы не рот, А целый огород.

- До города дорога в гору, От города с горы.

Разучите с детьми шуточное стихотворение. Следите за правильным произношением шипящих звуков.

Пешком шагали мышки

Пешком шагали мышки по узенькой дорожке
От деревушки Пешки до деревушки Ложки.
А в деревушке Ложки у них устали ножки.
Обратно в Пешки мышки приехали на кошке.
И пели до порожка, и щёлкали орешки
От деревушки Ложки до деревушки Пешки.
Пешком идти не близко, когда идёшь обратно,
А на пушистой киске и мягко, и приятно.
Если кошке по пути — отчего не подвезти?!

В. Приходько

Звук заблудился

Взрослый читает весёлые стихи, намеренно ошибаясь в словах. Ребёнок называет слово правильно и говорит, какими звуками отличаются пары слов.

Жучка будку (*булку*) не доела; Неохота, надоело.

Ехал дядя без жилета (*билета*) Заплатил он штраф за это.

На островок налетел ураган,
На пальме остался последний баран (*банан*).
У вратаря большой улов,
Влетело в сетку пять волов (*голов*).
Тает снег. Течёт ручей.
На ветвях полно врачей (*грачей*).
Мама с бочками (*дочками*) пошла По дороге вдоль села.
На поляне весной
Вырос зуб (*дуб*) молодой.
Сели в ложку (*лодку*) и айда! По реке туда-сюда.
Буква заблудилась
Учим различать слова по звучанию и значению.

Прослушайте стихотворение. В некоторых словах буквы заблудились. Догадайтесь, какие буквы нужно вернуть на их законное место. Назовите слова, которые должны быть в стихотворении.

Неизвестно, как случилось, Только буква заблудилась: Заскочила в чей-то дом И хозяйничает в нём! Но едва туда вошла Буква-озорница, Очень странные дела Начали твориться... Куклу выронив из рук, Маша мчится к маме:

— Там ползёт зелёный лук С длинными усами!.. Врач напомнил дяде Мите:

— Не забудьте об одном: Обязательно примите Десять цапель перед сном.

А. Шibaев

Необыкновенное превращение

Учим детей преобразовывать слова путём замены в них звуков и получать новые слова.

Играющие выбирают слово, заменяют в нём первый, второй, третий звуки так, чтобы получились новые слова. Выигрывает тот, кто больше получит новых слов (фишек). Новые слова можно обозначать фишками.

Слово «СОМ». Замените в нём первый звук.

СОМ - ДОМ - КОМ - ЛОМ - РОМ и т. д.

У кого больше получилось слов? Замените второй звук в этом слове.

СОМ - САМ - СЯМ.

— Повернись к доске, Кузнечик! Сел ты задом наперёд!

Ж — журавль или жаба, З — забор или змея...

— Не смейся Клопа, Комарик, Пересядь от Муравья!

Б. Заходер

И — иголка, К — крапива, Л — личинка, липа, лук...

— Ты кому расставил сети? Убирайся, злой Паук!

М — медведь, мышонок, море, Н — налим, а О — олень...

В академию не ходят кому учиться лень!

П — петрушка, Р — ромашка, С — сучок или сморчок...

— Таракан, не корчи рожи! Не подсказывай, Сверчок!

Т — травинка, У — улитка, Ф — фиалка, Х — хорёк...

— После первой перемены Мы продолжим наш урок!

Учат азбуку букашки, чтобы грамотными стать,

Потому что это мало — Только ползать и летать!

С. Михалков

Разминка во время напряжённой интеллектуальной деятельности

Эта гимнастика выполняется с движениями и без них. Она прекрасно снимает усталость не только при напряжённой интеллектуальной деятельности, но и в тех случаях, когда по разным причинам движения на длительное время ограничены. Например, в поездке на загородном автобусе или во время полётов. Эта гимнастика очень пригодится детям в школе, так как помогает снять напряжение в связи со статичностью позы.

Комплекс состоит из 9 упражнений, которые дети способны быстро освоить.

Упражнения выполняются сидя на стуле:

1. Опираясь то на пятки, то на носки, приподнимать стопы от пола и выполнять ими едва заметные движения наружу и внутрь.
2. Напрягая стопы, поджать под себя пальцы, затем распрямить их.

3. Напрягая мышцы плечевого пояса, выполнять едва заметные движения плечами и лопатками: сведение и разведение, приподнимание и опускание, вращение в одну и другую стороны.
4. Напрягая и расслабляя мышцы предплечья, сжимать пальцы в кулак и распрямлять их.
5. Напрягая мышцы спины, прогнуться в пояснице, свести и развести лопатки.
6. Втягивание и выпячивание живота; при выпячивании — вдох, при втягивании — выдох.
7. Напрягая мышцы шеи, выполнять едва заметные движения головой вправо-влево, вперёд-назад, по часовой и против часовой стрелки.
8. Движения глазами яблоками вправо-влево, вверх вниз, по часовой и против часовой стрелки.
9. Опираясь ладонями о стол, а пятками — о ножки стула, напрячь и расслабить мышцы тела.

При разучивании комплекса каждое упражнение выполняется 2-3 раза, затем ежедневно добавляется по одному повторению. Детям достаточно 8-10 повторений.

В начале обучения, пока мышцы недостаточно послушны, напряжение их лучше сопровождать едва заметными движениями. Затем нужно научить детей выполнять эти упражнения без движений, только напряжением мышц. Напряжение держится 4-5 секунд (ребёнок может считать про себя до 5), а затем следует полное расслабление. Обучение можно считать законченным, когда ребёнок сможет выполнять комплекс совершенно самостоятельно, запомнив последовательность упражнений.

В режиме дня детей необходимо обязательно найти место этим упражнениям. Мы рекомендуем их для использования в своей работе с детьми логопедам, дефектологам, учителям классов шестилетнего обучения и учителям начальных классов.

Этот вид гимнастики имеет особое значение для развития у детей навыков саморегуляции.