

МБОУ «Бакчарская СОШ»

Согласовано на  
заседании МС

Протокол № 2  
«15» 09 2014г.

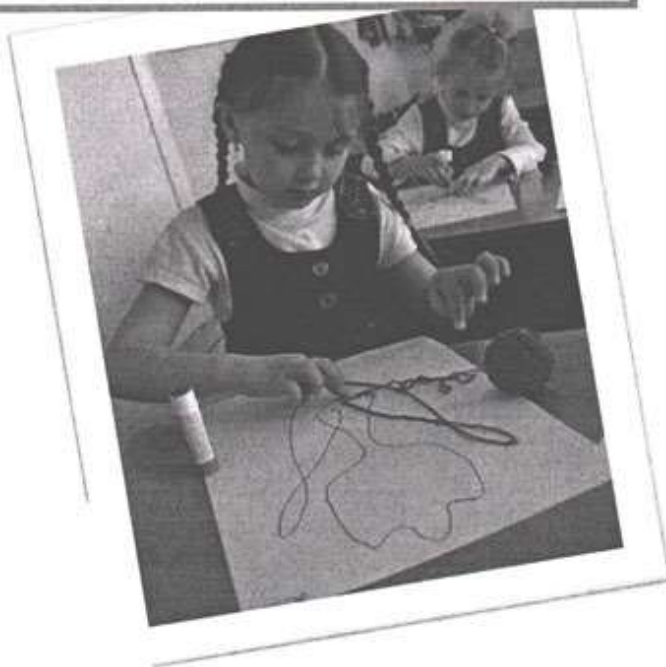
Утверждаю:

директор

 С.В.Быкова  
«15» 09 2014г.

**Развивающая программа по формированию  
графомоторных навыков у обучающихся 1 – 5 класса**

**Волшебные  
обводилки**



Педагог-психолог  
Гузеева Е.К.

2014 – 2015 уч. год

## **Пояснительная записка**

Ум ребенка находится  
на кончиках его пальцев.

*В.А. Сухомлинский*

### **Актуальность:**

В настоящее время отмечается увеличение количества детей младшего школьного возраста с разного рода нарушениями в развитии, что приводит в дальнейшем к эмоциональной и физической усталости с последующим падением интереса к процессу обучения как таковому.

Даже при переходе в среднее школьное звено, мы можем наблюдать у обучающихся недостаточность двигательных навыков: скованность, плохая координация, неполный объем движений, нарушение их произвольности; недоразвитие мелкой моторики и зрительно-двигательной координации: неловкость, несогласованность движений рук.

Нарушение моторики отрицательно сказывается на развитии познавательной деятельности ребенка.

Важно проводить комплексную развивающую работу с элементами психокоррекции. На помощь приходит программа Г.М. Зегебарт, О.С. Ильичевой «Волшебные обводилки».

**Цели:** Формирование у детей предпосылок, необходимых для осуществления любой практической и особенно учебной деятельности.

### **Задачи:**

- повышать умственную работоспособность (способствовать развитию внимания, памяти, логического мышления, воображения);
- развивать графомоторные навыки (плавность, точность, скоординированность движения рук);
- формировать произвольность.

## **Методическое обоснование программы**

В программу входят оригинальные рисунки-образцы для копирования и методическое пособие «Волшебные обводилки», в которой подробно описан порядок работы с образцами, а также представлен комплекс упражнений «Гимнастика для мозга».

Программа рассчитана на проведение развивающих занятий в течении учебного года, в режиме 1 занятие в неделю.

## **Структура занятий**

**1 Приветствие** создание позитивного настроения, доверительной атмосферы

### **2 Разминка**

- ✓ дыхательные упражнения в сочетании с различными движениями тела;
- ✓ самомассаж;
- ✓ ритмирование организма.

**3 «Гимнотактика для мозга»** – кинесиологическая гимнастика

**4 Упражнения для развития графомоторных навыков** обводка, копирование рисунков, выполнение творческого задания по методике Г.М. Зеgebарт, О.С. Ильичева «Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков».

### **5 Ритуал завершения занятия**

## **Материально-техническое обеспечение:**

- магнитная доска, магниты
- фломастеры, маркеры, карандаши
- массажные мячики/шарики (суджок)
- мелкие игрушки из наборов «киндер-сюрприз» (в том числе маленькие машинки)
- клей, ножницы, бумага (для творческой работы с «Волшебными обводилками»)
- магнитофон + диски с записями релаксационной, спокойной музыки;

## **Предполагаемый результат**

- улучшится координация мелкой моторики рук
- разовьется внимание, памяти, воображения
- выработается произвольность поведения
- улучшится процесс овладения навыками письма

## **Используемая литература**

1. Зеgebарт Г.М., Ильичева О.С. Волшебные обводилки. Формирование графомоторных навыков. Методическое пособие. – М.: Генезис, 2009.
2. Морозова Л. Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой. Выпуск 1. – М.: ООО «Издатель Быстров».
3. Сиротюк А.Л. «Синдром дефицита внимания с гиперактивностью». – М.: ТЦ Сфера, 2002.
4. Ткачева И. Рисуем обеими руками. От линии к линии. Дрофа, 2010.
5. Шевлякова И.Н. Посмотри внимательно на мир. Программа коррекции и развития зрительного восприятия и пространственного мышления у детей младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2003.

**Тематический план (вариации) для учеников 1 – 5 классы**  
(1 занятие в неделю на протяжении одного учебного года)

**Тематическое планирование занятий по развивающей программе**  
**«Волшебные обводилки»**

| № занятия | Наименование форм работы, упражнений                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 15 раз.</p> <p>Самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз; «Мытье головы» (а); «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка».</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.25 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками) в разных направлениях (руки движутся по стрелкам навстречу друг другу); расположение листа горизонтальное на столе).</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                         |
| 2 занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 20-25 раз.</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»: уши растираются ладонями, как будто они замерзли; разминаются три раза сверху вниз – по вертикали; возвратно-поступательным движением растираются в другом направлении – по горизонтали; «Мытье головы» (а); «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка».</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.26 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками) в разных направлениях (руки движутся по стрелкам навстречу друг другу); расположение листа горизонтальное на столе).</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Прощание.</p> |
| 3 занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Потягивания».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Перекрестные и односторонние движения» (по 12 р.)</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» (если хорошо выученные, то усложнение - с закрытыми глазами).</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.27.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|              | <p>Расслабление: «Травинка на ветру».</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 4<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Потягивания».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Перекрестные и односторонние движения» (по 12 р.)</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» (с закрытыми глазами).</p> <p>Графический диктант – 21 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление: «Травинка на ветру».</p> <p>Прощание.</p>                                                                  |
| 5<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки</p> <p>Упражнения: «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - с закрытыми глазами);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.29.</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево».</p> <p>Прощание.</p>                                                    |
| 6<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок;</p> <p>«Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - с закрытыми глазами);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.30.</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево».</p> <p>Прощание.</p> |
| 7<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Звезда».</p> <p>Ритмирование: «Движение под музыку».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки</p> <p>Упражнения: «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - с закрытыми глазами);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.31.</p> <p>Прощание.</p>                                                                                   |
| 8            | Приветствие.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| занятие       | <p>Разминка «Звезда».</p> <p>Ритмирование: «Движение под музыку».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки</p> <p>Упражнения: «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.32.</p> <p>Расслабление: «Силадч».</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                                                                                                                        |
| 9<br>занятие  | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (без хлопка и с хлопком).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок «Гибкая шея, свободные плечи»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» закрытые глаза + легко прикушенный язык);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.33.</p> <p>Расслабление «Штанга».</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                      |
| 10<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (без хлопка и с хлопком).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок;</p> <p>Упражнения: «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык);</p> <p>Графический диктант – 26 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> <p>Расслабление «Штанга».</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                                    |
| 11<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок «Глазки отдыхают».</p> <p>Упражнения: «Сова», «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.35 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук по стрелкам (фишками, мелкими игрушками); расположение листа горизонтальное или вертикальное).</p> <p>Графический диктант – 27 («Нарисуй-ка. Клеточка за клеточкой»).</p> |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <p>Расслабление «Потянулись-сломались»/ «Куклы».</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 12<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Глазки отдыхают».</p> <p>Упражнения: «Сова», «Паровозик», «Замок», «Змейки» («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.36 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук по стрелкам (фишками, мелкими игрушками); расположение листа горизонтальное или вертикальное).</p> <p>Расслабление «Потянулись-сломались»/ «Куклы».</p> <p>Прощание.</p>                          |
| 13<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Стройные ноги».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (а).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.37 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками) или прорисовываются линии внутри полого контура обеими руками одновременно, но в разных направлениях (по стрелкам); расположение листа горизонтальное или вертикальное).</p> <p>Прощание.</p> |
| 14<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Стройные ноги».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (а).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»; «Часики»; «Точки здоровья»: «ума», «бодрости», «рыцарская».</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык); «Волшебные обводилки» - рис.38 (контур обводится одновременно пальцами обеих рук (фишками, мелкими игрушками)</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                            |
| 15<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Снеговик».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (б).</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <p>закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.39.</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 16<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Снеговик».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (б).</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Сова», «Паровозик» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.40.</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                                          |
| 17<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Дерево».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (в).</p> <p>Упражнения: «Рисующий слон» («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.41.</p> <p>Расслабление «Сосулька».</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                              |
| 18<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Дерево».</p> <p>Ритмирование: «Ладушки» (в).</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»; «Точки здоровья»; «Молоток 1».</p> <p>Упражнения: «Рисующий слон» («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.41.</p> <p>Расслабление «Сосулька».</p> <p>Прощание.</p> |
| 19<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Дракон».</p> <p>Ритмирование: «Кнопки мозга».</p> <p>Массаж/самомассаж: пальцев и ладоней рук с помощью шарика «суджок» и пружинок; «Ушки»</p> <p>Упражнения: «Рисующий слон», «Колечки» - с закрытыми глазами; («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);</p> <p>«Волшебные обводилки» - рис.42.</p>                                                                                               |



|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | Прощание.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 20<br>занятие | Приветствие.<br>Разминка «Дракон».<br>Ритмирование: «Кнопки мозга».<br>Упражнения: «Рисующий слон», «Колечки» - с закрытыми глазами;<br>(«Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка»<br>- на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»);<br>«Волшебные обводилки» - рис.43.<br>Расслабление «Огонь и лед».<br>Прощание.                                                    |
| 21<br>занятие | Приветствие.<br>Разминка «Тянемся к солнышку».<br>Ритмирование: «Придумай ритм».<br>Упражнения: «Симметричные рисунки» («Сова», «Колечки» - с<br>закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка»,<br>«Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой<br>вслух произносить «хве»);<br>«Волшебные обводилки» - рис.44.<br>Расслабление «Море».<br>Прощание.                           |
| 22<br>занятие | Приветствие.<br>Разминка «Тянемся к солнышку».<br>Ритмирование: «Придумай ритм».<br>Упражнения: «Симметричные рисунки» («Сова», «Колечки» - с<br>закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка»,<br>«Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой<br>вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их);<br>«Волшебные обводилки» - рис.45.<br>Расслабление «Море».<br>Прощание.        |
| 23<br>занятие | Приветствие.<br>Разминка «Звезда».<br>Ритмирование: «Повтори ритм» (руками).<br>Упражнения: («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами);<br>(«Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка»<br>- на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и<br>«фи», чередуя их);<br>«Волшебные обводилки» - рис.46.<br>«Чайничек с крышечкой».<br>Расслабление «Росток».<br>Прощание. |
| 24<br>занятие | Приветствие.<br>Разминка «Потягивание».<br>Ритмирование: «Повтори ритм» (ногами).<br>Упражнения: («Паровозик», «Колечки» - с закрытыми глазами);                                                                                                                                                                                                                                                                  |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <p>(«Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Узоры в тетради в клеточку – на выбор («От линии к линии»).</p> <p>Прощание.</p>                                                                                                                                                                            |
| 25<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Придумай ритм».</p> <p>Упражнения: («Паровозик», «Сова» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>«Волшебные обводилки» - создание творческой работы;</p> <p>Прощание.</p>                                    |
| 26<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Придумай ритм».</p> <p>Упражнения: («Паровозик», «Сова» - с закрытыми глазами); («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>«Волшебные обводилки» - создание творческой работы;</p> <p>Прощание.</p>                            |
| 27<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Шаги в море».</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>«Волшебные обводилки» - создание творческой работы;</p> <p>Расслабление «Кораблик».</p> <p>Прощание.</p> |
| 28<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Стройные ноги».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Шаги в море».</p> <p>Упражнения: «Ленивые восьмерки», («Кулак-ребро-ладонь», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Лягушка» - на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>«Волшебные обводилки» - создание творческой работы;</p> <p>Прощание.</p>                                    |
| 29<br>занятие | <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Дерево».</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Упражнения: (повторить выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p>                                                                                                                                                                                                                    |

|               |                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <p>Лабиринт 6 («Не просто лабиринты»).</p> <p>«Руки- ноги 2».</p> <p>«Волшебные обводилки» (творческая работа с готовыми узорами).</p> <p>Расслабление «Напряглись-расслабились».</p> <p>Прощание.</p>                                 |
| 30<br>занятие | <p><b>Итоговое занятие</b></p> <p>Приветствие.</p> <p>Разминка «Пожелание».</p> <p>Ритмирование: «Ритм по кругу»..</p> <p>«Волшебные обводилки» (выставка творческих работ).</p> <p>Упражнение «Чемодан в дорогу»</p> <p>Прощание.</p> |