**«Движение тела – движение мысли» психокоррекционное занятие.**

**Цель:** развивать межфункциональное взаимодействие высших психических функций у младших школьников.

**Задачи:** 1. Стимулировать работу нейронных структур головного мозга.

2. Развитие пространственных представлений.

3. Укрепление навыков саморегуляции.

4. Снятие психоэмоционального напряжения первоклассников.

5. Развитие позитивных стимулов к процессу обучения в школе.

**Дата проведения**:18.04.2023 г. начало: 11.00 ч.

**Участники:** 1 «А» класс МБОУ г. Астрахани «СОШ №20».

**Место проведения:** классный кабинет, школьное фойе.

|  |  |
| --- | --- |
| **I. Приветствие. Организационный момент.**  **II. Звукодыхательное упражнение «Распевка»**  **III. Нейрогимнастика.**  **IV. Упражнения на пространственное восприятие.**  **Отрабатываем навыки саморегуляции** (переходим в фойе школы).  **V. Прощание «Башенка».** | Психолог: «Сейчас я с каждым из вас поздороваюсь не словами, а молча – глазами. При этом, ребята, постарайтесь глазами показать, какое у вас сегодня настроение.  **Игра «Дирижер и оркестр».**  Сегодня вы – оркестр, а я ваш дирижер. У меня в руках волшебная дирижерская палочка, которую слушают все оркестранты. Моя дирижерская палочка будет постепенно подниматься вверх, и чем выше будет моя палочка, тем громче будут ваши голоса, чем ниже палочка — тем тише голоса. Но моя палочка может подниматься и опускаться не только постепенно, она может опускаться и подниматься очень резко и быстро. И тогда ваш звук будет меняться тоже быстро: тише — громче.  Поем звуки. А: тише — громче; О: тише — громче; У: тише — громче; Э: тише — громче; И: тише — громче; Ы: тише — громче.  Дети сидят за столами.  Упражнения выполняются со слегка прикушенным языком.  **«Поздороваемся пальчиками».** Каждому пальчику предлагается «поздороваться» с большим пальчиком. Начинаем с указательного, потом в обратном порядке. Упражнение выполняется сначала каждой рукой отдельно, а потом обеими одновременно.  **«Кулак —ребро —ладонь».** Психолог показывает три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга. Ладонь на плоскости, ладонь сжата в кулак, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Сначала выполняем вместе со мной, теперь самостоятельно по памяти, сначала правой рукой, затем левой, затем двумя руками одновременно.  **«Лезгинка».** Ребенок сжимает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой руки. Смена позиций происходит 6-8 раз.  Усложнение: увеличиваем скорость.  **«Ухо—нос».** Левой рукой взяться за кончик носа, а правой—за левое ухо. Одновременно отпустить ухо и нос, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.  **«Двигаемся по команде**». Дети стоят в ряд, лицом к психологу.  Инструкция. Рассчитайтесь на первый и второй номера. Закройте глаза и слушайте внимательно мои команды: Первые номера — шаг вперед. Вторые номера — два шага влево. Первые номера — один шаг вправо. Вторые номера — два шага назад. И т.д.  Постарайтесь с закрытыми глазами определить, где вы сейчас находитесь. Откройте глаза — осмотритесь.  **«Четыре стихии».** Дети стоят в кругу.  Инструкция. При слове «земля» присесть; при слове «вода» произвести плавательные движения; «воздух» — руки вверх; «огонь» — руки вверху и произвести плавные, волнообразные движения от кисти и до плеча («язычки пламени»).  **«Капризный фотограф».** В роли фотографа выступает сам ведущий. Дети сидят в кругу. «Фотограф» организует ребят для групповой фотографии, например, так: «Настя будет стоять посредине. Слева от Насти — Петя, рядом с Петей — Вова, справа от Насти — Катя. Впереди Кати — Наташа». И т.д.  Дети становятся в круг и строят «башню» из больших пальцев в определенном направлении (например, начинают строить от Пети в сторону Вани). Каждый участник по очереди берется за большой палец предыдущего игрока, при этом поднимая свой большой палец вверх для следующего участника.  После слов: «Всем, всем — до свидания!» — башня рушится. |
|  |  |