**Развитие внимания, регуляция гиперактивности.**

**Упражнение**

**«Солдат и тряпичная кукла».**

Самый простой и надёжный способ научить детей расслабляться – это обучить их чередованию сильного напряжения мышц и следующего за ним расслабления. Поэтому эта и последующая игра помогут вам это сделать в игровой форме.

Итак, предложите детям представить, что они солдаты. Вспомните вместе с ними, как нужно стоять на плацу, - вытянувшись в струнку и замерев. Пусть игроки изобразят такого военного, как только вы скажете слово «солдат». После того как дети постоят в такой напряжённой позе, произнесите другую команду – «тряпичная кукла». Выполняя её, мальчик или девочка должны максимально расслабиться, слегка наклониться вперёд так чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Помогите им представить, что всё их тело мягкое, податливое. Затем игроки снова должны стать солдатами и т.д.

Примечание: Заканчивать такие игры следует на стадии расслабления, когда вы почувствуете, что ребёнок достаточно отдохнул.

**Функциональное упражнение с правилами «Костёр»**

Цель: формирование внимания и произвольной регуляции собственной деятельности.

Ход упражнения: дети садятся на ковёр вокруг «костра» и выполняют соответствующую команду воспитателя. По команде (словесной инструкции) «жарко» дети должны отодвинуться от «костра», по команде «руки замёрзли» - протянуть руки к «костру», по команде «ой, какой большой костёр» - встать и махать руками, по команде «искры полетели» - хлопать в ладоши, по команде «костёр принёс дружбу и веселье» - взяться за руки и ходить вокруг «костра». Затем игра выполняется с ведущим ребёнком.

**Мы рады видеть вас по адресу:**

446613Самарская область,

Нефтегорский район,

с. Богдановка, ул.Фрунзе, д.50

Телефон: (84670) 4-72-59

E – mail: boqdan\_sch\_nft@samara.ru

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» имени Героя Советского Союза Панчикова Василия Ивановича с. Богдановка муниципального района Нефтегорский Самарской области – детский сад с.Богдановка**

**«Развитие произвольности внимания и двигательного контроля у детей 5-7 лет в условиях разновозрастной группы ».**



Подготовила:

Л.А. Панчикова,

воспитатель

с. Богдановка 2019 г

**«Использование пальчиковой гимнастики для развития речи дошкольника».**

Пальчиковые упражнения выполняют ряд функций:

- способствуют развитию ловкости пальцев (этот фактор будет важен для освоения письма);

- активизируют речевые центры;

развивают внимание, память, воображение;

- создают позитивную атмосферу в группе, вызывают положительные эмоции.

Пальчиковая гимнастика решает множество задач в развитии ребенка:

- способствует овладению навыками мелкой моторики;

- помогает развивать речь;

- повышает работоспособность головного мозга;

- развивает психические процессы: внимание, память, мышление, воображение;

- развивает тактильную чувствительность;

- снимает тревожность.

Пальчиковые игры и упражнения очень эмоциональны, увлекательны. Это инсценировка каких – либо рифмованных историй, сказок при помощи рук. Дети с удовольствием принимают участие в играх

**Упражнения:**

**«Кулак – ребро - ладонь».**

Сила (кулак)

Воля (ребро)

И уменье (ладонь)

Нам нужны в процессе чтенья!

**«Фонарики».**

Вот фонарики зажглись

(пальцы выпрямляем)

Но один из них погас

(пальчики сжимаем)

Этот гаснет, тот зажжён

Светит ярко детям он.

А теперь наоборот –

Этот гаснет, горит тот!

**«Дом – ёжик - замок».**

Дом красивый, дом высокий

(пальцы рук соединить под углом),

Ёж себе построил в соснах

(Разложить пальцы одной руки, между пальцами другой).

На дверях - замок большой,

Чтоб не вошёл чужой (ладони прижать друг к другу, пальцы переплести).

**«Гусь – курица - петух».**

Гусь гогочет: «га - га- га!»

Я обедаю в лугах (ладонь согнуть под прямым углом, пальцы вытянуть и прижать друг к другу, указательный палец согнуть и опирается на большой).

Курочка: «ко – ко, ко – ко!»

Я в сарае, мне легко! (ладонь немного согнуть, указательный палец упирается в большой. Остальные пальцы накладываются друг на друга в полусогнутом положении).

Петушок: «ку-ка-ре-ку

Я поесть везде смогу! (ладонь поднять вверх, указательный палец упирается на большой. Остальные пальцы растопырены в сторону и подняты вверх- это "гребешок"

**«Зайчик–колечко-цепочка».**

Вышел зайка на крылечко

(указательный и средний вытянуты вверх, большой палец прижимает к ладони безымянный, мизинец).

Потерял своё колечко (указательный и большой пальцы соединяются, средний, безымянный, мизинец вытянуты вперёд).

Зайку мы приободрили.

И цепочку в дар купили

(поочерёдно соединяем большой палец с указательным, со средним и т.д. и через них попеременно "пропускаем" "колечки" из пальчиков другой руки).

**«Ножницы-собака-лошадка».**

Катя ножницы берёт

И собачку подстрижёт. (ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть. Указательный палец согнуть.)

А потом с лошадкой

Поиграет в прятки. (большой палец правой руки поднять вверх сверху обхватить эту ладонь другой ладонью под углом, образуя пальцами гриву. Большой палец левой руки поднять вверх).

**«Зайчик – коза - вилка».**

Зайка, козочка и вилка-

Повторяй скорей за мною.

Зайка, козочка и вилка-

Упражнение непростое.

(**Зайчик -** указательный и средний пальцы вытянуть вверх, мизинец и безымянный прижать к ладони большим пальцем. **Коза -** указательный палец и мизинец выпрямить. Средний и безымянный прижать большим пальцем к ладони. **Вилка –** указательный, средний и безымянный пальцы вытянуты вверх расставлены врозь и напряжены. Большой палец прижимает мизинец к ладони.