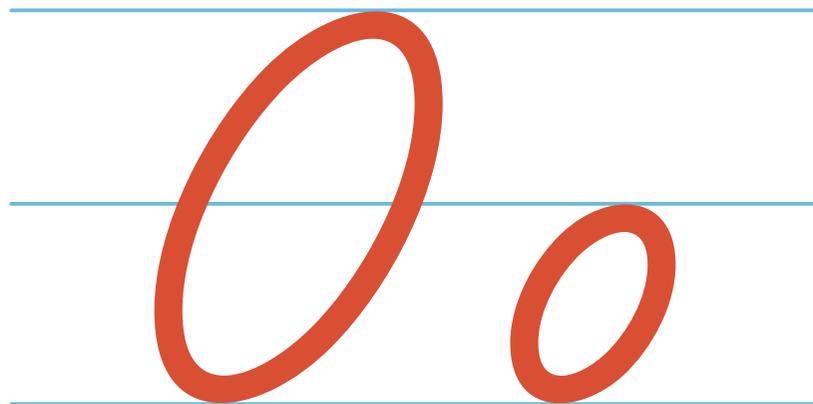




Занятие #1

БУКВА



1 ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1.1 ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ (И.П.) – лёжа на спине.
Делаем глубокий вдох через нос, надувая при этом живот как шарик, делаем выдох через рот-трубочку, имитируем звук У, втягивая живот (4-6 раз).



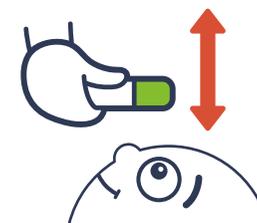
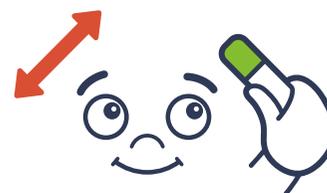
Упражнения направлены на гармонизацию нервной системы, а также на активность работы головного мозга.



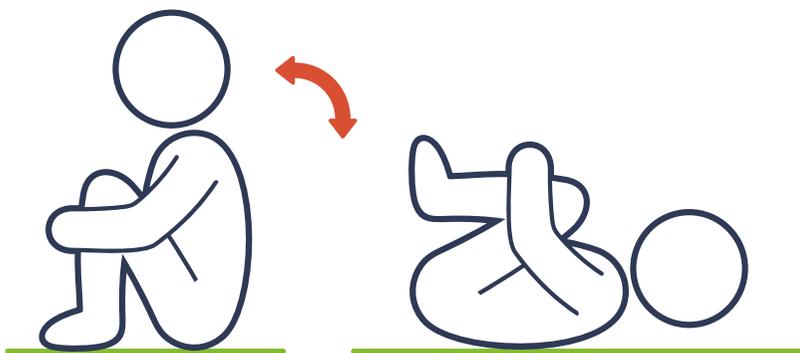
2 ГЛАЗОДВИГАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ НА КООРДИНАЦИЮ ТЕЛА

2.1 И.П. – ложимся на спину, голова лежит неподвижно. Родитель берёт небольшой предмет (игрушку для детей **от 1,5 года до 4 лет** и фломастер с цветным колпачком для детей **от 4 до 15 лет**) и плавно водит предметом перед глазами ребёнка: слева-направо и в обратном направлении на расстоянии вытянутой руки (**4-6 раз**), вверх-вниз, по диагонали, от носа и к носу (ребёнок следит за предметом только глазами, голова при этом находится без движения). На **3-4 секунды** задержать предмет в крайних положениях (право, лево, верх, низ), ребёнок должен удерживать взгляд на этих крайних точках.

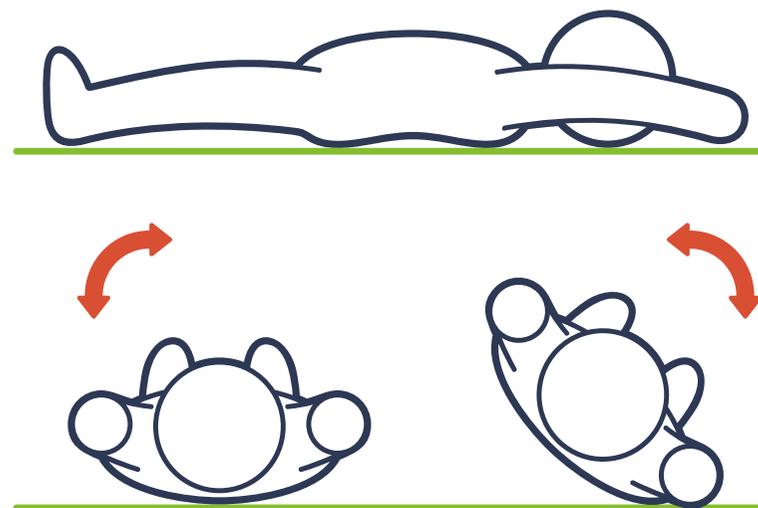
Упражнение выполняем сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя и, наконец, около переносицы.



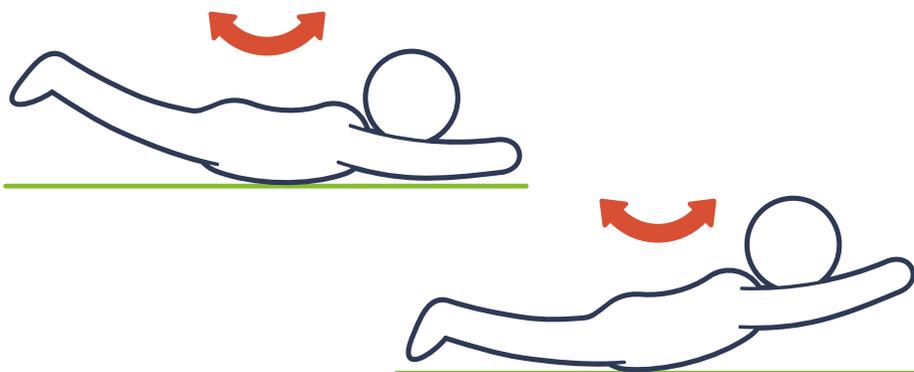
2.2 И.П. – ребёнок сидит на коврик, обхватив согнутые ноги руками, затем откатывается назад, ложась на спину, и возвращается в и.п. Во время этого упражнения ноги у ребёнка согнуты, и ребёнок обхватывает их руками.



2.4 И.П. – лечь на спину. Покататься «как брёвнышко» по полу с вытянутыми прямыми руками и ногами.



2.3 И.П. – лечь на живот, руки вытянуть вперёд, приподнять прямые ноги, прогнуться и покачиваться в таком положении.



3 УПРАЖНЕНИЯ НА БУКВУ О

ВНИМАНИЕ!

Для занятия с дошкольниками используйте печатный алфавит. Для занятия со школьниками используйте письменный алфавит. (образцы написания букв смотрите в приложении)

1 ВАРИАНТ: ребенок смотрит, как наставник делает упражнение сам.

- Ладонями показываем: верх-низ лица – это **высота строки**, в которую вписываем букву, или высота буквы; правую и левую границу лица – это границы буквы, **ширина буквы**.
- Указательным пальцем пишем букву **О** на лице. Начинаем с верхней правой точки на лбу и двигаемся налево. Буква должна быть вписана в лицо и границы.

2 ВАРИАНТ: ребенок пробует сделать упражнение самостоятельно:

- без зеркала
- перед зеркалом (при необходимости)
- без зеркала

Делается до тех пор, пока ребенок не начнет легко и быстро выполнять правильно.

ВАЖНО!

Следите, чтобы указательный палец руки, которым ребенок выполняет упражнение, был прямой, а 1;3;4;5-й пальцы были плотно сжаты. Указательный палец – это наша ручка, а ручка согнутой, кривой, вялой не может быть. Однако пальчики у малышей устают, поэтому им требуется делать пальчиковую гимнастику, массаж рук.

3 ВАРИАНТ: ребенок рисует пальцем букву перед собой на расстоянии согнутой в локте руки. Буква рисуется на вымышленном экране размером с лицо.

ВАЖНО!

Следите, чтобы ребенок рисовал букву прямо перед собой и не уходил в сторону. В данном варианте возможно использование зеркала, на котором ребенок обводит букву по своему отображению.

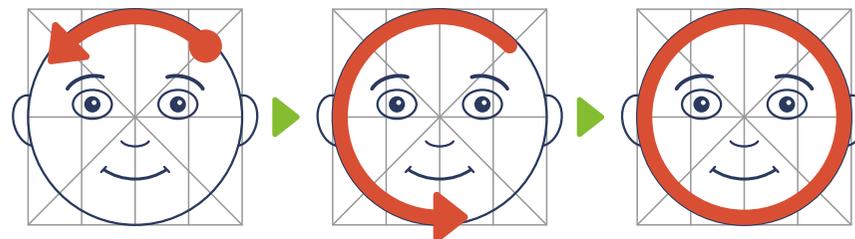
4 ВАРИАНТ: ребенок рисует пальцем букву перед собой на расстоянии согнутой в локте руки. Буква рисуется на вымышленном экране размером 10x10 см, 5x5 см, 2x2 см, 1x1 см.

ВАЖНО!

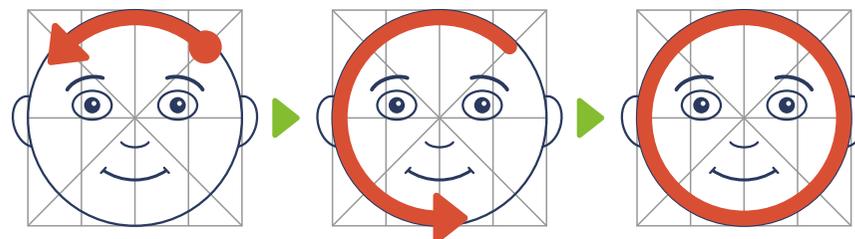
Следите, чтобы ребенок соблюдал центральное расположение буквы.

5 ВАРИАНТ: ребенок делает упражнение на схеме 1 (большое лицо) и схеме 2 (маленькое лицо).

• печатная буква:



• прописная буква:



6 ВАРИАНТ: переходим на бумагу.

- Ребенок пишет букву ручкой (фломастером) на горизонтально лежащем листе бумаги форматом А4. Буква пишется на всю высоту листа. Затем лист горизонтально складывается, и ребенок снова пишет букву, только меньшей высоты. Ребенок самостоятельно или с помощью взрослого складывает лист, таким образом уменьшая высоту буквы.

ОЧЕНЬ ВАЖНО!

Провести все шесть вариантов написания буквы, где последовательно работают мышцы плеча, предплечья, локтя, кисти. Таким образом формируется двигательная память на перекодировку звука в значок.

ПРИМЕЧАНИЕ:

- Занятие выполняется в течение 3-5 дней
- Все упражнения выполняются в медленном темпе
- Каждое упражнение выполняется во время занятия 2-6 раз



4 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ, ЧТЕНИЕ

Читайте ребенку (или, если он уже умеет читать, то самостоятельно вслух) 10 минут какую-нибудь знакомую сказку, рассказ, текст, который подходит ему по возрасту.

- 4.1 Предложите ребенку в течение трех минут карандашом обвести одну какую-либо букву в кружок, другую – в квадрат. Подсчитайте количество просмотренных полных строчек и количество пропущенных букв. Сотрите следы карандаша ластиком.

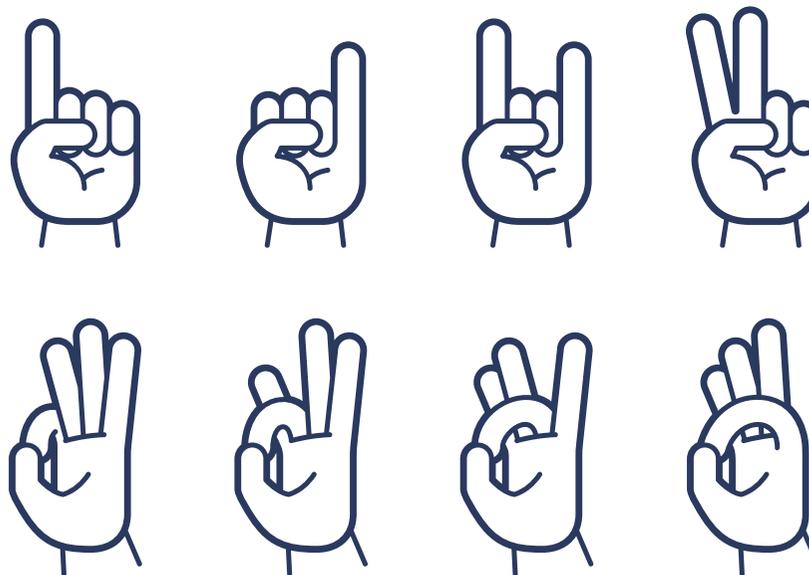
ПРИМЕР:

Атлантида - исчезнувшая цивилизация

- 4.2 Для грамотного построения письма на листе необходимо развивать **кинестетический праксис**.

Используйте упражнения из БОНУСА на развитие мелкой моторики.

Ребенок последовательно делает следующие упражнения по образцу, показанному взрослым. Поочередно работают обе руки. После выполнения каждой позы ребенок свободно кладет руку на стол.



5 ЗАКРЕПЛЕНИЕ ПРОЙДЕННОГО МАТЕРИАЛА

5.1 Вы задаете вопрос: **"Что сегодня делали?"**
Ребенок должен вспомнить или вы ему помогаете:

- **дышал** (показывает, как, 1 раз)
- **движения глазами** (объясняет, как делать)
- **1 упражнение на движение телом** (объясняет, как делать)
- **какую букву изучил** (показывает 1 раз на лице)



На закрепление материала отводится не больше 5 минут.

