



Педагог года 2023

# Методические материалы по работе с обучающимися ОВЗ

Автор: Еловикова Наталья Сергеевна  
учитель начальных классов

## ТРЕНАЖЕРЫ, ИГРЫ, МАССАЖЕРЫ ДЛЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ С ОВЗ

### I. ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПРАВИЛЬНОГО РЕЧЕВОГО ДЫХАНИЯ

Игры-упражнения направлены на выработку глубокого вдоха и длинного выдоха. Для формирования в дальнейшем четкого звукопроизношения, артикуляции и голоса.

- **Забей гол в ворота.**
- **Колокольчик.**
- **Ветерок.**
- **Аэробол.**

Возьмите тренажёр в руки, сделайте спокойный вдох и выдохните воздух правильно, без толчков.

1. При выдохе складывайте губы трубочкой. Не следует надувать щёки и сжимать губы.
2. Выдох сделайте не носом, а ртом.

#### «Птички»

1. Перед использованием обработайте каждый свисток антисептическим раствором (не кипятите).
2. Один свисток дайте ученику, другой — учителю.
3. Дуйте в свисток и выполняйте упражнение: учитель говорит задание и показывает, что делать, ученик повторяет за ним.



Использование Су-Джок массажеров, во время коррекционной работы, позволяет нормализовать мышечный тонус, стимулировать речевые области в коре головного мозга, содействовать снижению двигательной и эмоциональной расторможенности, совершенствовать навыки пространственной ориентации, развивать память, внимание. Так как на ладони находится большое количество биологически активных точек, то эффективным способом их стимуляции является массаж шариком. Дети повторяют слова и выполняют действия с шариком в соответствии с текстом.

### «Су-Джок мячики»



*Я мячом круги катаю,                      Как сжимает лапу кошка,  
Взад - вперед его гоняю.                  Каждым пальцем мяч  
Им поглажу я ладошку.                  прижму,  
Будто я сметаю крошку,                  И другой рукой начну.  
И сожму его немножко*

### «Пружинные кольца»



Надеваются на палец ребенка и прокатываются по нему, массируя каждый палец до его покраснения и появления ощущения тепла, проговаривая стихотворение.

*Раз – два – три – четыре – пять, разгибать пальцы по одному. Вышли пальцы погулять, Этот пальчик самый сильный, самый толстый и большой. Этот пальчик для того, чтоб показывать его.*

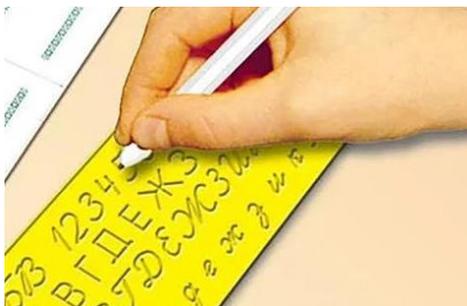
### «Массажный мячик»



*Ёжик, ёжик, хитрый ёж, на клубочек ты похож. (дети катают мячик между ладонями). На спине иголки (массажные движения большого пальца) очень-очень колкие (массажные движения указательного пальца). Хоть и ростом ёжик мал, (массажные движения среднего пальца) нам колючки показал, (массажные движения безымянного пальца). А колючки тоже (массажные движения мизинца) на ежа похожи (дети катают мячик между ладонями). Этот пальчик самый длинный и стоит он в середине. Этот пальчик безымянный, он избалованный самый. А мизинчик, хоть и мал, очень ловок и удал.*

### III. ДЛЯ ОВЛАДЕНИЯ НАВЫКАМИ ПИСЬМА, ЧТЕНИЯ И СЧЕТА

#### «Рельефный планшет»



Изделие представляет собой пластмассовую пластину, с обеих сторон которой нанесены буквы и цифры в виде сенсорных дорожек с рельефным дном.

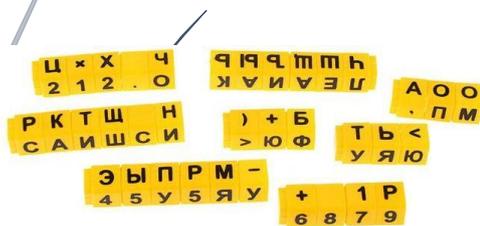
*Ребёнок ставит ручку на дорожку и обводит букву прямо на пластине.*

*Рука сама движется по нужному контуру и запоминает правильное написание буквы.*

*Благодаря рельефному дну в процессе обучения участвуют сенсорный и слуховой (звуковой) анализаторы, а не только зрительный.*

*Буквы воспринимаются ребенком как «считываемые» с рельефной дорожки сенсорные и звуковые сигналы.*

#### «Умные кубики»



*Пособие формирует навыки чтения и счёта, закрепляет правила выполнения простых математических действий, а также вырабатывает представления о длине, площади и объёме в понятной для ученика форме.*

**IV. РАЗВИТИЕ МОТОРИКИ РУК, РЕЧИ РЕБЁНКА, ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ПРОСТРАНСТВЕННЫХ ПОНЯТИЯХ «ЛЕВО — ПРАВО», «ВПЕРЕДИ — ПОЗАДИ», ЗНАКОМСТВО С СЮЖЕТАМИ РУССКИХ СКАЗОК**

**«Театры: пальчиковый, кукольный, теневой»**



*Театр учит детей взаимодействовать друг с другом: они узнают, как исполнять роли своих персонажей и действовать слаженно. Для мини-спектаклей не нужны специальные приспособления, только талант и куклы.*



**V. РАЗВИТИЕ ПРОСТРАНСТВЕННОГО МЫШЛЕНИЯ, ЛОГИКИ, МЕЛКОЙ МОТОРИКИ, ФОРМИРОВАНИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ ОКРУЖАЮЩЕМ МИРЕ**

**«Магнитный лабиринт»**



*Поставьте шарик на стартовую позицию. Медленно поворачивайте, крутите, наклоняйте головоломку и следите за тем, чтобы металлический шарик всегда оставался на горизонтальной поверхности.*

*Суть магнитного лабиринта в том, чтобы довести каждый шарик в конечную точку маршрута с помощью специальной ручки на шнурке. Головоломка развивает пространственное мышление, логику, мелкую моторику, формирует представление об окружающем мире.*

*Будьте предельно внимательны, и тогда вы без труда достигнете финиша!*

## VI. РАЗВИТИЯ ЛОГИЧЕСКОГО И ПРОСТРАНСТВЕННОГО МЫШЛЕНИЯ, ВООБРАЖЕНИЯ, МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

### «Серпантинки»



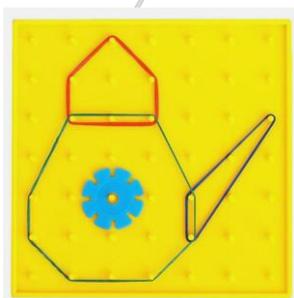
*Деревянная подставка с изгибающимися проволоками, на которые нанизаны цветные бусинки различных форм, напоминает лабиринт.*



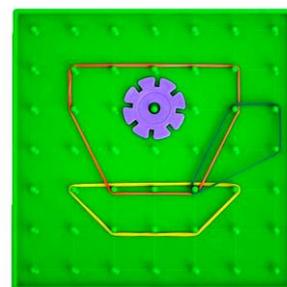
## VII. РАЗВИТИЕ ОБРАЗНОГО МЫШЛЕНИЯ, ВООБРАЖЕНИЯ, МЕЛКОЙ МОТОРИКИ, ЛОГИЧЕСКОГО МЫШЛЕНИЯ

( по методике Монтессори )

### «Геоборд»



*Математический планшет (геометрик) представляет собой игровое поле, на котором равномерно распределены колышки. Между ними натягиваются разноцветные резиночки или на них надеваются дощечки разных форм, образуя фигуры, узоры, буквы и цифры.*



### «Мозаика»



*Мозаика позволяет придумать множество игр: от сортировки фишек по цвету и выкладывания дорожек, до составления сложных рисунков.*

### «Пазлы»



*Сборание пазла развивает мелкую моторику у ребенка, тренирует наблюдательность, логическое мышление, знакомит с окружающим миром, с цветом и разнообразными формами.*

## VIII. ЗАКРЕПЛЕНИЕ ЗНАНИЙ, РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ И УСИДЧИВОСТИ РЕБЁНКА

### «Обучающие игровые доски»



Шнуровка



Часы, дни недели

*Игра для развития мелкой моторики руки, утончения движения пальцев, концентрации внимания, способствует развитию точности глазомера, координации движений и последовательности действий.*

## IX. РАЗВИТИЯ ЗРИТЕЛЬНОГО ВОСПРИЯТИЯ, ТАКТИЛЬНЫХ ФУНКЦИЙ, МОТОРИКИ ПАЛЬЧИКОВ, ЛОГИЧЕСКОГО И ПРОСТРАНСТВЕННОГО МЫШЛЕНИЯ, РЕЧИ

### «Игровая доска»



*Бизиборд - для развития мелкой моторики, пространственного, цветового и тактильного восприятия, соотношение геометрических форм и размеров.*



*Рамки - вкладыши*

## X. РАЗВИТИЯ ТАКТИЛЬНОЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ПАЛЬЧИКОВ РЕБЕНКА, ВООБРАЖЕНИЯ, МЫШЛЕНИЯ, ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА

### «Синельная проволока»



*Проволока легко гнется и поэтому ей можно придать абсолютно любую форму.*

*Развивает мелкую моторику, воображение, фантазию, визуальное и тактильное восприятие.*

## XI. РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ПАЛЬЦЕВ, КРЕАТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ РЕБЁНКА

### «Ткацкий станок»



*Станок знакомит детей с древним видом искусства — ткачеством. На нем ребята создают гобелены с цветными узорами.*

## XII. РАЗВИТИЯ МАТЕМАТИЧЕСКИХ ПОНЯТИЙ, РЕЧИ, МЫШЛЕНИЯ, ВООБРАЖЕНИЯ И ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА ДЕТЕЙ

### Дидактическая игра "Пицца"



*Положив один кусок теста пиццы, скажите ребёнку, что это  $1/6$ .*

*Подобным способом объясните, что такое  $1/3$ ,  $1/2$ .*

*Дополните игру рассказами о том, какие продукты сочетаются друг с другом.*

### ХШ. ДЛЯ НАГЛЯДНОГО И ЭФФЕКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ СЛОЖЕНИЮ, ВЫЧИТАНИЮ И ФОРМИРОВАНИЮ У НИХ НАВЫКОВ СЧЕТА

#### Счёты первоклассника «Абак»



*Счеты отлично подходят для наглядного обучения детей счету и простейшим арифметическим операциями - сложению и вычитанию. Развивают моторику.*

*Занятия со счетами позволяет развивать мелкую моторику рук ребенка, благодаря чему происходит интеллектуальное развитие и активно тренируется речевой аппарат. Метод устного счета способствует быстрому пониманию языка арифметики и элементарных математических действий как "сложить" и "вычесть".*

### ХІV. ТРЕНИРОВКИ МЫШЛЕНИЯ, ЛОГИКИ, ВНИМАНИЯ, ПАМЯТИ, РАЗВИТИЯ РЕЧИ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ПАЛЬЦЕВ РУК

#### «Тактильно-звуковые пособия»



*Тактильно-звуковые пособия, интерактивные игрушки, наборы для обучения и игры помогают детям с ОВЗ преодолевать социальные барьеры, которые возникают в процессе жизни и учебы.*

## **XV. РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ХУДОЖЕСТВЕННОГО ТВОРЧЕСТВА, МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ПАЛЬЦЕВ, КРЕАТИВНОГО МЫШЛЕНИЯ РЕБЁНКА**

### **«Матрёшка под роспись»**



*При занятии росписью развиваются: творческие способности, мелкая моторика рук, зрительная концентрация, мышление, а также внимательность, аккуратность и усидчивость.*



## **XVI. РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ РУК, РАЗВИТИЕ РЕЧИ, КООРДИНАЦИЮ ДВИЖЕНИЙ, ПАМЯТЬ И ЛОГИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ**

### **«Пластлин (скульптурный, легкий, восковой, шариковый) и витражные краски»**



*Прозрачные краски на водной основе, предназначенные для изготовления декоративных рисунков-наклеек, которые можно использовать в оформлении интерьера: для украшения оконного стекла.*



## XVII. МЕЖПОЛУШАРНЫЕ ДОСКИ



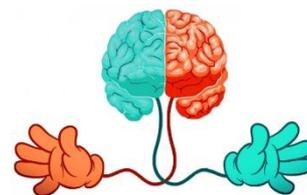
*Восьмерка укрепляет межполушарное взаимодействие. Улучшает восприятие пространства. Способствует тренировки внимания и усидчивости. Снижает эмоциональное напряжение. А так же позволяет мышцам глаза ребенка обучаться движениям, необходимым для построчного чтения и письма. Восьмерка используется как с балансировочной доской Бильгоу, так и как самостоятельные тренажер для развития координации и умения долго концентрировать внимание.*

## XVIII. Повтори за мной



*Играем и развиваем полушария мозга! В этой игре участникам предстоит повторять позы или положение рук, нарисованные на карточках. Сделать это не так просто - потому что нужно быть очень внимательным и быстрым! Данная игра отличается от первой версии "Повтори за мной" более сложными заданиями. Как играть? Ведущий вытягивает верхнюю карточку из колоды и кладёт её перед участниками. Задача игроков - как можно быстрее повторить движение, изображённое на карте. Ведущий оценивает точность и скорость выполнения.*

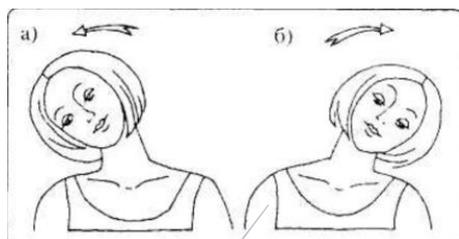
**Кинезиологические упражнения,  
адаптированные для детей с ОВЗ с  
проговариванием действий**



**Упражнения для межполушарного взаимодействия:**

Данные упражнения улучшают мыслительную деятельность, запоминание, синхронизируют работу полушарий головного мозга, повышают устойчивость внимания, облегчают процесс письма.

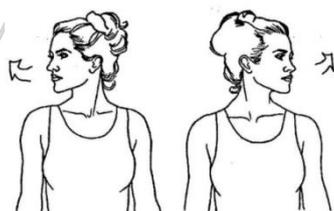
Покачаем головой -  
неприятности долой.



**«Качание головой»**

*Дышать глубоко. Расправить плечи, закрыть глаза, опустить голову вперёд и медленно покачивать головой из стороны в сторону.*

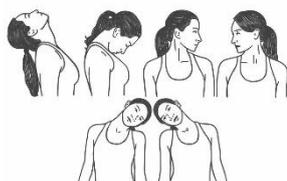
Ты головку поверни.  
За спиной, что посмотри!



**«Поворот»**

*Повернуть голову назад и постараться увидеть предметы, находящиеся сзади.*

Покиваем головой,  
чтобы был в душе покой.

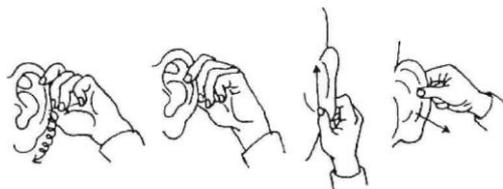


**«Кивки»**

*Медленные наклоны головы к плечам и «кивающие» движения вперёд – назад.*

## «Массаж ушных раковин»

Ушки сильно разотрём  
и погладим, и помнём.



*Помассировать мочки ушей, затем всю ушную раковину. В конце упражнения растереть ушки руками.*

Мы строим крепкий дом,  
жить все вместе будем в нём.



## «Домик»

*Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на ладонь левой руки. Отработать эти движения для каждой пары пальцев.*

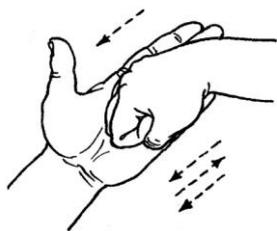
С силой на ладошку давим,  
сильной стать её заставим.



## «Ладонка»

*Пальцами правой руки с усилием нажать на ладонь левой руки, которая должна сопротивляться. Тоже для другой руки.*

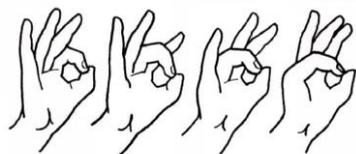
Мы ладошки разотрём,  
силу пальчикам вернём.



## «Каток»

*Костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки двигать вверх – вниз по ладони левой руки. Тоже для правой руки.*

Ожерелье мы составим,  
маме мы его подарим.

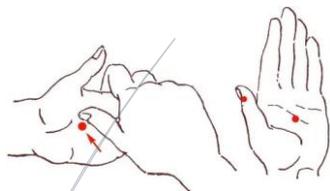


### «Ожерелье»

В начале, упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

*Поочерёдно перебирать пальцы рук, соединяя с большим пальцем последовательно указательный, средний, безымянный, мизинец. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и обратном порядке (от мизинца к указательному).*

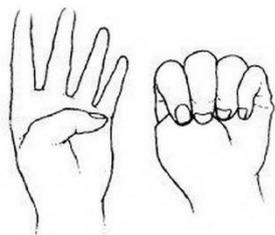
Чтоб внимательными быть,  
нужно на ладонь давить.



### «Внимание»

*Раскрыть пальцы левой руки, слегка нажать на точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. При нажатии – выдох, при ослаблении – выдох. Тоже самое проделать с правой рукой.*

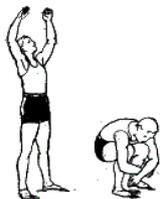
Сам себя ты успокой  
тихо песенку пропой.



### «Отдохни»

*Сжать пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжать в кулак с усилием. Затем, ослабляя усилие сжатого кулака, сделать вдох. Упражнение выполнять двумя руками одновременно.*

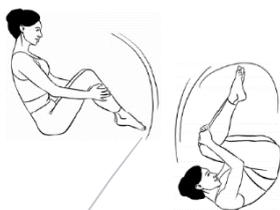
Мы растём, растём, растём  
и до неба достаём



### «Дерево»

*Сидя на корточках, спрятать голову в колени, колени охватить руками. Это – семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно подняться на ноги, затем распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Подул ветер – раскачивать тело, имитируя дерево.*

Спрячемся от всех забот,  
только мама нас найдёт.



### «Яйцо»

*Сесть на пол, подтянуть колени к животу, охватить их руками, голову спрятать в колени. Раскачиваться из стороны в сторону, стараясь расслабиться.*

Водолазами мы станем,  
жемчуг мы со дна достанем.



### «Водолазы»

*Лечь на спину, вытянуть руки по команде одновременно поднимать прямые ноги, руки и голову. Держать позу максимально долго.*

## Упражнения для развития творческого (наглядно – образного) мышления (правого полушария головного мозга)

В результате упражнений повышается устойчивость к стрессам, развивается интуиция, активизируются творческие способности.

Нужно правильно дышать,  
чтоб внутри всё очищать.



### «Очищение»

*Вдыхать левой ноздрёй, выдыхая через правую ноздрю.*

*На вдохе представить, как с воздухом «золотисто – серебристая» энергия проходит через левую ноздрю, левую часть горла, левую часть сердца и желудка и доходит до копчика.*

*При выдохе «жёлтая больная» энергия выходит через правую часть тела (печень, почки, правую часть сердца, правую часть горла, правую ноздрю)*

*Затем вдыхать правой ноздрёй, а выдыхать левой.*

*(Цикл повторить по 3 раза для каждой стороны тела).*

### «Позевай»

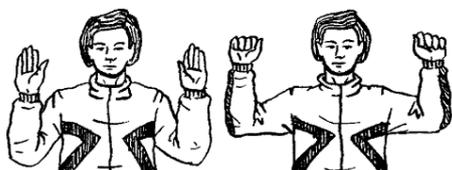
Крепко зубки мы потрём,  
а потом сладко зевнём.



*Закрывать глаза. Массировать зоны соединения верхних и нижних коренных зубов указательными и средними пальцами одновременно справа и слева, сделать громкий расслабляющий звук зевоты.*

## «Руки»

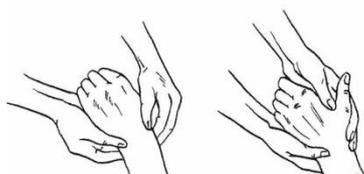
Чтобы ручкам силу дать, нужно крепче их сжимать.



*Согнуть руки в локтях, сжимать и разжимать кисти рук, постепенно убыстряя темп. Выполнять до максимальной усталости кистей. Затем расслабить руки встряхнуть.*

## «Запястье»

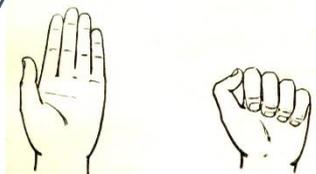
Чтоб сильней была рука, разотрём её слегка.



*Обхватить левой рукой запястье правой руки и массировать. То же выполнять правой рукой.*

## «Ладонь»

На ладонь сильней нажми, силу ты в неё вотри.



*Фалангами сжатых в кулак пальцев производить движения по принципу «Буравчика» на ладони массируемой руки. Затем руки поменять.*

### «Успокойся»

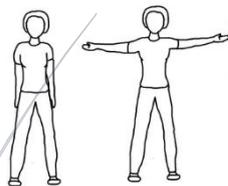
Себя мы успокоим сами,  
мы постоим с закрытыми глазами.



*Сжать пальцы в кулак с загнутыми  
внутри большими пальцами. Делая выдох  
спокойно, не торопясь, сжимать кулак с  
усилием. Затем, ослабляя усилие сжатия  
кулака, сделать вдох.*

### «Полёт»

Мы, как птицы, полетим,  
сверху вниз мы поглядим.



*Стоя прямо, сделать несколько взмахов  
руками, разводя их в стороны. Закрывать  
глаза, представить себе, что вы летите,  
размахивая крыльями.*

Чтобы очень гибким стать,  
нужно ножки нам сгибать.



### «Гибкость»

*Лёжа на полу, коснуться локтём  
(кистью руки) колена, слегка  
приподнимая плечи и сгибая ногу.*

**Упражнения для развития  
абстрактно – логического мышления (левого полушария)**

Данные упражнения улучшают память, повышают интеллектуальные возможности, развивают математические способности, активизируют работу головного мозга.

**«Язычок вперед»**

Язычок вы покажите,  
на него вы посмотрите.

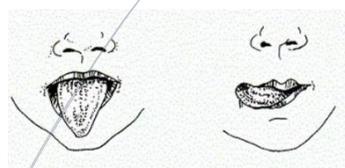
*Выдвигать язычок вперед – назад.*



**«Язычок в стороны»**

Нужно двигать язычком,  
он отплатит вам добром.

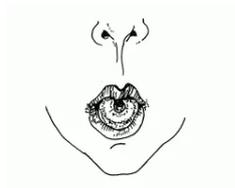
*Движения языка в разные стороны.*



**«Язычок - трубочка»**

Поиграйте с язычком,  
он поможет вам потом.

*Свёртывание языка в «трубочку».*



## Упражнения для профилактики нарушения зрения и активизации работы мышц глаз

### «Глазки»

Чтобы зоркость не терять,  
нужно глазками вращать.

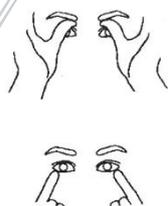
*Вращать глазами по кругу 2 – 3 секунды.*



### «Массаж век»

Зорче глазки, чтоб глядели,  
разотрём их поскорее.

*Массировать верхние и нижние веки, не закрывая глаз.*



### «Глазки и язычок»

Нарисуем большой круг  
и посмотрим всё вокруг.

*Глазами и выдвинутым языком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).*



## «Глазки»

Чтобы зоркими нам стать,  
нужно на глаза нажать.



Тремя пальцами каждой руки легко  
нажать на верхнее веко  
соответствующего глаза и держать 1 –  
2 секунды.

## «Моргаем глазками»

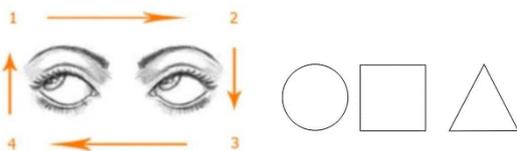
Быстро – быстро поморгай,  
потом отдых глазкам дай.



Быстро поморгать в течении 1 – 2  
минут.

## «Геометрические фигуры»

Треугольник, круг, квадрат  
нарисуем мы подряд.



Нарисовать глазами геометрические  
фигуры (треугольник, круг, квадрат)  
сначала по часовой стрелке, затем  
против часовой стрелки.