



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

**Формирование психологической готовности младших школьников к  
обучению в основной школе**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры  
«Психология и педагогика начального образования»  
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:  
\_\_\_\_\_ 88 \_\_\_\_\_ % авторского текста

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

« 29 » мая \_\_\_\_\_ 2020 г.  
зав. кафедрой ППиПМ  
Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:  
Студентка группы ОФ-208/151-2-1  
Кирлык Светлана Николаевна

Научный руководитель:  
канд. пед. наук, доцент ППиПМ  
Забродина Инга Викторовна

Челябинск

2020



## Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ .....	10
1.1 Сущность понятия готовность к школьному обучению .....	10
1.2 Особенности развития детей в период перехода от младшего школьного возраста к подростковому возрасту.....	16
1.3 Структура психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе .....	22
Вывод по I главе .....	31
ГЛАВА II. МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ ..	32
2.1 Модель психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе .....	32
2.2 Организация и проведение констатирующего эксперимента .....	47
2.3 Программа внеурочной деятельности по формированию психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе .....	107
Вывод по II главе.....	113
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	115
Список используемых источников.....	117
Приложение 1 .....	128
Приложение 2 .....	153

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** В условиях гуманизации и демократизации современного общества становятся актуальными новые подходы к организации обучения и воспитания человека XXI века, характерной особенностью которых является создание условий для раскрытия и реализации потенциальных возможностей каждой личности. В системе ценностей личность человека, и особенно ребенка, занимает особое место, в связи с этим возрастает роль общеобразовательной школы, которая является одним из основных институтов социализации, развития и воспитания. Это находит свое отражение в ряде документов, регламентирующих систему образования: Закон «Об образовании в РФ» [42], Федеральный государственный стандарт начального общего образования [86] и др.

Вопрос готовности ребенка к школьному обучению всегда был важным в системе образования. Но наиболее изученной является готовность к обучению в начальной школе. В последнее же время остро встает проблема психологической готовности ребенка к обучению в основной школе. Период перехода младшего школьника в основную школу часто сопровождается разного рода трудностями, возникающими не только у школьников, но и у педагогов. Рубеж 4-5 классов характеризуется значительным снижением интереса учащихся к учебе в школе, к самому процессу обучения. Симптомами этого «разочарования» являются: отрицательное отношение к школе в целом, к обязанности ее посещения, нежелание выполнять учебные задания на уроках и особенно дома, конфликты с учителями, нарушение правил поведения в школе.

Все трудности возникают из-за неготовности ребенка к переходу на новый этап обучения. Значение степени готовности к обучению в основной школе трудно переоценить на данном этапе развития общества, когда все большую актуальность приобретают тезисы о системе непрерывного

образования и воспитания человека, когда именно подготовка детей, ее эффективность определяют успешность дальнейшего развития личности, повышение уровня обучения и успешное профессиональное становление. Кроме того, в настоящее время система современного образования направлена на индивидуализацию школьника. Таким образом, проблема психологической готовности младшего школьника к обучению в средней школе стала **актуальной**. Можно с полной уверенностью и убежденностью сказать – это потребность общества, жизни, практики обучения и воспитания подрастающих поколений.

Психологическая готовность к школьному обучению – важный фактор успешности первоначального обучения в школе: от уровня ее сформированности зависит то, как будет относиться ребенок к учению, насколько полноценно он будет развиваться, как будут относиться к нему учителя и одноклассники, как оценят его родители и другие взрослые.

Проблеме психологической готовности к школьному обучению посвящали свои исследования многие отечественные и зарубежные ученые: Л. И. Божович, А. Л. Венгер, Н. И. Гуткина, И. В. Дубровина, Е. Е. Кравцова, Н. В. Нижегородцева, Т. А. Нежнова, К. Н. Поливанова, В. Д. Шадриков, Д. Б. Эльконин, Я. Йирасек и другие.

По мнению отечественных исследователей (Л. И. Божович, Н. И. Гуткина, И. В. Дубровина), психологическую готовность к школьному обучению составляет совокупность следующих свойств и качеств личности: определенный уровень интеллектуального развития и познавательных интересов, готовность к произвольной регуляции своей познавательной деятельности и изменению социальной позиции, опосредованная мотивация, внутренние этические инстанции, дифференцированная самооценка. Данные новообразования часто рассматриваются отечественными психологами в контексте общих возрастных достижений наряду с генезисом различных видов деятельности детей 6-7 лет, включая и учебную.[40]

В зарубежной психологии понятие «готовность к школьному обучению» часто подменяется понятием «школьная зрелость». Готовность к обучению в этом случае понимается как определенный уровень развития, при котором индивид способен к овладению определенным предметом учения. Обычно этот уровень определяется возрастом, в котором в среднем у группы индивидов появляются те или иные способности (например, готовность к овладению чтением и пр.), обусловленные функциональным созреванием структур головного мозга (А.Кern, J.Jirasek). [34]

А. И. Запорожец отмечал, что готовность к обучению в школе представляет собой целостную систему взаимосвязанных качеств детской личности, включая особенности ее мотивации, уровня развития познавательной, аналитико-синтетической деятельности, степень сформированности механизмов волевой регуляции действий и т.д. Таким образом, **психологическая готовность к школе**, отделяемая от понятия «школьная зрелость» может быть обозначена как **необходимый и достаточный уровень психического развития ребенка для освоения школьной программы в условиях обучения в группе сверстников**.

**Актуальность** нашего исследования можно сформулировать на трех уровнях:

на **социальном** уровне: государство и общество заинтересованы в людях психически и физически здоровых, готовых обучаться и свободно ориентироваться в огромном информационном потоке.

на **научном** уровне: несмотря на достаточно большое количество исследований проблемы психологической готовности к обучению, они ориентированы на дошкольников, поступающих в первый класс, а на современном этапе также становится актуальным формирование психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

на **практическом** уровне: имеется недостаточное методическое обеспечение для формирования готовности младших школьников к

обучению в основной школе и недостаточная разработанность данного вопроса, не разработана модель психологической готовности младшего школьника к обучению в основной школе.

Изложенное выше позволяет нам сформулировать противоречие: необходимость формирования психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе, острая востребованность в теории и на практике разработки данного вопроса, с одной стороны, и недостаточность проводимых в этом направлении исследований, отсутствием модели психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

Из противоречия вытекает **проблема**: какой должна быть модель психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе, что бы процесс был наиболее эффективным?

На основании выявленного противоречия и проблемы мы сформулировали **тему** магистерской диссертации **«Формирование психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе»**.

**Цель исследования**: теоретически обосновать модель психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе, а также программу по ее формированию.

**Объект исследования**: процесс формирования психологической готовности младших школьников к обучению основной школе.

**Предмет исследования**: модель психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

**Гипотеза**: формирование психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе достигнет более высокого уровня, если в учебно-воспитательной деятельности начальной школы будет реализована модель формирования психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

В соответствии с целью, предметом и гипотезой были поставлены следующие **задачи**:

1. Проанализировать сущность понятия психологическая готовность к школьному обучению, имеющиеся в психологических исследованиях и литературе для определения понятия психологической готовности к обучению в основной школе.

2. Разработать модель психологической готовности к обучению в основной школе.

3. Провести констатирующий эксперимент.

4. Разработать программу внеурочной деятельности по формированию психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

#### **Методы исследования:**

1. Теоретические: анализ (историко-психологический и теоретико-методологический), синтез и обобщение литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирические: тестирование, эксперимент.

3. Методы обработки и интерпретации результатов.

Исследование проводилось на базе МБОУ «НООШ № 7» и МБОУ «СОШ № 2» г. Коркино. В обследовании принимали участие обучающиеся 4 и 5 классов. В процессе работы было обследовано 272 обучающихся из них 120 человек обучающиеся четвертых классов и 152 человека обучающиеся пятых классов. Время проведения эксперимента сентябрь 2019 года.

#### **Методологическую основу** нашего исследования составили:

- **системный подход**, позволивший раскрыть особенность феномена психологической готовности к обучению в основной школе;

- **аксиологический подход**, направленный на развитие мировоззренческих представлений о общечеловеческих и личностных ценностях;

- **лично-ориентированный** подход, позволивший определить модель психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе с учетом индивидуальных возрастных характеристик.

**Теоретическую основу исследования** составили работы отечественных и зарубежных ученых, которые сформировали основные определения психологической готовности ребенка к школе (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, Н. И. Гуткина, О. Б. Конева, К. А. Климов, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, К. Д. Ушинский и другие).

**Теоретическая и практическая значимость исследования:**

**Теоретическая значимость** исследования заключается в изучении понятия психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе, изучении методик и программ по данной теме.

**Практическая значимость** заключается в выявлении основных составляющих готовности младших школьников к обучению в основной школе, разработке модели формирования психологической готовности и программы внеурочной деятельности как механизма внедрения модели.

# ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ИССЛЕДОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ

## 1.1 Сущность понятия готовность к школьному обучению

Понятие «готовность» является одним из базовых в научном исследовании развития человека, так как именно согласие к деятельности гарантирует возможность индивиду проявлять активность.

Данное понятие часто применяется в психологической и педагогической литературе, хотя различными авторами трактуется неоднозначно. Довольно часто оно осмысливается многоаспектно и интегративно и используется для описания изучения разнообразных состояний, намерений и даже способностей человека. Вместе с тем на практике это не мешает пониманию сути «готовности-неготовности» к выполнению какой-либо деятельности как состоянию, способствующему или препятствующему проявлению активности. Для конкретизации данного термина необходимо хотя бы кратко рассмотреть историю его возникновения и применения.

Источником любой активности человека является наличие определенного внутреннего состояния, мобилизующего организм к действию. А проблема готовности к определенной – трудовой, учебной, спортивной и т.д. – деятельности интересовала человечество с давних времен. Однако само понятие «готовности к деятельности» как некоего результата предшествующего процесса подготовки появилось в системе научного знания сравнительно недавно.

Например, изучение проблемы готовности к труду, к профессиональной деятельности приобрело форму научного исследования лишь в конце 50-х – начале 60-х годов XX века, когда идеи научной организации труда считались ключом прогресса и основой повышения производительности.

Различные аспекты готовности как личностного отношения к деятельности рассматривались в работах Б. Г. Ананьева, В. А. Крутецкого, Л. С. Нерсисяна, К. К. Платонова, А. И. Пуни, Р. Д. Санжаевой, В. А. Сластенина, А. А. Смирнова, Д. Н. Узнадзе, Д. И. Фельштейна, О. И. Шишикиной и других исследователей.

В психологии понятие готовности возникло изначально в теории установки Д. Н. Узнадзе, который определял готовность как существенный признак установки. Впоследствии это представление нашло понимание не у всех авторов. Например, с точки зрения М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбовича, установка является лишь формой готовности.

В 70-е года XX века значительный вклад в исследование проблемы готовности внесли М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. Под психологической готовностью к деятельности они рассматривали особое психическое состояние как предрасположенность субъекта ориентировать свою деятельность определенным образом. Это состояние включает убеждения, суждения, отношения, мотивы и чувства личности и является интегративным комплексом разнообразных, связанных между собой составляющих.

Будучи целостным образованием готовность включает в себя следующие составляющие:

- мотивационные (потребность успешно выполнить поставленную задачу, интерес к деятельности, стремление добиться успеха и показать себя с лучшей стороны);
- познавательные (понимание обязанностей, задач, оценка их значимости, знание средств достижения цели, представление о вероятных изменениях ситуации);
- эмоциональные (чувство ответственности, уверенности в успехе, воодушевление)

– волевые (самоуправление и мобилизация сил, сосредоточение на задаче, отвлечение от посторонних воздействий, преодоление сомнений, страхов).

С данной точкой зрения созвучна позиция О. И. Шишкиной. Многие авторы (Р. А. Гаспарян, Е. Г. Козлов, Л. С. Нерсисян, А. И. Пунин и др.) также объясняют готовность через совокупность мотивационных, познавательных, эмоциональных и волевых качеств личности, через общее психофизиологическое состояние, обеспечивающее актуализацию возможностей, направленность личности на выполнение определенных действий. Готовность изучалась и как определенный уровень развития личности (Я. Л. Коломинский).

Психологическая готовность детей к обучению как проблема актуализировалась в конце 80-х годов прошлого столетия. Это было связано с введением экспериментального обучения детей с 6 лет. Многие известные психологи отразили ее в своих трудах (Л. А. Венгер, Н. И. Гуткин, И. В. Дубровина, Е. Е. Кравцова, Т. А. Нежнова, Д. Б. Эльконин и др.). Таким образом, проблема психологической готовности к обучению уже достаточно отражена в научных исследованиях, однако многие из них связаны с изучением готовности детей дошкольного возраста к обучению в начальной школе. Тем не менее, в настоящее время проблема рассматривается более широко.

По мнению Е. Е. Кравцовой, проблема психологической готовности к школьному обучению получает свою конкретизацию как проблема смены ведущих типов деятельности, т.е. это переход от сюжетно-ролевых игр к учебной деятельности. Л. И. Божович еще в 60-е гг. указывала, что готовность к обучению в школе складывается из определенного уровня развития мыслительной деятельности, познавательных интересов, готовности к произвольной регуляции, способности к познавательной деятельности. Аналогичные взгляды развивал А. В. Запорожец, отмечая, что готовность к обучению в школе представляет собой целостную

систему взаимосвязанных качеств личности, включая особенности ее мотивации, уровня развития познавательной, аналитико-синтетической деятельности, степень сформированности механизмов волевой регуляции.

В настоящее время все сходится во мнении, что готовность к обучению имеет множество составляющих, соответственно психологические исследования должны быть комплексными. Традиционно выделяются три аспекта готовности к обучению: интеллектуальный, эмоциональный и социальный. Под интеллектуальной готовностью понимается дифференцированное восприятие (перцептивная зрелость), включающая выделение фигуры из фона, концентрацию внимания, аналитическое мышление, выражающееся в способности постижения основных связей между явлениями. Возможность логического запоминания, умение воспроизводить образец, а также развитие тонких движений руки и сенсомоторную координацию. Можно сказать, что понимаемая таким образом интеллектуальная готовность в существенной мере отражает функциональное созревание структур головного мозга. Эмоциональная готовность в основном понимается как уменьшение импульсивных реакций и возможность длительное время выполнять не очень привлекательное задание.

К социальной готовности относится потребность ребенка в общении со сверстниками и умение подчинять свое поведение законам детских групп, а также способность исполнять роль ученика в ситуации школьного обучения.

Теоретические разработки психологической готовности к обучению в отечественной психологии основаны на идеях Л. С. Выготского, получили подробную разработку в исследованиях Л. И. Божович (1968), Д. Б. Эльконина (1989), Е. Е. Кравцовой (1991), И. В. Дубровиной (1997) и др.

Л. И. Божович выделяет несколько параметров психологического развития ребенка, наиболее существенно влияющих на успешность

обучения в школе. Среди них определенный уровень мотивационного развития ребенка, включающий познавательный и социальные мотивы учения, достаточное развитие произвольного поведения и интеллектуальной сферы. Наиболее важными в психологической готовности ребенка к обучению ею признавался мотивационный план. Были выделены две группы мотивов учения:

– широкие социальные мотивы учения, или мотивы, связанные «с потребностью ребенка в общении с другими людьми, в их оценке и одобрении, с желаниями ученика занять определенное место в системе доступных ему общественных отношений»;

– мотивы, связанные непосредственно с учебной деятельностью, или «познавательные интересы детей, потребность в интеллектуальной активности и в овладении новыми умениями, навыками, знаниями».

Почти все авторы, исследующие психологическую готовность к обучению, уделяют произвольности особое место в изучаемой проблеме.

В течение последних десятилетий закономерно ставится вопрос о характере готовности человека к обучению на различных этапах его жизни, в частности о готовности к обучению в основной школе при переходе в пятый класс. Так как именно переход ребенка из начальной в основную школу совпадает с периодом психофизиологических изменений и началом кризиса подросткового возраста. Говоря об особенностях переходного периода развития, необходимо знать, способен ли ребенок принять новый этап обучения, новые условия деятельности без ущерба для психического здоровья.

Исследования Е. Е. Кравцовой выделяют несколько подходов к изучению проблемы готовности детей к школьному обучению. Она выделяла исследования направленные на формирование у детей определенных умений и навыков, необходимых для обучения в школе, а

также соотношение требований предъявляемых ребенку и тех возрастных новообразований, которые бы соответствовали этим требованиям.

Л. А. Венгер и Д. Б. Эльконин изучали в рамках проблемы готовности к обучению способности дошкольников к овладению общим способом действия в ситуации поставленной задачи. Они считали, что показателем готовности к школьному обучению является умение ребенка сознательно подчинять свои действия заданному правилу при последовательном выполнении словесных указаний взрослого.

Таким образом, анализ психологических механизмов, отображающих готовность ребенка к обучению на различных этапах школьного обучения опирается на структурные показатели психологической готовности к обучению в школе на этапе перехода от дошкольного к младшему школьному возрасту.

По мнению М. Н. Костиковой психологическая готовность к обучению опирается на перестройку психики ребенка, приводящую к качественным изменениям ее структуры. Д. И. Фельштейн рассматривал психологическую готовность к обучению как процесс образования необходимых отношений, установок, качеств личности. М. И. Дьяченко и Л. А. Кандыбович считал, что психологическая готовность к обучению это предпосылка целенаправленной деятельности.

И. В. Дубровина в своих работах дает более обобщенное и теоретическое обоснованное определение. По ее мнению психологическая готовность к школьному обучению – это «необходимый и достаточный уровень развития ребенка для освоения школьной учебной программы в условиях обучения в коллективе сверстников». При этом автор считает, что необходимый и достаточный уровень развития ребенка должен быть таким, что бы программа соответствовала зоне его ближайшего развития.

Таким образом, мы будем считать психологической готовностью к школьному обучению необходимый и достаточный уровень развития ребенка для освоения школьной учебной программы в условиях обучения

в коллективе сверстников и умение ребенка сознательно подчинять свои действия предъявляемым требованиям.

## 1.2 Особенности развития детей в период перехода от младшего школьного возраста к подростковому возрасту

Основой нашего исследования являются вопросы, связанные со спецификой развития детей при переходе из начальной школы в основную. При определении необходимых закономерностей развития ребенка в контексте психологической готовности к обучению в основной школе следует провести анализ его психовозрастных особенностей на данном этапе, а также обозначение социальных требований необходимых ребенку на новом этапе обучения.

Возраст 10-11 лет является периодом предкритической фазы развития и совпадает с переходом ребенка в основную школу. Единого мнения по оцениванию данного периода в научном сообществе не существует: Л. И. Божович, А. М. Прихожан, Н. И. Толстых оценивают этот период как часть критического подросткового возраста; М. Кле – как стабильное начало этого возраста; Ф. Дольто – как окончание возраста детства; Ш. Бюллер – как начало негативной фазы критического развития; Э. Эриксон – как латентную стадию развития; Д. Б. Эльконин – как начальный этап кризиса между младшим школьным возрастом и подростковым возрастом; К. Н. Поливанова – как предподростковый кризис; Г. А. Цукерман – как предподростковый возраст – особый период в становлении ребенка, имеющий ярко выраженную специфику.

Таким образом, период 10-11 лет имеет собирательную характеристику, и мнение каждого исследователя дополняет специфику развития ребенка на данном этапе, подчеркивая сложности и противоречия развития с которыми предстоит ребенку столкнуться.

Стоит отметить отсутствие теоретико-прикладной разработанности периода становления подростка в 10-12 лет, отсутствие фундаментальных исследований направленных на предподростковый возраст (К. Н. Поливанова, Г. А. Цукерман). Г. А. Цукерман отмечает, что в периодизации развития интервал 10-12 лет – это «ничья земля»[90].

Сущность психологического содержания младшего подросткового (предподросткового) возраста в расширении и изменении рефлексивной оценки собственных возможностей с выходом за пределы учебной деятельности и с переориентацией на сферу самосознания (Л. С. Выготский, Д. Б. Эльконин, Л. И. Божович, В. И. Слободчиков, Г. А. Цукерман). Такие изменения рефлексии с учетом «оборота на себя» происходят в форме поиска, определения границ собственных возможностей, особенностей своего «Я». Условием возникновения этого, по мнению ряда ученых, является развитие определенного уровня мышления (Л. С. Выготский, Л. Кольберт, Ж. Пиаже, Д. Б. Эльконин).

Л. С. Выготский в своих исследованиях подчеркивал значение развития мышления в этом возрасте. По его мнению, овладение ребенком процессом образования понятий приводит его к высшим формам интеллектуальной деятельности и новым способам поведения. «Понимание действительности, понимание других и понимание себя – вот что приносит с собой мышление в понятиях» [28].

Зарождающуюся на основе развития мышления особую динамику интересов в возрасте 10-11 лет Л. С. Выготский называл «ключом» ко всей проблеме психологического развития подростка.

Л. И. Божович также считала, что именно в этот период у ребенка возникают новые лично значимые увлечения, которые имеют отношение к стремлению занять более самостоятельную и «взрослую» позицию. Л. И. Божович отмечала, что «младший подросток еще во многом остается ребенком, хотя от младшего школьника он отличается не меньше, чем от взрослого человека» [10].

Сопоставляя высказывания Л. С. Выготского о развитии самосознания как одного из ведущих новообразований подросткового возраста и Л. И. Божович о важности этапа становления, который приходится на переходный возраст от младшего школьного к подростковому, и характеризуется возникновением нового этапа в развитии самосознания, можно сказать, что характерной чертой этого этапа становится рождение у ребенка рефлексии.

Д. Б. Эльконин, Т. В. Драгунова отмечают возраст 11-12 лет, как время перестройки всей социальной ситуации ребенка. По мнению Д. Б. Эльконина у ребенка появляется точка опоры, которая приводит к перевороту всего сознания и его внутреннего мира.

Ряд исследователей подчеркивают важность происходящих в младшем подростковом возрасте изменений мотивационных установок личности (Л. И. Божович, Л. С. Выгодский, И. В. Дубровина, А. К. Маркова, Д. И. Фельштейн, Г. А. Цукерман и др.). Можно отметить весьма значимые изменения в период 10-12 лет в отношении ребенка к учебной деятельности. И. В. Дубровина [40] подчеркивала, что возникающее к концу начальных классов снижение интереса к учебе, определенное «разочарование» в отношении школы сменяется ожиданием перемен, дети ждут, что в основной школе им станет интереснее. Соответственно в это время у детей особенно ярко выражено эмоциональное отношение к школе, учебному процессу. Доминирование эмоций полностью подчиняет себе всю психическую жизнь ребенка, в том числе и функционирование психических процессов. «Исследования показывают, что практически все пятиклассники считают себя способными к тому или иному учебному предмету, причем критерием такой оценки служит не реальная успешность, а субъективное отношение к нему» [40].

А. К. Маркова считает, что снижение в этот период положительного отношения у обучающихся к школе закономерно, т.к. «оно в значительной мере уже удовлетворено» [59]. Заметное снижение мотивации учебной

деятельности отмечается многими психологами, и создается впечатление, что школьные познавательные интересы полностью уступают свое место внеучебным.

Однако за общими закономерностями возраста могут скрываться и негативные факторы обучения, которые связаны с субъектными педагогическими недоработками. А. К. Маркова отмечает «подростки не всегда обнаруживают подлинные мотивы своего учения, более того, они склонны бравировать безразличием к школьным делам, маскируя этим самым весьма сложные внутренние переживания и отношения. Эти обстоятельства нередко заменяют подлинную картину мотивов учения» [59].

И. В. Дубровина же в свою очередь отмечает особенность детей младшего школьного возраста: «Возраст 10 и особенно 11-12 лет характеризуется как период разного возрастания познавательной активности и любознательности, сензитивности для возникновения познавательных интересов... В младшем подростковом возрасте наблюдается пик любознательности..., исследовательская активность в форме вопросов максимальна по объему, широте и глубине по сравнению с младшими школьниками и старшими подростками» [40].

Данные исследования подтверждает и Д. Б. Эльконин о том, что «переход от младшего школьного возраста к подростковому есть одновременно переход к иной, более высокой форме учебной деятельности и новому отношению к учению, приобретающему именно в этот период личностный смысл»[91].

Учитывая все вышесказанное, вопрос формирования психологической готовности к обучению в основной школе и ее структуре оказывается достаточно важным.

Недостаточность сформированности у обучающихся начальной школы психологической готовности к обучению в основной школе заключается в фиксации негативных механизмов приспособления ребенка

к школе, выражающихся в форме всевозможных нарушений деятельности и поведения. Результатом подобных нарушений является высокий уровень тревожности обучающихся, негативные изменения в личностном развитии, закрепление проблемных отношений, возникновение психогенных заболеваний и реакций, а также общее снижение обучаемости и работоспособности детей.

Поскольку особенно остро отсутствие сформированной психологической готовности к обучению проявляется в процессе учебной деятельности и наиболее заметным это становится при переходе в основную школу, то необходимость ее формирования становится особенно значима. При отсутствии психологической готовности к обучению ведущую роль играют нарушения регуляции поведения, низкий уровень самоконтроля, проявляющийся как в поведении и так и в учебной деятельности.

Анализ внутренних психических особенностей развития детей дает возможность сделать вывод, что наравне с объективными психическими и физическими изменениями младшего школьника, которые влияют на его успешность при переходе в основную школу (условно обозначим их как возрастные изменения), существуют негативные результаты взаимодействия взрослого и подростка в сфере социально-деятельностных отношений, препятствующие формированию его психологической готовности к деятельности (социально-деятельностные факторы).

К группе психо-возрастных факторов основываясь на многочисленных исследованиях (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, И. М. Вереникина, Г. В. Грибанова, А. К. Маркова, К. С. Лебединская, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых, Д. И. Фельштейн, Г. А. Цукерман и др.) можно отнести:

– обусловленное возрастными изменениями снижение общего интереса к учению и появление новых интересов вне учебной деятельности;

- изменение представлений ребенка о себе, с акцентированием внимания на качествах, сближающих его со взрослыми;
- изменение ценностных ориентаций в иерархии отношении ребенка к взрослому и сверстнику;
- нарастание негативных аффективно-коммуникативных реакций в поведении и общении.

Группа социально-деятельностных факторов обусловлена комплексом несоответствий во взаимодействии взрослого (родителей или учителей) и самого ребенка (Л. И. Божович, Н. В. Лебедева, А. К. Маркова, Т. Д. Молодцова, Г. Ф. Кумарина, Г. А. Цукерман и др.):

- дисбаланс механизмов учебной деятельности начальной и основной школы, который дети начинают ощущать при переходе в 5 класс (рассогласование учебных программных требований по отдельным предметам, различные контрольно-оценочные критерии в начальной и основной школе, резкие отличия в содержательно-динамической стороне учебной деятельности, в частности в преобладании в основной школе самостоятельных видов деятельности и т.п.);
- расширение круга педагогических требований предметно-оценочного характера в основной школе и различные стили педагогического взаимодействия;
- экстенсивный характер учебных нагрузок и их несоответствие индивидуально-возрастным особенностям детей;
- отсутствие в школе полноценной межпрофильной системы медико-психолого-педагогического сопровождения и помощи детям на разных ступенях их обучения и развития.

Потребность мер по профилактике вероятных проблем переходного возраста очевидна. Чтобы не исправлять возможные негативные последствия, необходимо целесообразно и целенаправленно подвести ребенка к новой ситуации его развития, взаимосвязанной с предстоящими

возрастными изменениями и изменениями учебно-социальными. Важным в этом плане становится младший школьный возраст.

Это значит, что существует возможность предотвратить многие негативные проявления при переходе детей в основную школу, если в стабильном периоде младшего школьного возраста сформировать у них психологический механизм, помогающий правильно принимать новую ситуацию деятельности и общения, которую ему предстоит прожить. Именно этим механизмом является психологическая готовность ребенка к обучению в основной школе. Таким образом, психологическую готовность к обучению в основной школе можно рассматривать как показатель определенных норм возрастного развития.

### 1.3 Структура психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе

Особенность формирования психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе состоит в том, что уровень и качество ее сформированности показывает степень соответствия возрастной норме, поскольку определяет факт наличия у ребенка совокупности возрастных новообразований. Соответственно проблема формирования психологической готовности к обучению в основной школе не является узкой проблемой формирования одного из психических новообразований.

Именно поэтому одним из главных становится вопрос о структуре психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе. Ряд исследований в педагогической психологии посвящено этой проблеме, или отдельным ее аспектам. Н. В. Лебедева в своих исследованиях, проанализировав структуру «психологической готовности младших школьников к обучению на II ступени» [54], выделила две основных составляющие: «внутреннюю ориентированность школьника в

специфике переходного периода и направленность на продолжение учебы». [54] Оба эти показателя характеризуют личностную готовность обучающегося к жизни и деятельности в новых условиях. Определяя ее как главную составляющую психологической готовности, автор рассматривает структуру личностной готовности, включая в нее следующие показатели:

- направленность содержания и специфики перспективной учебной деятельности и общения при переходе в основную школу: индивидуальные ожидания от предстоящей деятельности и общения, самооценка результатов учебной деятельности и уровня готовности к переходу в основную школу, степень направленности на успех в предстоящей деятельности и принятие стороны значимых окружающих, желаемая оценка результатов предстоящей деятельности от значимых окружающих и ее соотнесение с самооценкой;

- мотивационная целеустремленность (направленность на дальнейшее обучение).

Также Н. В. Лебедева выделяет еще две подструктуры психологической готовности: операционная готовность, показателем которой являются необходимые знания, умения, навыки, определяемые школьной программой. А также интеллектуальная готовность, которая характеризует «умственное развитие ученика и способствует овладению любой другой деятельностью» [54].

Т. И. Юферева среди показателей психологической готовности к обучению в основной школе выделила сформированность основных составляющих учебной деятельности, успешное освоение программного материала, новообразования младшего школьного возраста (рефлексия, мышление в понятиях), «иной более взрослый» тип взаимоотношений с учителями и сверстниками.

Так же Т. И. Юферева считает, что при изучении готовности обучающихся к следующему этапу обучения необходимо обратить

внимание на качество переживаний обучающихся вследствие полученных учебных достижений, на их суть, и на их адекватность. Таким образом, автор подчеркивает значимость рефлексивной оценки ребенком своей учебно-познавательной деятельности.

И. В. Дубровина исследуя интеллектуально-личностные изменения школьников на различных возрастных этапах, обращает внимание на то, что особое влияние на процесс протекания обучения ребенка в основной школе оказывает сформированность основных структурных показателей этой деятельности к концу обучения в начальной школе. На это же обращает внимание Д. Б. Эльконин: характер и степень овладения детьми учебной деятельностью является базисом для определения уровня и качества психологической готовности школьника к дальнейшему обучению.

М. Р. Битянова характеризует готовность ребенка к обучению в основной школе с позиции соотнесения необходимых возрастных новообразований и системы педагогических требований, предъявляемых к пятиклассникам. Она рассматривает этот период по аналогии с периодом поступления ребенка в школу. «Различие состоит в выборе конкретных параметров статуса, по которым осуществляется оценка уровня и особенностей готовности. Если при приеме в школу это в основном когнитивные и мотивационные параметры, то при переходе в среднее звено важную роль начинают играть характеристики общения, отношения к значимой деятельности» [8]. Так же автор подчеркивает, что познавательная деятельность по-прежнему является ведущей, т.к. наиболее серьезные требования предъявляются к уровню развития умственных действий и речи (логические операции с понятиями и изучаемыми явлениями, систематизация и перенос учебных знаний и навыков, понимание смысла изучаемых понятий, развитая устная речь, использование доказательств при изложении знаний и т.д.).

Рассматривая мотивационную сферу, М. Р. Битянова отмечает значимость становления в период обучения в начальной школе нового мотива – мотива самообразования, который представлен пока в более простой форме (интерес к дополнительным источникам знаний), а также появляется новый уровень отношения к учению: понимание смысла учения «для себя».

Большинство авторов, рассматривая возраст 9-12 лет в контексте учебной деятельности, отмечают специфические изменения интеллектуально-личностного развития детей, связанные с формированием рефлексии. По мнению Д. Б. Эльконина «ориентировка на себя как на основное условие решения задачи» подтверждает изменение типа субъектности: переход от ориентировки на условия задачи к ориентировке на субъекта действий. [92]. Возникновение и проявление у ребенка более сложных характеристик субъектности к предпубертативному возрасту свидетельствуют о нормальном процессе его взросления. Именно качество субъектности позволяет ребенку изменить свою позицию на новом этапе обучения, превращаясь из ведомого ученика в соведущего учебной деятельности.

В концепции данного исследования основным можно назвать вопрос о развитии субъектности ребенка в процессе учебной деятельности.

По мнению Л. Б. Слугиной в младшем школьном возрасте у детей идет активное становление параметров субъектности, яркость, пик, проявления которых происходит в 10 лет 7 месяцев.

Г. А. Цукерман подчеркивает, что становление ученика как субъекта учебной деятельности не является стихийным процессом: «...мы не имеем права уповать на то, что сев за парту, ребенок автоматически окажется субъектом учебной деятельности, просто потому, что он уже был субъектом игры, орудийных событий, эмоционального общения» [88]. Целесообразно формирование «учебной инициативы школьника, по которой можно судить о проявлении субъекта учебной деятельности, еще

очень неумелого, мало знающего, но уже умеющего учиться у взрослого, а не просто предоставляющего взрослому право себя учить» [88].

Следовательно, целенаправленная мотивационная активность обучающегося, его инициативность, направленная на присвоение учебной деятельности представляет собой суть субъектности школьника.

Соответственно в исследованиях направленных на изучение этапа перехода ребенка из начальной в основную школу и развития его психики в этот период, учеными выделяется комплекс ведущих психических свойств, характеризующих готовность ребенка к этому переходу. К ним относятся такие показатели как:

- субъектности ребенка, проявляющаяся в учебной деятельности и социально-личностных отношениях (К. Н. Поливанова, Л. Б. Слугина, Г. А. Цукерман);

- новый уровень развития учебной мотивации, в частности мотивационных ожиданий (М. Р. Битянова, И. В. Дубровина, О. В. Курышова, А. К. Маркова, К. Н. Поливанова);

- способность к вербально-логическим умозаключениям (Л. И. Божович, Л. С. Выготский, З. И. Калмыкова, Н. Ф. Талызина, Ж. Пиаже, Л. И. Теплова, Д. И. Фельштейн, С. Д. Якиманская);

- способность к осмыслению и постановке учебной задачи (В. В. Давыдов, Д. Б. Эльконин, В. В. Гагай, Н. П. Тарасова, Л. А. Регуш, И. Ю. Флотская);

- потребность и стремление к сотрудничеству в процессе учебной деятельности (Н. П. Ивлева, А. К. Маркова, Е. В. Славутская, Г. А. Цукерман).

Эти показатели характеризуют норму возрастного развития на границе младшего школьного и подросткового возраста, и их формирование напрямую связано с процессом учебной деятельности.

Соответственно структура психологической готовности к обучению в основной школе содержит образующий целостную систему составляющих субъектной деятельности ребенка, представленной как блок актуальных для личности желаний «присвоения» деятельности, в том числе и учебной (субъектная часть готовности), а также реальные показатели психического развития ребенка, характеризующие его фактические возможности к переходу на новый уровень учебной деятельности (объективные показатели зоны актуального и ближайшего развития высших психических функций).

Используя психодиагностический подход в определении взаимосвязанных показателей психологической готовности к обучению в начальной школе, мы полагаем, что психологическая готовность к обучению в основной школе представляет следующую совокупность составляющих: мотивационная, направляющая, интеллектуальная, контролирующая, социальная.

Все названные составляющие психологической готовности имеют определенные показатели, определяющие степень их сформированности (уровень развития).

Одним из важнейших в этой структуре является **мотивация или мотивационная составляющая**, содержанием которой является специфика отношения ребенка к учебной деятельности. Но по сравнению с обучением в начальной школе характер этого отношения меняется, усложняется. У ребенка возникают новые ожидания (новые потребности). Именно поэтому важны такие показатели как:

- эмоциональность: отношение ребенка к реально выполняемой учебной деятельности;
- активность: стремление к самостоятельному познавательному поиску;

– психическое напряжение: заинтересованность, включение в работу, в учебный процесс.

Эти показатели помогают увидеть особенности детских отношений и переживаний по поводу учебной деятельности и дают возможность выявить нереализованные мотивационно-потребностные ожидания ребенка, связанные с ней.

**Направляющая составляющая** психологической готовности содержит деятельностные характеристики, свидетельствующие о выходе ребенка на уровень рефлексивных действий при решении учебных задач. Этими характеристиками являются:

- самостоятельность мышления: способность ребенка к целеполаганию (постановке и осмыслению учебной задачи);
- планирование предстоящей деятельности;
- возможность находить нестандартные решения поставленной задачи.

На становление этих важнейших интеллектуально-личностных свойств к концу младшего школьного возраста указывают многие исследователи (Л. И. Божович, А. С. Байрамов, В. В. Гагай, Н. П. Тарасова, И. Ю. Флотская и др.), отмечая, что возникновение в начальной школе целеполагания и планирования, как учебных действий, говорит о более высоком уровне освоения учебной деятельности и подтверждает осознанное отношение к ней.

Важным является и то, что рассматриваемые действия являются характеристиками внутреннего плана действия ребенка – одного из важнейших психических новообразований младшего школьного возраста (П. Я. Гальперин, Н. Ф. Талызина, Н. П. Тарасова и др.).

**Контролирующая составляющая** психологической готовности представлен теми учебными действиями, которые по выражению Д. Б. Эльконина, «характеризуют всю учебную деятельность как управляемый

самим ребенком произвольный процесс» [35]. Это действия контроля и оценки. Как подчеркивал В. В. Давыдов, если умение контролировать выполнение задания свидетельствует об осознанном процессе выполнения учебной задачи, то оценка «сообщает» решена она или нет [35].

Формирование рефлексии и качество произвольных действий зависит от уровня интериоризации учебных действий. В начальной школе ребенок осваивает итоговый самоконтроль, пошаговый самоконтроль, элементы планирующего самоконтроля. Оценка выполненного действия становится финалом усвоения учебных действий. От согласованности выполнения учебных действий зависит формирование рефлексии, поэтому на первый план выходят показатели контролирующей составляющей психологической готовности к следующему этапу обучения: операции самоконтроля и самооценки и уровень овладения ими.

**Социальная составляющая** психологической готовности на этапе перехода от младшего школьного к предпододростковому возрасту становится особо значимым и взаимосвязан с постоянной развивающейся социальной ситуацией, потребностями и ценностными ориентациями ребенка. Приобретаемый им опыт взаимодействия с учителями и сверстниками в процессе учебной деятельности предлагает ему новые возможности общения в более широком школьном социуме при переходе в основную школу. Расширяются его социальные контакты. Учебная деятельность приобретает коллективный характер и предъявляет к ребенку новые требования: соответствовать определенным социальным изменениям, отрицание которых или неготовность к ним может повлиять на весь процесс обучения в новых условиях.

Таким образом, ключевыми показателями социальной составляющей готовности к новому этапу и новым условиям обучения должны выступать: развитие у ребенка навыков учебно-социального взаимодействия (независимость, самостоятельность); степень значимости

для обучающегося школьного социума в системе его ценностей, принятие (непринятие) им норм и правил этого социума.

**Интеллектуальная составляющая** психологической готовности. К началу подросткового возраста из всех познавательных психических процессов мышление выдвигается в центр сознательной деятельности ребенка и становится определяющим в системе других функций, которые по выражению Л. С. Выготского, под его влиянием «интеллектуализируются» и приобретают произвольный характер, «главное изменение в самом мышлении переходного возраста – это переход от конкретного мышления к мышлению в понятиях, образованию понятий и оперирование ими» [28]. Очевидно, что в этом возрасте созревают и формируются интеллектуальные функции образующие основу процесса образования понятий

Не отрицая значимости других познавательных процессов (восприятия, памяти, воображения), большинство ученых исходят из понимания доминирующей роли мышления и речи в период перехода к подростковому возрасту. Характеризуя этот этап развития, Г. А. Цукерман отмечает, что уровень интеллектуального развития, достигаемый 10-12-летними школьниками, дает им неопределимые преимущества перед более младшими школьниками. Новый уровень обобщения может служить тем интерпсихическим пространством, в котором начинают разворачиваться новые подростковые процессы развития.

Таким образом, учитывая сензитивность младшего школьного возраста к формированию основных параметров словесно-логического мышления, мы полагаем, что главными показателями интеллектуального аспекта психологической готовности к обучению в основной школе являются:

– общие интеллектуальные навыки: произвольность мышления, полноценный навык чтения, определенный уровень общей

осведомленности (интересы, выходящие за рамки учебной деятельности), способность с рефлексии;

– интеллектуальные операции: понятийное мышление, структурно-динамическое мышление, логическая оперативная память.

#### Вывод по I главе

В данной главе был проведен теоретический анализ сущности понятия готовность к школьному обучению, как основа психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

Таким образом, понятие готовность к обучению в школе – это необходимый и достаточный уровень развития ребенка для освоения школьной учебной программы в условиях обучения в коллективе сверстников. При этом необходимый и достаточный уровень развития ребенка должен быть таким, что бы программа соответствовала зоне его ближайшего развития.

Изучили особенности развития детей в период перехода от младшего школьного возраста к подростковому возрасту и пришли к выводу, что психологическую готовность к обучению в основной школе можно рассматривать как показатель определенных норм возрастного развития.

На основании изученного понятия готовность к обучению в школе, и учитывая возрастные особенности детей, мы выделили основные составляющие психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе: мотивационная, направляющая, интеллектуальная, контролирующая, социальная.

## ГЛАВА II. МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ

### 2.1 Модель психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе

В современном научном мире моделирование является актуальным методом научного исследования, широко применяемым в психолого-педагогических изысканиях. Моделирование, как метод, позволяет объединить эмпирические и теоретические данные в исследовании.

Понятие «модель» непосредственно входит в основу термина «моделирование».

«Модель – это искусственно созданный объект в виде схемы, физических конструкций, знаковых форм или формул, который будучи подобен исследуемому объекту или явлению, отображает или воспроизводит в более простом и огрубленном виде структуру, свойства, взаимосвязи и отношения между элементами этого объекта» [81].

Сложно предположить, что современно общество в своем развитии (научном, образовательном, технологическом, художественном), будет обходиться без моделей окружающего мира. Моделирование идеальных объектов непрерывный процесс также как и развитие науки. Большой опыт по построению моделей был накоплен человечеством еще в XXI веке.

По мнению Е. В. Яковлева и Н. О. Яковлевой «настоящее время предпочтение отдают двум подходам в разработке моделей: формально-аксиоматический (дедуктивный) и содержательно-логический (индуктивный). При формально-аксиоматическом подходе основу моделирования составляет набор аксиом, из которых формальным путем по определенным правилам вывода получаются все допустимые в данной системе математические конструкции. При содержательно-логическом

подходе модель разрабатывается как идеализированный образ уже имеющейся содержательной системы»[93].

Следовательно, при формально-аксиоматическом подходе мы имеем одну формальную систему, в которой допускается множество интерпретаций, при использовании содержательно-логического подхода один содержательный объект может быть представлен многими моделями.

Условно модели делятся на три вида:

- физические (имеющие природу, сходную с оригиналом);
- вещественно-математические (их физическая природа отличается от прототипа, но возможно математическое описание поведения оригинала);
- логико-семиотические (конструируются из специальных знаков, символов и структурных схем).

При создании модели невозможно соблюдать жесткие между их видами. Психолого-педагогические модели, как правило, создаются на основе второй и третьей группы из перечисленных видов.

Ниже мы рассмотрим понятие «моделирование».

Моделирование – это процесс создания, исследования и использования модели.

Используя научный подход, мы понимаем моделирование как воспроизведение характеристик некоторого объекта на другом объекте, специально созданном для его изучения, который называется при этом моделью.

При создании моделей используют средства самого сознания и средства окружающего мира, таким образом, модель может быть абстрактной (идеальной) или предметной (реальной, вещественной).

Абстрактная модель – это идеальная конструкция, построенная средствами мышления, сознания.– это языковая конструкция, она формируется и передается другим людям языковыми средствами разных

уровней специализации. Абстрактная модель создается применением естественного языка или профессионального языка.

Таким образом, моделированием будем считать воспроизведение характеристик существующей системы в специально созданном объекте, который называется моделью. Таким образом, мы будем считать некоторый объект моделью другого объекта, который будет выступать оригиналом. Модель должна соответствовать следующим условиям:

1. Быть системой.
2. Находиться в некотором отношении сходства с оригиналом.
3. В определенных параметрах отличаться от оригинала.
4. В процессе исследования замещать оригинал в определенных отношениях.
5. Обеспечивать возможность получения нового знания об оригинале в результате исследования.

Создавая идеальный образ психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе, возьмем за основу пять составляющих развития младшего школьника: мотивационную, социальную, контролирующую, направляющую и интеллектуальную.

Основой нашего понятия является термин готовность, который ранее мы определили как согласие к деятельности, которое гарантирует возможность индивиду проявлять активность. Согласие и активность в свою очередь входят в понятие «мотивация». Рассматривая это понятие можно дать несколько вариантов его определения:

- побуждение к действию;
- психофизиологический процесс, управляющий поведением человека, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость;
- совокупность побуждающих факторов, определяющих активность человека.

Таким образом, мотивационная составляющая будет включать в себя следующие факторы:

– активность, как проявление познавательной активности – «качества учебной деятельности учащегося, которое проявляется в его отношении к содержанию и процессу обучения, в стремлении к эффективному овладению знаниями и умениями, в мобилизации нравственно-волевых усилий на достижение целей, умении получать эстетическое наслаждение, если цели достигнуты»;

– эмоциональность является важным побудителем поведения человека, эмоциональная установка обладает рядом мотивационных характеристик – она существует на бессознательном уровне в форме психического напряжения, обладая определенной энергией;

– заинтересованность, учебная деятельность оказывается только тогда успешной, когда обучающиеся понимают ее значение, проявляют к этой деятельности интерес.

В свою очередь можно отметить, что мотивация является основой готовности к любой деятельности, в том числе, и к готовности младших школьников к обучению в основной школе и влияет на все процессы в жизни ребенка.

При сформированной готовности к обучению в основной школе мотивированный ученик положительно настроен на процесс обучения, у него есть желание, силы, для эффективного овладения знаниями и умениями, от достижения результата он испытывает радость и чувство удовлетворения, понимает необходимость обучения и испытывает интерес.

Обучаясь в начальной школе, ребенок получает новый социальный статус – ученик. При переходе в основную школу социальный статус школьника значительно расширяется. У ребенка возникают новые потребности и возможности: круг общения со сверстниками значительно расширяется, ему приходится контактировать с более старшими

учениками, расширяется круг общения с взрослыми (учителями – предметниками).

Насколько ребенок готов к таким переменам, зависит его не только социальная успешность, но и его успехи в обучении.

Социализации в период перехода в основную школу включает в себя следующие факторы:

- оптимальный уровень тревожности, низкий или высокий уровень тревожности говорит о школьной дезадаптации ребенка;

- самостоятельность и независимость, как навык учебно-социального взаимодействия, который включает два аспекта: «механическое» накопление опыта и усвоение определенных социальных умений; развитие социальной мотивации;

- активность в общении подразумевает развитие межличностных отношений;

- потребность в общении для совместного решения проблем (например, достижения общей цели в повседневной жизни, в игре, учебной деятельности).

В процессе коллективной деятельности обучающиеся приобретают навыки общения, учатся работать, делить успех и ответственность с другими, узнают друг о друге много нового. Таким образом, идут два важных процесса одновременно – формирование и сплочение классного коллектива, и формирование личности школьника, развитие тех или иных качеств личности.

Подросток еще остается школьником, учебная деятельность не менее актуальна, но в психологическом отношении отходит на второй план. У подростка проявляется настойчивое стремление к самоутверждению в мире взрослых, несмотря на то, что он все еще ребенок.

Таким образом, для успешной реализации себя в учебной деятельности и общении младший школьник при переходе в основную школу должен уметь адаптироваться в новых условиях, активно проявлять желание общаться, испытывать потребность в общении, при этом быть самостоятельным и независимым, для успешного освоения навыка учебно-социального взаимодействия.

Рассмотрев факторы социализации, мы прослеживаем непосредственную связь с факторами мотивации.

Все описанные выше факторы не могут существовать и развиваться без наличия контролирующая составляющая психологической готовности младшего школьника к обучению в основной школе.

В общей структуре учебной деятельности значительное место отводится действиям контроля (самоконтроля) и оценки (самооценка). Это обуславливается тем, что всякое другое учебное действие становится произвольным, регулируемым только при наличии контролирования и оценивания в структуре деятельности

Контролирующая составляющая включает в себя следующие факторы:

– волевой самоконтроль – это совокупность черт, которые позволяют человеку управлять своим поведением; волевые качества необходимы человеку, чтобы сознательно преодолевать трудности и препятствия, которые возникают в повседневной жизни; разнообразные волевые процессы, требующие от младших школьников преодоление трудностей, выступают как бы «строительным материалом» из которого формируются волевые качества и свойства личности;

– самокритичность – это взгляд на себя через призму принципов, ценностей, убеждений; при адекватной самокритичности ребенок понимает, какие из его действий оказались менее эффективными,

получаете мотивацию, готов ставить новые цели, разрабатывать план по их достижению;

– скорость переработки информации – это время, которое длится с момента получения информации до момента её осознания и ответной реакции, с одной стороны это можно рассматривать как врожденную особенность темперамента, с другой стороны как способность концентрироваться на достижении цели и удерживать внимание на определенном рабочем уровне;

– внимание – это направленная избирательность восприятия, благодаря которой ребенок может изучать окружающий мир, это умение сосредотачиваться на том, что в данный момент необходимо и требует таких качеств как умение концентрироваться, сила воли, самодисциплина, усидчивость.

Мы видим, что все факторы контролирующей составляющей тесно связаны между собой, они дополняют друг друга, а так же влияют на развитие друг друга. И в то же время контролирующая составляющая тесно связана с двумя предыдущими. Самостоятельность, независимость, активность невозможны без развитого волевого самоконтроля и самокритичности и внимательности.

Направляющая составляющая психологической готовности основывается на деятельностных характеристиках, свидетельствующих о выходе ребенка на уровень рефлексивных действий при решении учебных задач. Этими характеристиками являются:

– самостоятельность мышления – умение самому увидеть проблему, сформулировать ее, выработать способ ее разрешения, реализовать его, оценить степень успешности полученного результата и сделать своевременные выводы в рамках учебной деятельности и в соответствии с возрастными задачами;

– планирование деятельности подразумевает выполнение следующих этапов: постановка целей и задач, составление программы действий;

– нестандартное мышление – способность находить новые подходы и необычные решения, решать задачи и использовать идеи, которые невозможно получить, следуя обычной логике.

Мы видим, что отслеживается непосредственная взаимосвязь с ранее рассмотренными составляющими психологической готовности к обучению в основной школе.

И фундаментом всего становится интеллектуальная составляющая, который включает в себя общие интеллектуальные навыки и интеллектуальные операции.

Рассмотрим более детально общие интеллектуальные навыки, которые должны сформироваться у обучающихся к моменту перехода в основную школу.

1. Навык чтения. Как известно, чтение выступает неисчерпаемым источником обогащения знаниями, универсальным способом развития речевых и познавательных способностей ребенка, его творческих сил, мощным средством воспитания нравственных качеств и развития эстетических чувств.

Полноценный навык чтения – это база для дальнейшего обучения всем другим школьным предметам, основной источник получения информации и даже способ общения. Успешное овладение навыком чтения – один из показателей общего развития познавательной деятельности ребёнка, так же как трудности в процессе обучения чтению говорят об отдельных проблемах развития того или иного психического процесса (внимания, памяти, мышления, речи).

2. Общая осведомленность – общий показатель, отражающий информированность человека по общим вопросам быта, культуры, науки и

технологий, общественно-политической ситуации. Это те знания, которые выходят за рамки школьной программы

Ограниченный уровень общей осведомленности может стать причиной специфических проблем в обучении. Особенно это становится заметно в основной школе, когда узость кругозора ребенка мешает ему полноценно усваивать материал урока.

Уровень общей осведомленности может быть напрямую связан с навыком чтения, когда ребенок, читая, понимает текст, запоминает его и усваивает информацию.

Общая осведомленность может напрямую влиять на интересы ребенка, его мотивацию в постижении знаний, а также на возможность проявления активности в общении.

3. Произвольность мышления можно определить, как умение произвольно пользоваться имеющимися интеллектуальными операциями. В процессе обучения должна проходить интериоризация, и ребенок должен «присваивать» себе полученные интеллектуальные навыки.

Данный навык напрямую влияет на развитие интеллектуальных операций, на развитие направляющей и контролирующей составляющих.

К моменту перехода в основную школу младший школьник должен полностью овладеть необходимыми интеллектуальными навыками в соответствии с требованиями и возрастными особенностями (чтение, письмо, алгоритмы известных ему действий, применение формул, принятие решений, постановка целей и т.д.).

4. Рефлексия. Рефлексия (лат. reflexio – отражение), согласно справочной литературе – это способность органа психики отражать окружающую действительность и самого себя [81]; это источник внутреннего опыта, средство самопознания и необходимый инструмент мышления; это готовность и способность человека к самооценке, самопознанию, анализу своих действий, мотивов, поступков, настроения, к сопоставлению их с действиями и поступками других людей.

Суть рефлексии младших школьников заключается в осознании того, что было сделано, в возможности задуматься над повышением качества работы. В отношении учебной деятельности рефлексия понимается как анализ собственного процесса учения. Учеными установлено, что на этапе начального обучения младший школьник должен овладеть такими рефлексивными умениями учебной деятельности как самоконтроль (самоанализ и самокоррекция) и самооценка.

Становление рефлексии непосредственно связано с такими составляющими психологической готовности как мотивационная, социальная, контролирующая и направляющая

Таким образом, мы видим, что общие интеллектуальные навыки непосредственно связаны между собой, а также с другими составляющими психологической готовности младшего школьника к обучению в основной школе.

Рассмотрим более детально интеллектуальные операции, которые должны сформироваться у обучающихся к моменту перехода в основную школу.

1. Понятийное мышление можно определить через три важных момента:

- умение выделять суть явления, объекта;
- умение видеть причину и прогнозировать последствия;
- умение систематизировать информацию и строить целостную картину ситуации.

Понятийным можно назвать такое мышление, при котором структурирование воспринимаемой информации осуществляется с использованием объективных категориальных обобщений. Категоризация – это частный вид классификации, требующий выделения основных, внутренних, сущностных характеристик предмета или явления для отнесения его к определенному виду в рамках определенного рода, в

отличие от любого объединения объектов по какому-либо произвольному признаку. При понятийном мышлении осмысление информации происходит посредством включения новых представлений в объективные классификационные группы, основаниями которых являются внутренние сущностные характеристики предметов и явлений. Включение объекта в группу происходит посредством установления родо-видовых, причинно-следственных и т. д. закономерных связей. Понятийное мышление, таким образом, является субъективной формой отражения объективно существующих природных закономерностей.

Онтогенетически, как показал Л. С. Выготский, понятийное мышление можно сформировать, вводя ребенка в сложившуюся систему научных знаний.

В структуре понятийного мышления можно выделить три основные операции:

- понятийное интуитивное мышление - умение находить важный признак и классифицировать на основании этого признака;
- понятийное логическое мышление – способность устанавливать логические отношения, и повторять их на аналогичном материале;
- понятийная категоризация (обобщение) – оценка способности выносить суждение, в задании необходимо обозначить два слова общим понятием;

Понятийное мышление приобретает только в ходе изучения наук, поскольку сами науки построены по понятийному принципу.

При развитии понятийного мышления у обучающихся появляется возможность логических объяснений своим действиям, переходить с одной точки зрения на другую, развивается способность объединять предметы в классы.

За время обучения в начальной школе какие-то элементы понятийного мышления формируются всегда, но чаще только именно элементы. Чем слабее оно развито, тем ограниченнее оказываются возможности обучения в целом.

Негативные последствия неполноценности понятийного мышления проявляются в том, что:

- сохраняется неосознанность собственных интеллектуальных операций, не формируется произвольность мышления. Ребенок, зная правила и формулы, не умеет их использовать для решения задач, не видит область их применения, затрудняется в переносе интеллектуальных навыков в аналогичные ситуации, а тем более в частично трансформированные, не может преобразовать используемые им алгоритмы, а также объяснить или доказать правильность выбранного способа действий и полученного результата;

- знания несистематичны, не связаны с практической деятельностью, пониманием текущих событий, решением жизненных или учебных задач;

- общая успеваемость нестабильна. Нарастают трудности в усвоении естественных наук (особенно биологии и физики) и второго иностранного языка;

- продвижение в физико-математических науках оказывается весьма ограниченным.

С 5 класса школы начинает доминировать вербальная подача информации: лекционное изложение материала на уроках, тексты в учебниках и пособиях, которые ученик должен прорабатывать самостоятельно. В учебниках по объективным причинам резко сокращается количество различных рисунков и иллюстраций: невозможно изображать в картинках отвлеченные научные понятия. Поэтому для

успешного обучения в основной школе понятийное мышление должно быть обязательно выражено в речевой форме.

## 2. Структурно-динамическое мышление

В процессе обучения в основной школе понятийное мышление должно быть преобразовано из понимающего в исследовательское. Такое преобразование оказывается возможным, если у ребенка сформировано структурно-динамическое мышление, которое лежит в основе ряда частных интеллектуальных навыков, необходимых при обучении в старших классах. При его наличии развивается способность видеть закономерности, свойственные информации, представленной в табличном виде, а также преобразовывать различные описания или численные данные в таблицы в целях систематизации, лучшего понимания и запоминания. При развитом структурно-динамическом мышлении подросток легко осваивает принцип графического выражения функциональных зависимостей с использованием координатных осей, который применяется в математическом анализе и математической физике.

3. Абстрактное мышление – это особый вид познавательной активности, когда человек начинает рассуждать в общих чертах, отходя от конкретики. Здесь картина чего-либо рассматривается целиком, а точность и детали не затрагиваются. Это в свою очередь позволяет отойти от догм и правил, расширить границы и посмотреть на ситуацию с разных ракурсов, найти неординарные способы решения какой-либо проблемы.

Это качественно новый, более высокий, в сравнении с понятийным, уровень развития мышления. Его неразвитость не позволяет освоить физико-математические науки и развить лингвистические способности, но больше никаких ограничений на интеллектуальные занятия не накладывает. Для получения высшего образования по абсолютному большинству профессий развитого абстрактного мышления не требуется.

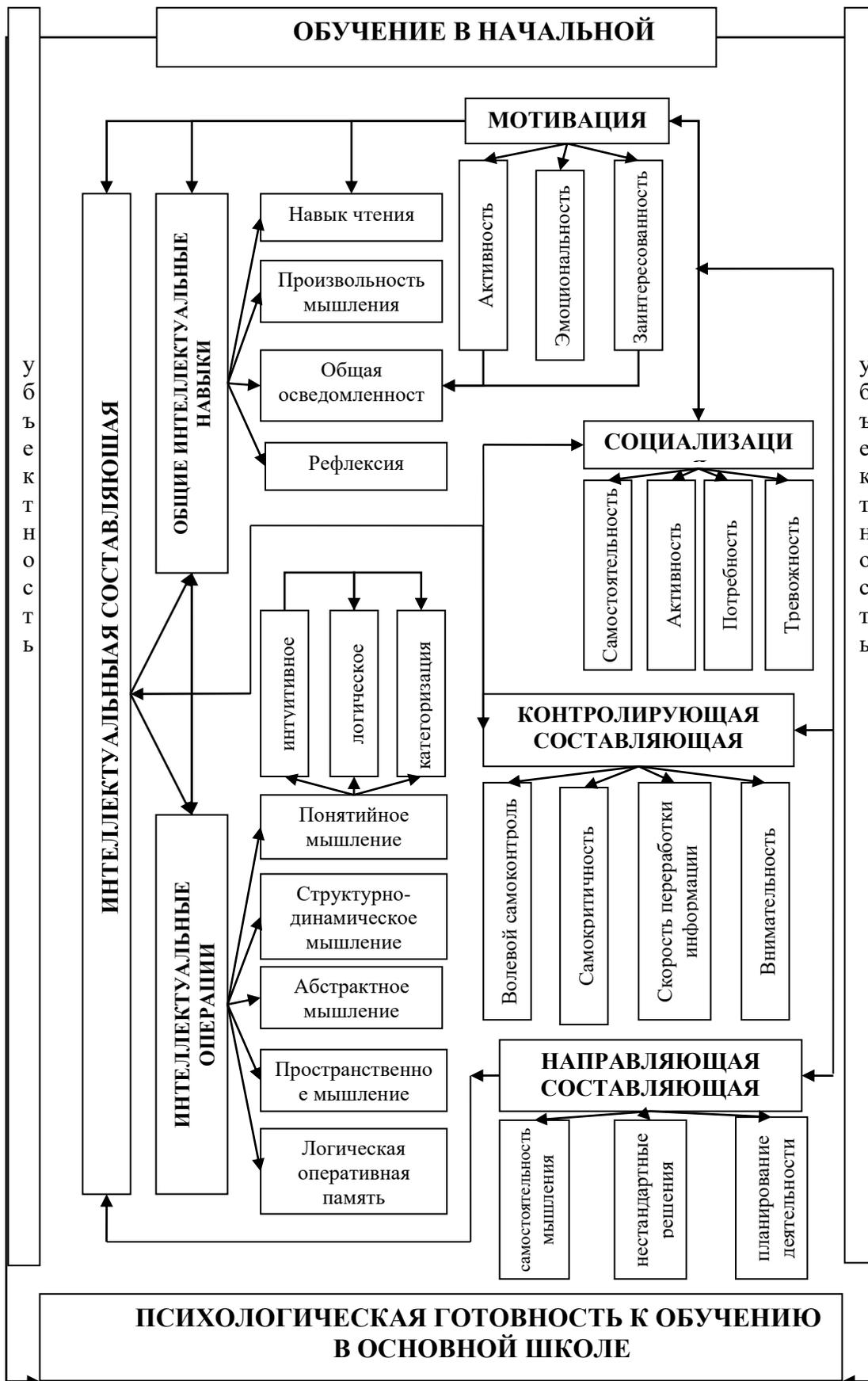


Рисунок 1 – Модель психологической готовности к обучению в основной школе

Однако этот тип мышления позволяет перевести функционирование интеллекта в целом на качественно более высокий уровень. В несколько раз возрастает скорость и точность переработки информации, проникновения в ее суть, поскольку изменяется сам принцип ее восприятия. Благодаря абстрактному мышлению человек видит некорректность построений, логические неточности и ошибки еще в процессе освоения новых для него областей научной или практической деятельности, которые порой незаметны даже специалистам.

Абстрактное мышление значительно расширяет возможности человека в целом. Он может владеть несколькими профессиями, быстро осваивать новые виды деятельности, работать на стыке наук, продуктивно взаимодействовать со специалистами различных профилей.

2. Пространственное мышление – вид умственной деятельности, обеспечивающий создание пространственных образов, мышление в терминах изображений и оперирование ними в процессе решения практических и творческих задач.

Для успешного обучения физике, геометрии, тригонометрии, черчению детям требуются специфичные интеллектуальные навыки, зависящие от развития пространственного мышления. Пространственное мышление позволяет сравнивать, идентифицировать объекты вне зависимости от угла зрения, под которым они рассматриваются, производить мысленные перемещения, комбинирования, замещения, слияния и расчленения, позволяет создавать искусственные объекты с требуемыми внутренними и внешними свойствами.

3. Логическая оперативная память.

К старшим классам увеличивается количество изучаемых предметов и соответственно объем информации, которую необходимо удерживать в памяти. Если у учащихся не происходит качественных изменений процесса запоминания, то они оказываются не в состоянии справиться с возросшими нагрузками. Качественно повысить эффективность

запоминания возможно, если память в своем функционировании связывается с мышлением. В этом случае запоминание предваряется анализом, в процессе которого происходит структурирование, схематизация информации, в результате чего нагрузки на память резко сокращаются. Запоминать приходится логическую схему. Осмысленная, структурированная информация не теряется, не разрушается, а легко извлекается из памяти. В формировании логической памяти главное – становление операции обобщения, которая позволяет «свертывать» информацию при запоминании и «развертывать» ее при воспроизведении.

Логическая память может не сформироваться, если слабо развито понятийное речевое мышление. Часто наличие сильной примитивной памяти становится препятствием ее преобразования в логическую. Когда ребенок может легко все запоминать, потребность в логической обработке информации у него не возникает.

Таким образом, мы выяснили взаимосвязь всех составляющих психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе. Каждый из них фактически не может существовать отдельно и в своем развитии непосредственно влияет на все остальные. При своевременном и гармоничном формировании всех составляющих младший школьник приобретает качество субъектности, т.е. он занимает активную позицию на уроке, выступая в роли ученика который добровольно и с удовольствием постигает знания, имея для этого все предпосылки, проявляя в зависимости от ситуации инициативность и активность познания, самостоятельность, ответственность, самокритичность.

## 2.2 Организация и проведение констатирующего эксперимента

Не все обучающиеся психологически готовы к тем трудностям, с которыми они могут столкнуться в основной школе. Некоторые обучающиеся не соответствуют предъявляемым к ним требованиям, т.к. требования основной школы значительно отличаются от привычных для детей требований начальной школы и по уровню являются более высокими. Такая ситуация может спровоцировать или же усугубить уже имеющееся негативное отношение ребенка к обучению и к школе в целом. При переходе в 5 класс ребенок переживает определенный кризис, когда он попадает в ситуацию неопределенности разных жизненных сторон, вследствие чего возникают психологические проблемы не только у детей, но и у их родителей и у учителей. Все это прямо или косвенно влияет на результаты обучения и воспитания, а также на здоровье детей (психическое, соматическое, эмоциональное)

Все это усугубляется проблемой подросткового кризиса, который совпадает с переходом ребенка в основную школу. Опасность данного периода еще и в том, что обостряются уже имеющиеся скрытые проблемы, которые до этого момента были незаметны родителям и учителям. Однако Г. А. Цукерман считает, что наслоения данных проблем можно избежать, если сам этот переход не будет сопровождаться резким разрывом между предыдущим и последующим образом жизни учащихся[89].

Важным условием гармонизации данного процесса является формирование психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе. Это можно рассматривать как субъективный фактор, содействующий профилактике и сглаживанию проблем переходного возраста и адаптационных трудностей.

Успешность и результативность в пятом классе имеет для ребенка фундаментальное значение, т.к. именно в это время формируется отношение к себе, к учению, к социуму. Именно в это время закладываются основы личностного развития, несмотря на то, что этот

период совпадает с ухудшением успеваемости школьников и снижением психической активности.

**Цель констатирующего эксперимента:** выявить уровень психологической готовности к обучению в основной школе обучающихся пятых классов начале учебного года, на основе анализа определить существует ли необходимость внедрения модели психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи:**

1. Подобрать методики, которые позволят провести исследования в рамках разработанной модели психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

2. Провести констатирующий эксперимент и анализ его результатов.

Исследовательская работа проводилась на базе МБОУ «СОШ № 2» г. Коркино. В исследовании принимали обучающиеся 5 классов. В процессе работы было обследовано 152 человека. Время проведения эксперимента сентябрь 2019 года.

При обследовании обучающихся 5 классов в начале учебного года, мы исследуем уровень психологической готовности к обучению в основной школе и сможем сделать вывод о необходимости внедрении в начальной школе модели психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

Для проведения констатирующего эксперимента была использована методика «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах» Л. А. Ясюковой. Данная методика является комплексной и дает возможность выявить и оценить возможные затруднения обучения и психики ребенка и выявить их причины. На основании полученных результатов мы имеем возможность запланировать необходимые мероприятия по формированию

готовности к обучению младшего школьника, на этапе его перехода в основную школу.

Из включенных в состав диагностического комплекса методик мы будем использовать следующие:

- специально адаптированный для детского возраста вариант теста структуры интеллекта Амтхауэра;
- тест Равена;
- модифицированный вариант детского личностного опросника Кеттелла;
- тест Тулуз-Пьерона;
- методики для оценки навыков чтения
- методика для оценки самостоятельности мышления.

Данная методика позволяет определить все параметры, заложенные в модель психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе. Автор модифицировал используемые тесты, к каждому тесту прилагаются инструкции, а также подробное описание интерпретации результатов.

Все диагностические методики комплекса обрабатываются самостоятельно и их результаты соотносятся друг с другом. Обработка методик заключается в сравнении ответов обучающегося с ключами и подсчете общей суммы баллов. Потом результат сравнивается с результатами нормативных таблиц в соответствии с возрастом ребенка. Далее делается соответствующий вывод о развитии ребенка.

Автор выделяет 5 уровней (зон) развития: уровень патологии (для некоторых качеств не выделяется), слабый, средний, хороший и высокий уровни. Ниже приводится общая характеристика каждой из 5 зон.

**Зона 1. Уровень патологии.** Свидетельствует о нарушении формирования психических процессов, об аномалиях развития, в основе которых могут лежать осложнения физиологического или

неврологического характера, различные травмы и хронические заболевания.

**Зона 2. Слабый уровень.** Свидетельствует о том, что в настоящий момент данное свойство не сформировано и не может быть использовано там, где оно требуется.

**Зона 3. Средний уровень.** Свидетельствует о том, что качество находится в начальной стадии своего формирования.

**Зона 4. Хороший уровень.** Свидетельствует о том, что качество сформировано, его функционирование устойчиво и способно обеспечить полноценное понимание соответствующего учебного предмета и хорошую успеваемость.

**Зона 5. Высокий уровень.** Свидетельствует о незаурядных возможностях ребенка.

Для некоторых интеллектуальных, а также личностных и энергетических характеристик зона патологии не выделяется. Их значения распределяются по 4 зонам и интерпретируются несколько иначе:

**Зона 2. Слабый уровень.** Свидетельствует о том, что данное свойство, манера поведения, образ действий не характерны для ребенка, проявляются исключительно редко.

**Зона 3. Средний уровень.** Свидетельствует о том, что свойство характера, способ действий проявляются в поведении ребенка

**Зона 4. Хороший уровень.** Свидетельствует о том, что данное свойство, способ действий типичны для спонтанного поведения ребенка.

**Зона 5. Высокий уровень.** Свидетельствует о том, что ребенку свойственен «крайний» вариант проявления свойства, и какое-либо другое поведение для него невозможно.

Время работы обучающихся с основным комплексом – 4 урока по 40 минут.

**Навык чтения.**

Полноценный навык чтения выступает в качестве фундамента обучения и развития ребенка. Чтение – сложный психофизиологический процесс. В его процессе задействованы зрительный, речедвигательный, речеслуховой анализаторы. В основе этого процесса, как пишет Б.Г. Ананьев, лежат «сложнейшие механизмы взаимодействия анализаторов и временных связей двух сигнальных систем» [4].

Оценить **уровень развития навыка чтения** нам позволяет «Тест Ясюковой для оценки сформированности навыка чтения».

В результате мы получили следующие данные (Таблица 1):

Таблица 1 – Развитие навыка чтения

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	18,43%	36,84%	38,84%	47,37%	34,8%
Средний уровень	71,05%	52,63%	47,37%	36,84%	52%
Хороший уровень	7,89%	5,26%	10,53%	10,53%	8,6%
Высокий уровень	2,63%	5,26%	5,26%	5,26%	4,6%

Таким образом, можно сделать вывод, что 35% обучающихся 5-х классов, имея слабый уровень развития навыка чтения, единицей текста воспринимают отдельное слово или часть слова. Такие дети медленно воспринимают каждое слово и с трудом понимают его смысл, правильно понимают смысл текстов состоящих из коротких простых фраз, написанных крупным шрифтом и по объему не превышающих 3-5 слов.

52% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития навыка чтения. У данной категории обучающихся навык чтения сформирован не полностью. Единицей восприятия текста является словосочетание. Смысл предложения ребенок понимает не сразу, а как бы складывает из двух-трех частей.

8,6% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития навыка чтения. Единицей восприятия текста является целое предложение,

смысл которого ребенок схватывает сразу. Читает ребенок обычно много и с удовольствием, пониманию доступны любые тексты.

4,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития навыка чтения. Чтение беглое. Единицей восприятия текста является целое предложение, причем сразу схватывается не только его смысл, но и литературные, языковые особенности. Пониманию доступны любые тексты.

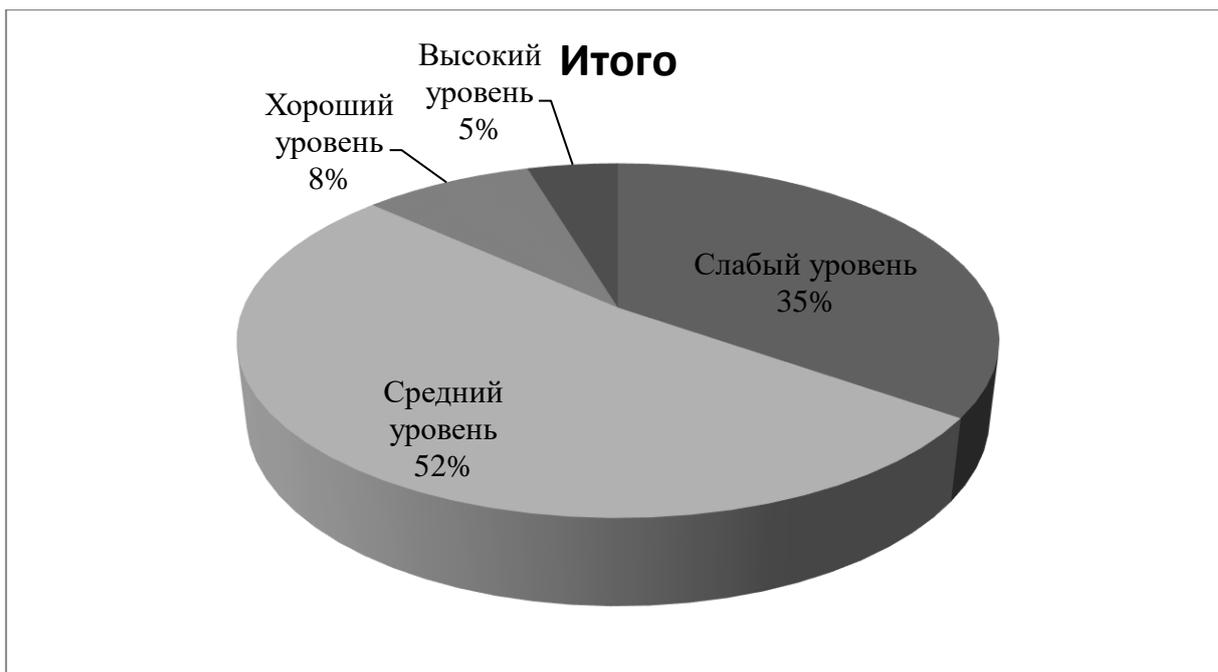


Рисунок 2 – Распределение развития навыка чтения по уровням в 5-х классах

В тоже время мы видим, что навык чтения в пятых классах имеет тенденцию развития к слабому и среднему уровням.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития навыка чтения в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 18,43% обучающихся, в 5-2 классе – 36,84% обучающихся, в 5-3 классе – 38,84 обучающихся %, в 5-4 классе – 47,37% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития навыка чтения в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 71,05% обучающихся, в 5-2 классе – 52,63% обучающихся, в 5-3 классе – 47,37% обучающихся, в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.

Небольшое количество обучающихся имеет хороший уровень развития навыка чтения, для пятых классов такие показатели являются низкими, в 5-2 классе показатель в 2 раза ниже по сравнению с 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 7,89% обучающихся, в 5-3 классе – 10,53% обучающихся, в 5-4 классе – 10,53% обучающихся.

Небольшое количество обучающихся имеет высокий уровень развития навыка чтения, в 5-1 классе показатель в 2 раза ниже по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 2,63% обучающихся, в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 5,26% обучающихся, в 5-4 классе – 5,26% обучающихся.

Таким образом, мы можем сделать вывод, учитывая, что навык чтения является фундаментом обучения, что у большего количества обучающихся будут возникать проблемы в обучении.

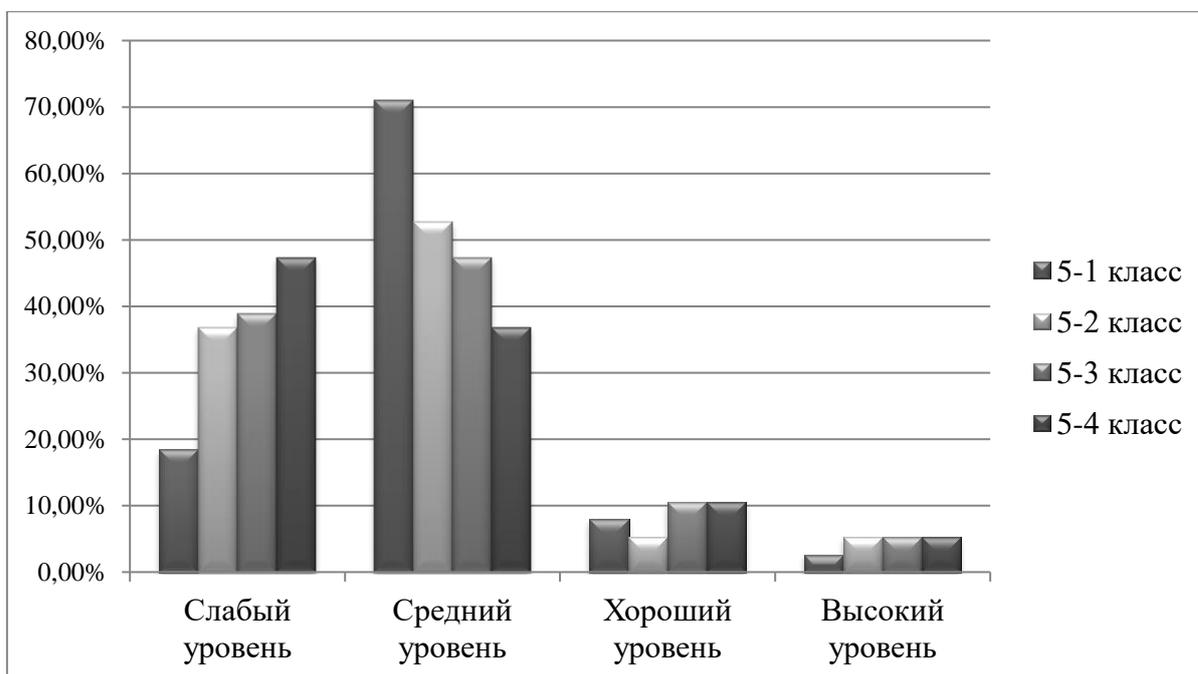


Рисунок 3 – Распределение уровня развития навыка чтения по классам

### **Самостоятельность мышления.**

В младшем школьном возрасте ребенок особенно восприимчив к целенаправленным педагогическим действиям. Сложно восполнить то, что не будет сформировано в этот возрастной период. В связи с этим

необходимо подчеркнуть необходимость научения ребенка самостоятельной творческой деятельности, соответствующей его познавательным потребностям.

В результате обследования обучающихся 5 классов мы получили следующие данные (Таблица 2):

Таблица 2 – Развитие уровня самостоятельности мышления

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	13,16%	13,16%	7,89%	31,58%	16,5%
Средний уровень	31,58%	39,47%	18,42%	21,05%	27,6%
Хороший уровень	47,37%	42,11%	57,89%	42,11%	47,4%
Высокий уровень	7,89%	5,26%	15,79%	5,26%	8,5%

Для окончательной интерпретации полученных данных необходимо их соотнесение с результатами теста Амтхауэра и теста «матрицы Равена».

По предварительным данным можно сказать, что 16,5% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития самостоятельности мышления. Дети могут действовать только тогда, когда непосредственно перед работой они получили подробную инструкцию, как именно надо действовать.

27,6% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития самостоятельности мышления. Дети нуждаются в предварительных инструкциях, хотя уже способны действовать по ранее отработанному алгоритму.

47,4% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития самостоятельности мышления. Дети могут самостоятельно подобрать адекватный алгоритм действий.

8,5% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития самостоятельности мышления. Дети полностью овладели своими интеллектуальными операциями.



Рисунок 4 – Распределение развития по уровням в 5-х классах

Самостоятельность мышления в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему и хорошему уровням.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития самостоятельности мышления в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 13,16% обучающихся, в 5-2 классе – 13,16% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся %, в 5-4 классе - 31,58% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития самостоятельности мышления в 5-1 и в 5-2 классах по сравнению с, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 31,58% обучающихся, в 5-2 классе – 39,47% обучающихся, в 5-3 классе – 18,42% обучающихся, в 5-4 классе – 21,05% обучающихся.

Большее количество обучающиеся имеет хороший уровень развития самостоятельности мышления в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2, 5-4 классами: в 5-1 классе – 47,37% обучающихся, в 5-2 классе – 42,11% обучающихся, в 5-3 классе – 57,89% обучающихся, в 5-4 классе – 42,11% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития самостоятельности мышления в 5-3 по сравнению с 5-1, 5-2, 5-4 классами: в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 5,26% обучающихся.

Для большинства обучающихся самостоятельность мышления находится в периоде развития.

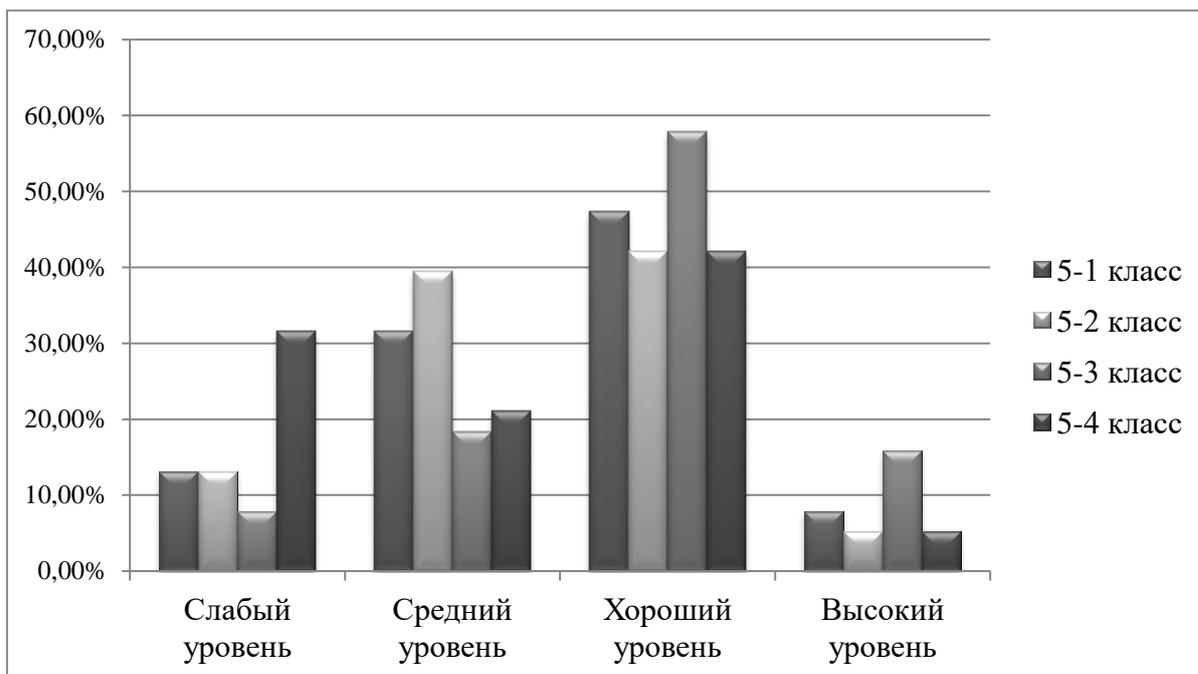


Рисунок 5 – Распределение уровня развития самостоятельности мышления по классам

### **Общая осведомленность.**

Проблемой общей осведомленности в психологии занимались такие авторы, как Л. И. Божович, Л. А. Венгер, А. В. Запорожец, И. Ю. Кулагина, А. А. Люблинская, Н. А. Менчинская, Д. Б. Эльконин. Проанализировав литературные источники, можно сделать вывод, что под общей осведомленностью понимаются знания о предметах или явлениях, те сведения, которые ребенок имеет о себе, близких и дальних родственниках, о местности, где он проживает, об окружающей природной и бытовой среде, предметах обихода и т.д. [19]

Осведомленность – это показатель когнитивной сферы развития личности, это способность человека сравнивать, анализировать,

идентифицировать, а также сформированность своего отношения к предмету, выражение определенных чувств и эмоций, вызванных предметом осведомленности.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 3):

Таблица 3 – Развитие уровня общей осведомленности

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	10,53%	15,79%	7,89%	15,79%	12,5%
Средний уровень	23,68%	7,89%	13,16%	31,58%	19,1%
Хороший уровень	65,79%	73,68%	76,32%	52,63%	67,1%
Высокий уровень	0	2,63%	2,63%	0	1,3%

12,5% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития общей осведомленности. Это может свидетельствовать об ограниченности кругозора ребенка, о низком культурном уровне, либо узости интересов, которые охватывают специфические сферы и не распространяются на окружающий мир.

19,1% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития общей осведомленности. Дети проявляют определенный интерес к окружающему миру, но детская ограниченность кругозора все же сохраняется.

67,1% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития общей осведомленности. Дети интересуются окружающей жизнью, постоянно расширяя свой кругозор и усваивая необходимую им информацию.

1,3% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития общей осведомленности. Дети активно осваивают окружающий мир. У них складывается «практический интеллект», то есть способность овладевать разнообразной информацией, которая не поддается систематизации.



Рисунок 6 – Распределение развития общей осведомленности по уровням в 5-х классах

Общая осведомленность в пятых классах имеет тенденцию развития к хорошему уровню.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития общей осведомленности в 5-1 и 5-3 классах по сравнению с 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 10,53% обучающихся, в 5-2 классе – 15,79% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся, в 5-4 классе – 15,79% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития общей осведомленности в 5-1 и в 5-4 классах по сравнению с, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 15,79 обучающихся, в 5-2 классе – 7,89% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 31,58% обучающихся.

Количественные показатели хорошего уровня развития общей осведомленности обучающихся немного выше в 5-2 и 5-3 классах по сравнению с 5-1, 5-4 классами: в 5-1 классе – 65,79% обучающихся, в 5-2 классе – 73,68% обучающихся, в 5-3 классе – 76,32% обучающихся, в 5-4 классе – 52,63% обучающихся.

Высокий уровень развития общей осведомленности присутствует только в 5-2 и 5-3 классах и по количеству обучающихся находится на одном уровне – 2,63% обучающихся.

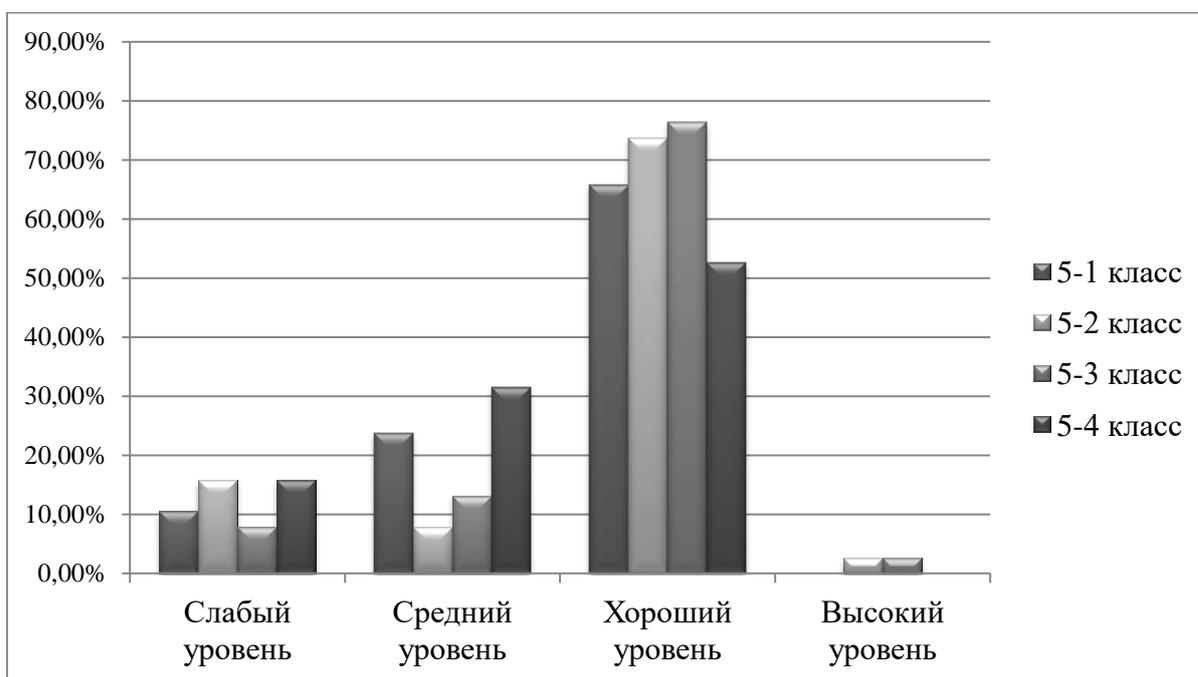


Рисунок 7 – Распределение уровня развития общей осведомленности по классам

### **Понятийное мышление.**

### **Интуитивное понятийное мышление.**

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 4):

Таблица 4 – Развитие уровня интуитивного понятийного мышления

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	7,89%	10,53%	7,89%	13,16%	9,9%
Средний уровень	26,32%	23,68%	15,79%	39,47%	26,3%
Хороший уровень	63,16%	57,89%	71,05%	44,74%	59,2%
Высокий уровень	2,63%	7,89%	5,26%	2,63%	4,6%

9,9% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития понятийного интуитивного мышления в вербальном плане. У детей возникают проблемы с пониманием инструкций учителя или текста

учебника. Как правило, они не могут выделить основную мысль сказанного или прочитанного.

26,3% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития понятийного интуитивного мышления в вербальном плане. Дети воспринимают содержание сказанного или прочитанного преимущественно образно и не могут выделить его смысл.

59,2% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития понятийного интуитивного мышления в вербальном плане. Детям почти всегда удается правильно определить смысл полученной информации.

4,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития понятийного интуитивного мышления в вербальном плане. Дети всегда правильно понимают смысл воспринимаемой информации, понятийное мышление выделилось из образного.

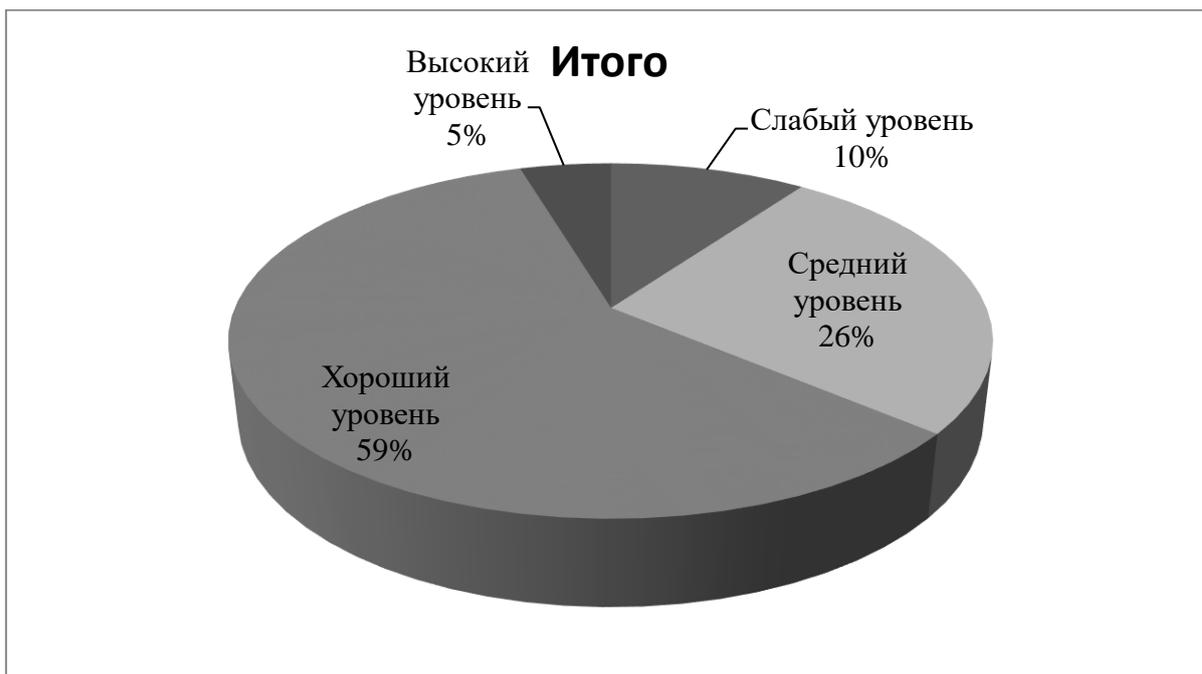


Рисунок 8 – Распределение развития интуитивного понятийного мышления по уровням в 5-х классах

Понятийное интуитивное мышление в пятых классах имеет тенденцию развития к хорошему уровню.

Меньшее количество обучающихся имеют слабый уровень развития понятийного интуитивного мышления в 5-1 и 5-3 классах по сравнению с

5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 10,53% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся, в 5-4 классе – 13,16% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеют средний уровень развития понятийного интуитивного мышления в 5-4 классах по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 26,32% обучающихся, в 5-2 классе – 23,68% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 39,47% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеют хороший уровень развития понятийного интуитивного мышления в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 63,16% обучающихся, в 5-2 классе – 57,89% обучающихся, в 5-3 классе – 71,05% обучающихся, в 5-4 классе – 44,74% обучающихся.

Высокий уровень развития понятийного интуитивного мышления находится на одном уровне в 5-1 и 5-4 классах, и по количественным показателям он ниже, чем в 5-2 и 5-3 классах: в 5-1 классе – 2,63% обучающихся, в 5-2 классе – 7,89% обучающихся, в 5-3 классе – 5,26% обучающихся, в 5-4 классе – 2,63% обучающихся.

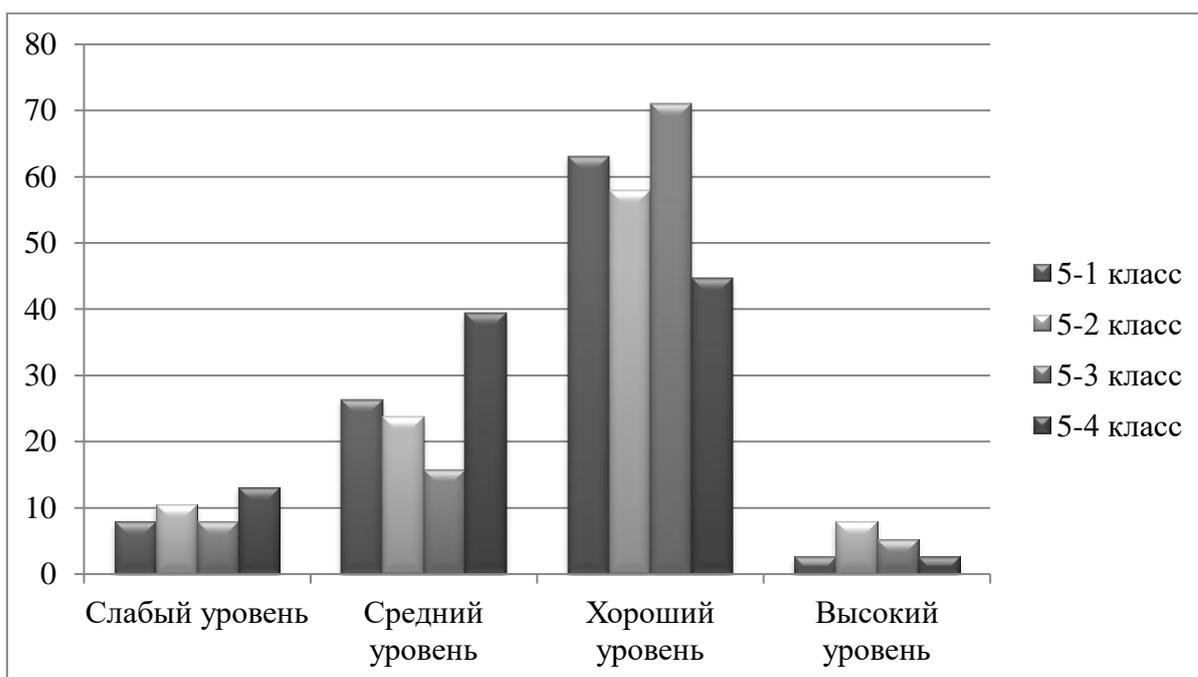


Рисунок 9 – Распределение уровня развития интуитивного понятийного мышления по классам

**Понятийное логическое мышления в речевом плане.**

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 5):

Таблица 5 – Развитие уровня понятийного логического мышления

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	15,79%	15,79%	13,16%	28,95%	18,4%
Средний уровень	21,05%	15,79%	13,16%	26,32%	19,1%
Хороший уровень	63,16%	65,79%	65,79%	44,74%	59,9%
Высокий уровень	0	2,63%	7,89%	0	2,6%

18,4% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития понятийного логического мышления в речевом плане. Дети не умеют пользоваться правилами и формулами, не умеют самостоятельно делать выводы.

19,1% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития понятийного логического мышления в речевом плане. Дети понимают суть формул и правил, а также смысл законов, взаимосвязей между явлениями окружающего мира.

59,9% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития понятийного логического мышления в речевом плане. Любые тексты дети воспринимают осмысленно. Читая или слушая они следят именно за логикой изложения последовательно происходящих изменений, способны выделить внутреннюю структуру текста, расставить смысловые акценты.

2,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития понятийного логического мышления в речевом плане. Дети способны усваивать научную информацию.



Рисунок 10 – Распределение развития логического мышления по уровням в 5-х классах

Понятийное логическое мышление в пятых классах имеет тенденцию развития к хорошему уровню.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития понятийного логического мышления в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 15,79% обучающихся, в 5-2 классе – 15,79% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 28,95% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития понятийного логического мышления в 5-1 и 5-4 классах по сравнению с 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 21,05% обучающихся, в 5-2 классе – 15,79% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет хороший уровень развития понятийного логического мышления в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 63,16% обучающихся, в 5-2 классе – 65,79% обучающихся, в 5-3 классе – 65,79% обучающихся, в 5-4 классе – 44,74% обучающихся.

Высокий уровень развития понятийного логического мышления присутствует только в двух классах, причем его количественные показатели выше в 5-3 классе по сравнению с 5-2: в 5-2 классе – 2,63% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся.

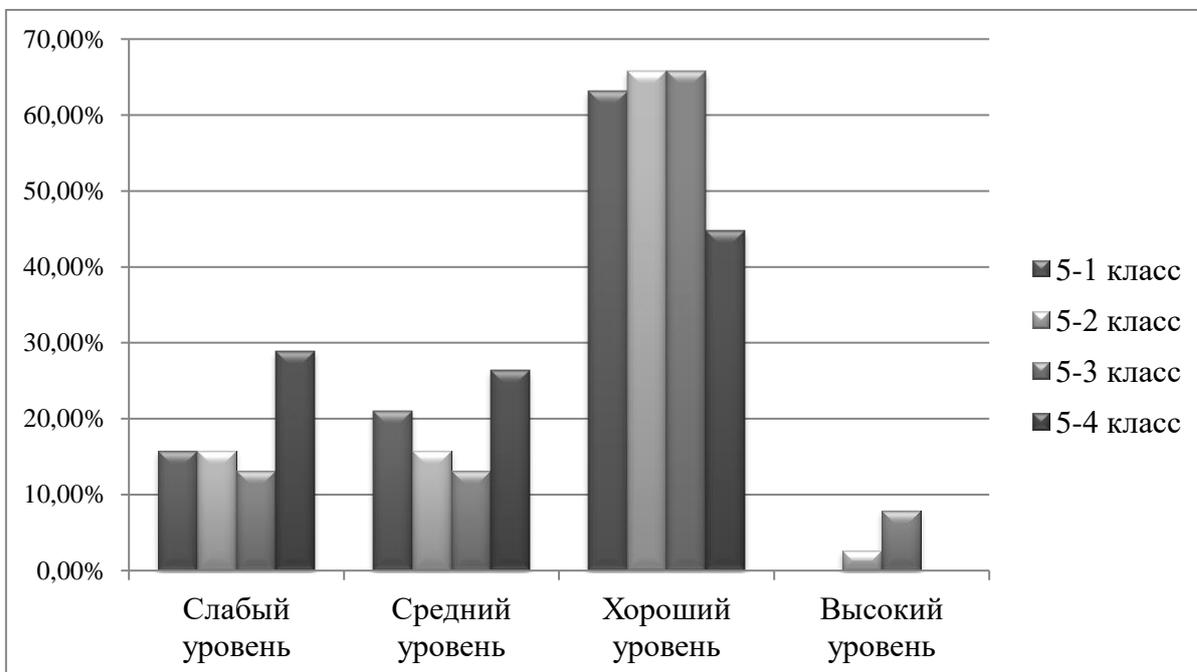


Рисунок 11 – Распределение уровня развития логического мышления по классам

### Понятийная категоризация

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 6):

Таблица 6 – Развитие уровня понятийной категоризации

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	36,84%	44,74%	39,47%	63,16%	46,1%
Средний уровень	50%	36,84%	42,11%	18,42%	36,8%
Хороший уровень	13,16%	18,42%	18,42%	18,42%	17,1%
Высокий уровень	0	0	0	0	0

46,1% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития понятийной категоризации.

36,8% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития

17,12% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития



Рисунок 12 – Распределение развития понятийной категоризации по уровням в 5-х классах

Понятийная категоризация в пятых классах имеет тенденцию развития к слабому и среднему уровням.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития понятийной категоризации в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 36,84% обучающихся, в 5-2 классе – 44,74% обучающихся, в 5-3 классе – 39,47% обучающихся, в 5-4 классе – 63,16% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет средний уровень развития понятийной категоризации в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 50% обучающихся, в 5-2 классе – 36,84% обучающихся, в 5-3 классе – 42,11% обучающихся, в 5-4 классе – 18,42% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет хороший уровень развития понятийной категоризации в 5-1 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами, этики классы имеют равные количественные показатели: в 5-1

классе – 13,16% обучающихся, в 5-2 классе – 18,42% обучающихся, в 5-3 классе – 18,42% обучающихся, в 5-4 классе – 18,42% обучающихся.

Высокий уровень развития понятийной категоризации отсутствует полностью

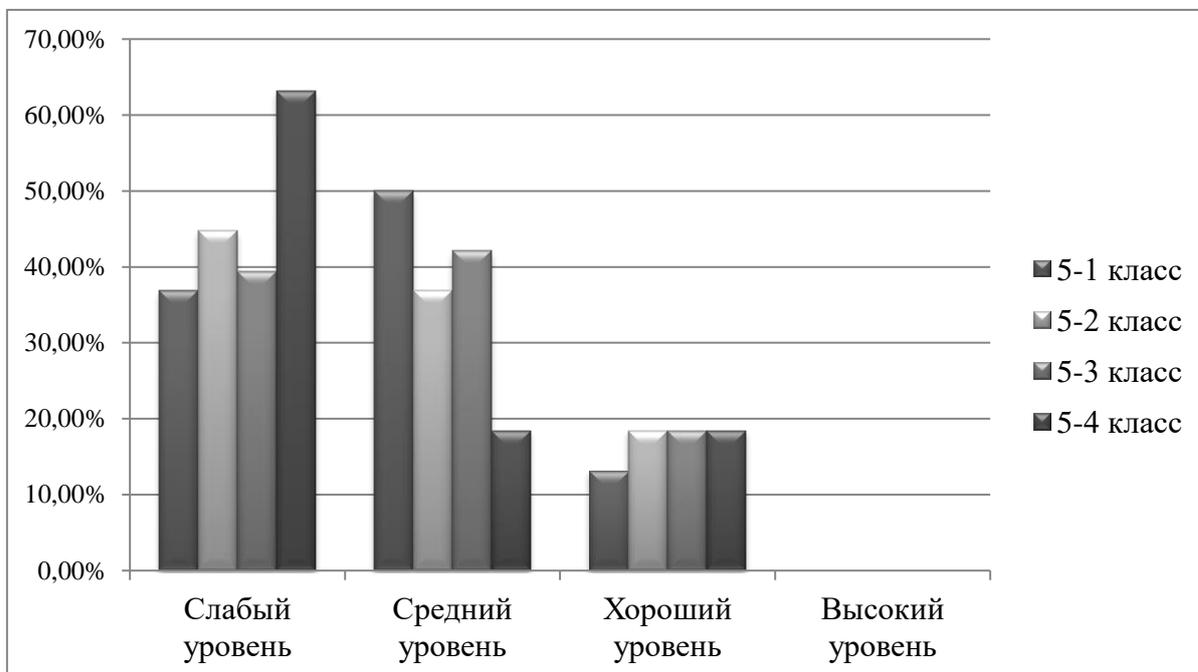


Рисунок 13 – Распределение уровня развития понятийной категоризации по классам

### Математические навыки

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 7):

Таблица 7 – Развитие уровня математических навыков

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	55,26%	23,68%	28,95%	39,47%	36,8%
Средний уровень	44,74%	71,05%	57,89%	42,11%	53,9%
Хороший уровень	0	5,26%	13,16%	18,42%	9,2%
Высокий уровень	0	0	0	0	0

36,8% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития математических навыков.

53,9% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития математических навыков.

9,2% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития математических навыков.

Высокий уровень развития математических навыков отсутствует.

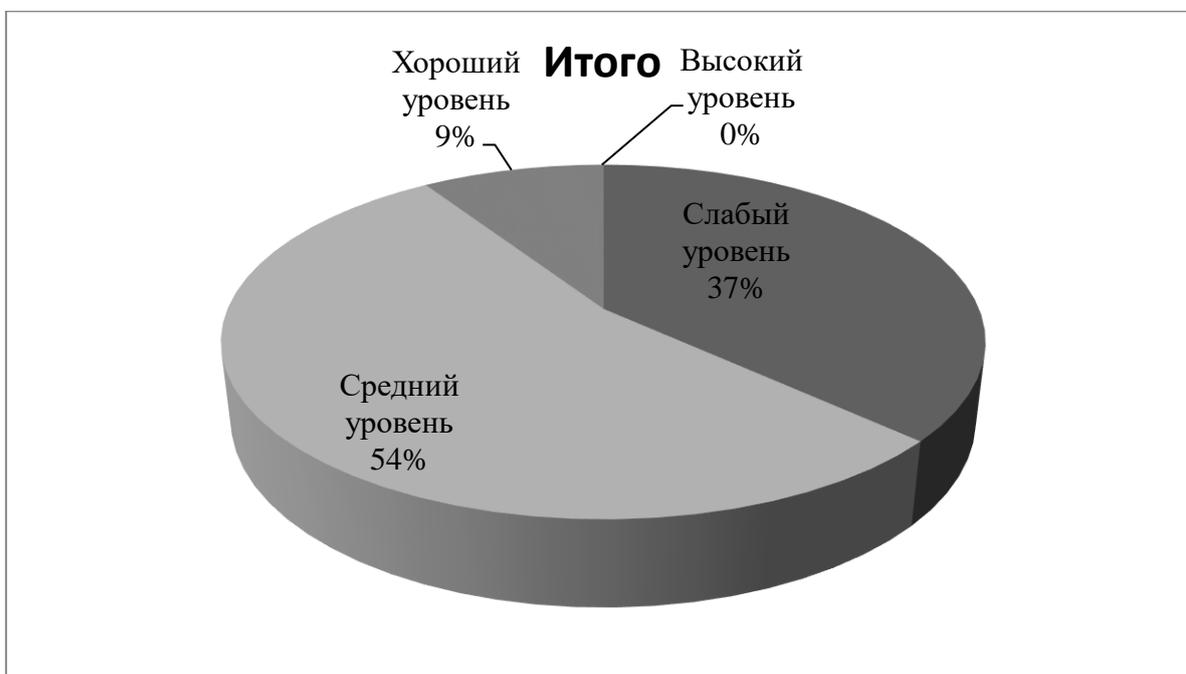


Рисунок 14 – Распределение развития математических навыков по уровням в 5-х классах

Математические навыки в пятых классах имеет тенденцию развития к слабому и среднему уровням.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития математических навыков в 5-1 классе по сравнению с 5-2 и 5-3 5-4 классами: в 5-1 классе – 55,26% обучающихся, в 5-2 классе – 23,68% обучающихся, в 5-3 классе – 28,95% обучающихся, в 5-4 классе – 39,47% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития математических навыков в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 44,74% обучающихся, в 5-2 классе – 71,05% обучающихся, в 5-3 классе – 57,89% обучающихся, в 5-4 классе – 42,11% обучающихся.

Хороший уровень развития математических навыков отсутствует в 5-1 классе, большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития математических навыков в 5-4 классе по сравнению с 5-1 и 5-2 классами: в 5-1 классе – 0 обучающихся, в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 18,42% обучающихся.

Высокий уровень развития математических навыков полностью отсутствует.

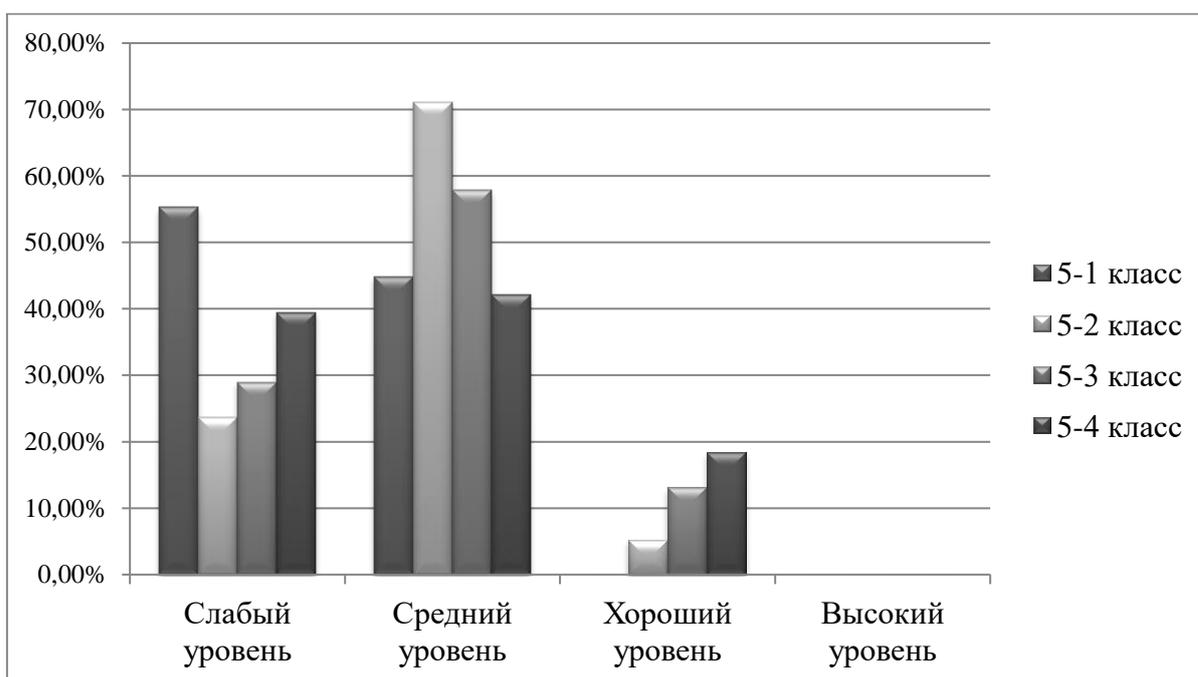


Рисунок 15 – Распределение уровня развития математических навыков по классам

### Абстрактное мышление.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 8):

Таблица 8 – Развитие уровня абстрактного мышления

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	55,26%	23,68%	26,32%	39,47%	36,8%
Средний уровень	44,74%	71,05%	55,26%	42,11%	54%
Хороший	0	5,26%	18,42%	18,42%	9,2%

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
уровень					
Высокий уровень	0	0	0	0	0

36,8% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития абстрактного мышления. Дети оперируют только конкретными (качественно представляемыми) образами, предметами или их свойствами и не способны оперировать их отношениями

54% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития абстрактного мышления.

9,2% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития абстрактного мышления.

Высокий уровень развития абстрактного мышления отсутствует.

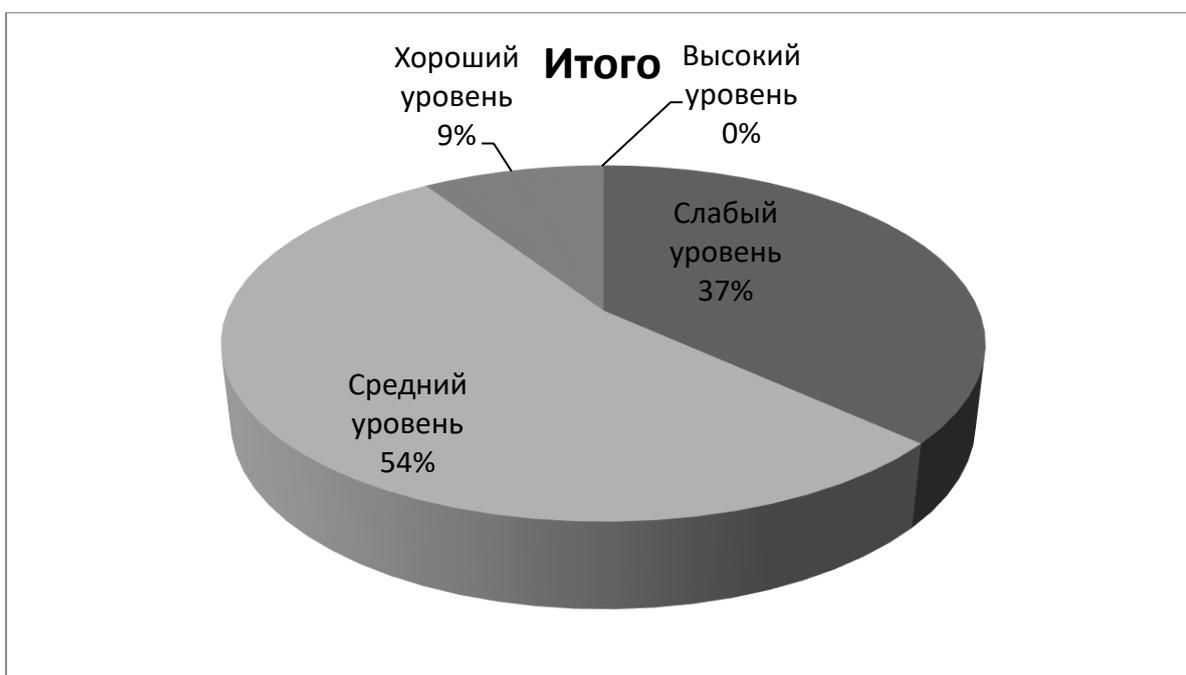


Рисунок 16 – Распределение развития абстрактного мышления по уровням в 5-х классах

Абстрактное мышление в пятых классах имеет тенденцию развития к слабому и среднему уровням.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития абстрактного мышления в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4

классами: в 5-1 классе – 55,26% обучающихся, в 5-2 классе – 23,68% обучающихся, в 5-3 классе – 26,32% обучающихся, в 5-4 классе – 39,47% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития абстрактного мышления в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 44,74% обучающихся, в 5-2 классе – 71,05% обучающихся, в 5-3 классе – 55,26% обучающихся, в 5-4 классе – 42,11% обучающихся.

Хороший уровень развития абстрактного мышления отсутствует в 5-1 классе, меньшее количество обучающихся имеет хороший уровень развития математических навыков в 5-2 классе по сравнению с 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 0 обучающихся, в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 18,42% обучающихся, в 5-4 классе – 18,42% обучающихся.

Высокий уровень развития абстрактного мышления полностью отсутствует.

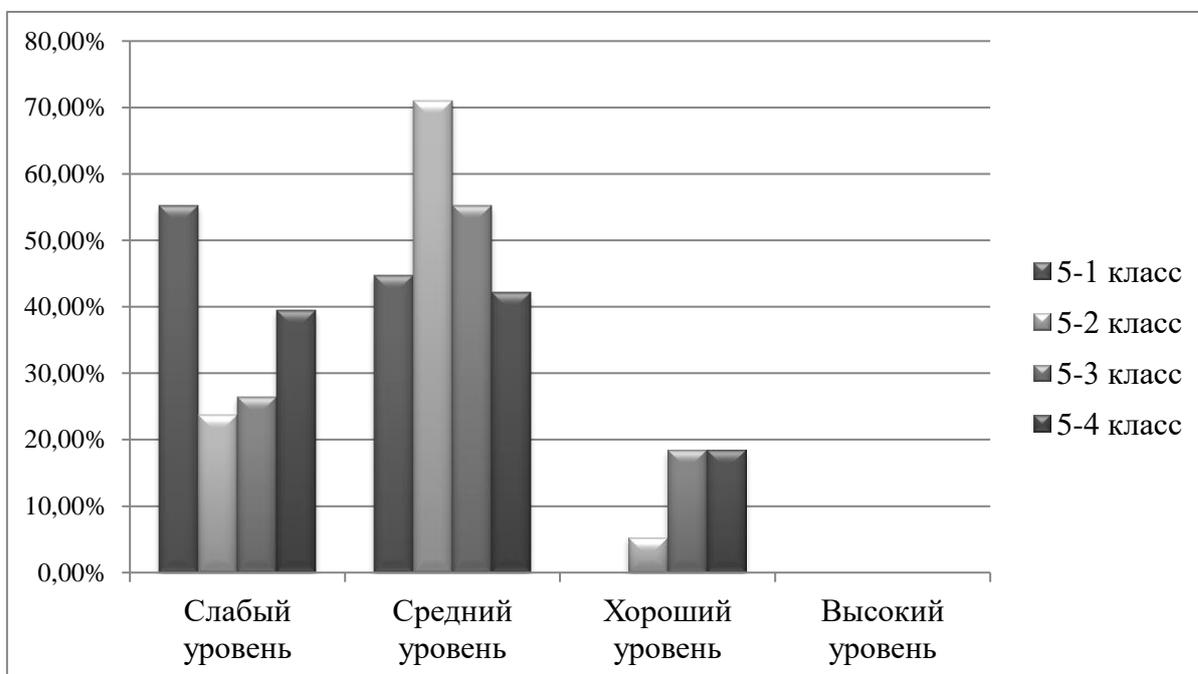


Рисунок 17 – Распределение уровня развития абстрактного мышления по классам

### Образный синтез.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 9):

Таблица 9 – Развитие уровня образного синтеза

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	23,68%	21,05%	23,68%	39,47%	27%
Средний уровень	31,56%	28,95%	15,79%	28,95%	26,3%
Хороший уровень	44,76%	47,37%	52,63%	31,58%	44,1%
Высокий уровень	0	2,63%	7,89%	0	2,6%

27% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития операции образного синтеза.

26,3% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития операции образного синтеза.

44,1% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития операции образного синтеза.

2,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития операции образного синтеза.



Рисунок 18 – Распределение развития образного синтеза по уровням в 5-х классах

Образный синтез в пятых классах имеет тенденцию развития к хорошему уровню.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития образного синтеза в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 23,68% обучающихся, в 5-2 классе – 21,05% обучающихся, в 5-3 классе – 23,68% обучающихся, в 5-4 классе – 39,47% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития образного синтеза в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 31,56% обучающихся, в 5-2 классе – 28,95% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 28,95% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития образного синтеза в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 44,76% обучающихся, в 5-2 классе – 47,37% обучающихся, в 5-3 классе – 52,63% обучающихся, в 5-4 классе – 31,58% обучающихся.

Высокий уровень образного синтеза отсутствует в 5-1 и 5-4 классах, причем в большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития образного синтеза в 5-2 классе по сравнению с 5-3 классом в 5-2 классе – 2,63% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся.

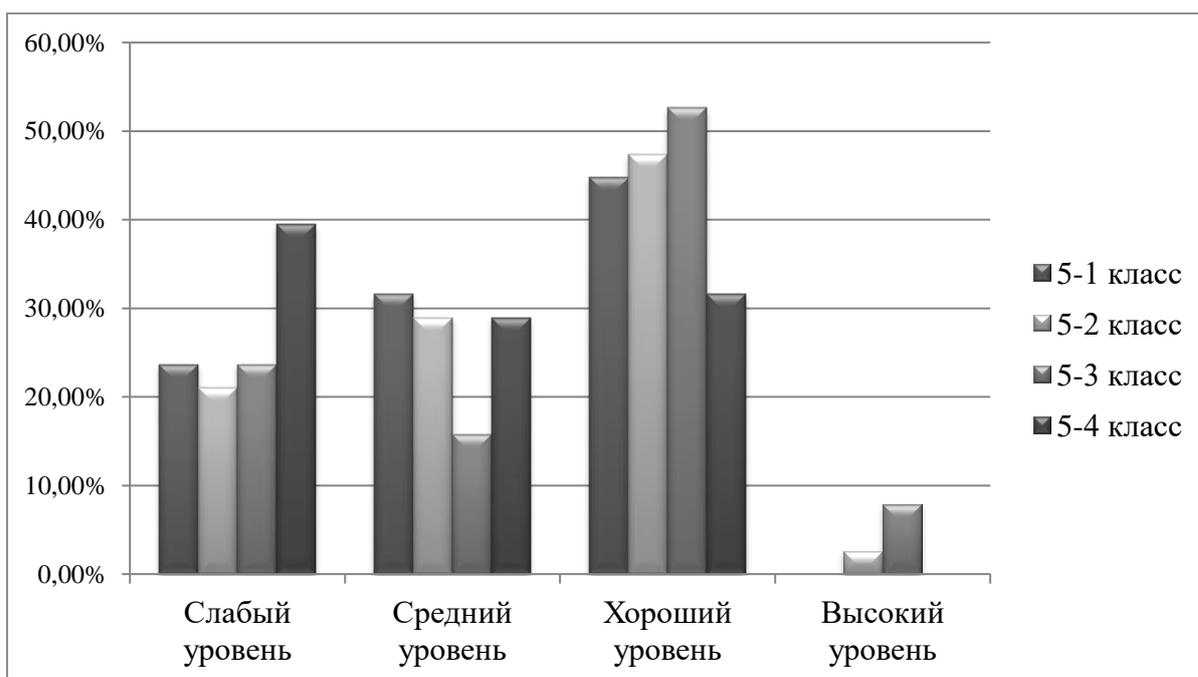


Рисунок 19 – Распределение уровня развития образного синтеза по классам

## Пространственное мышление.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 10):

Таблица 10 – Развитие уровня пространственного мышления

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	7,89%	10,56%	7,89%	13,16%	9,9%
Средний уровень	26,32%	23,68%	15,79%	39,47%	26,3%
Хороший уровень	63,16%	57,89%	71,05%	44,74%	59,2%
Высокий уровень	2,63%	7,89%	5,26%	2,63%	4,6%

9,9% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития пространственного мышления.

26,3% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития пространственного мышления.

59,2% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития пространственного мышления.



Рисунок 20 – Распределение развития пространственного мышления по уровням в 5-х классах

4,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития пространственного мышления.

Пространственное мышление в пятых классах имеет тенденцию развития к хорошему уровню развития.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития образного синтеза в 5-1 и 5-3 классах ( причём эти показатели одинаковые) по сравнению с 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 10,56% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся, в 5-4 классе – 13,16% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития образного синтеза в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 26,32% обучающихся, в 5-2 классе – 23,68% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 39,47% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития образного синтеза в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 63,16% обучающихся, в 5-2 классе – 57,89% обучающихся, в 5-3 классе – 71,05% обучающихся, в 5-4 классе – 44,74% обучающихся.

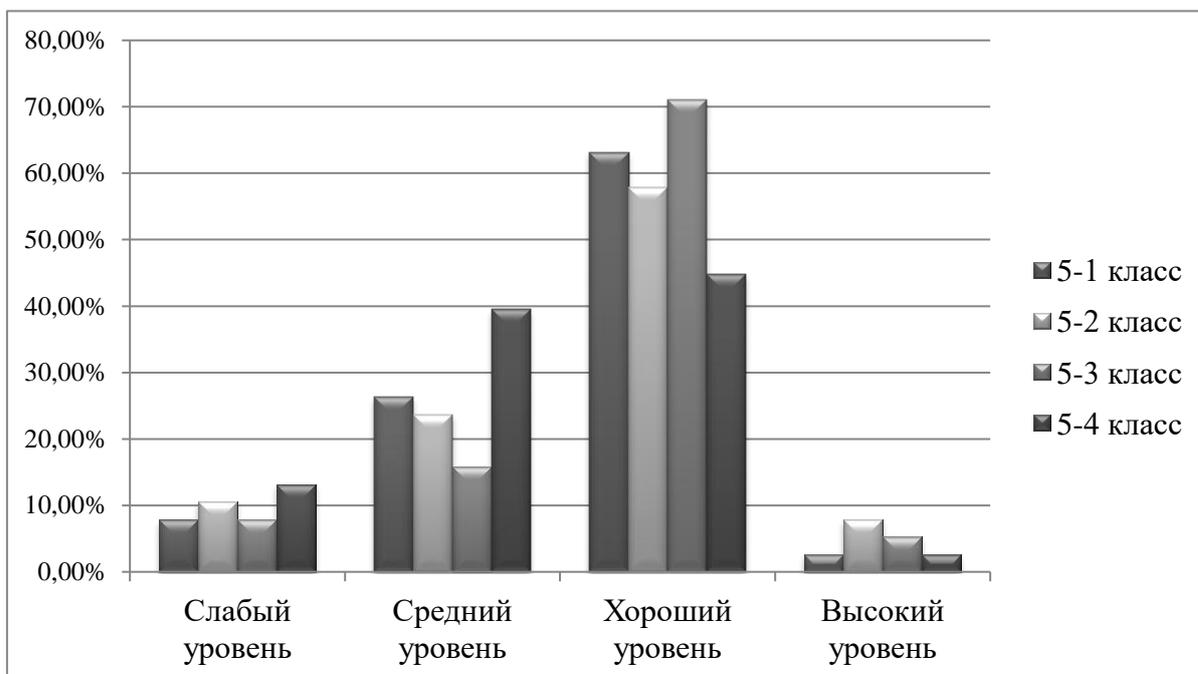


Рисунок 21 – Распределение уровня развития пространственного мышления по классам

Большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития образного синтеза в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами (5-1 и 5-4 классы имеют одинаковые показатели): в 5-1 классе – 2,63% обучающихся, в 5-2 классе – 7,89% обучающихся, в 5-3 классе – 5,26% обучающихся, в 5-4 классе – 2,63% обучающихся.

### **Логическая оперативная память.**

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 11):

Таблица 11 – Развитие уровня оперативной логической памяти

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	65,79%	39,47%	34,21%	21,05%	40,13%
Средний уровень	21,05%	26,32%	15,79%	42,11%	26,32%
Хороший уровень	10,53%	28,95%	42,11%	34,21%	28,95%
Высокий уровень	2,63%	5,26%	7,89%	2,63%	4,60%

9,9% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития оперативной логической памяти.

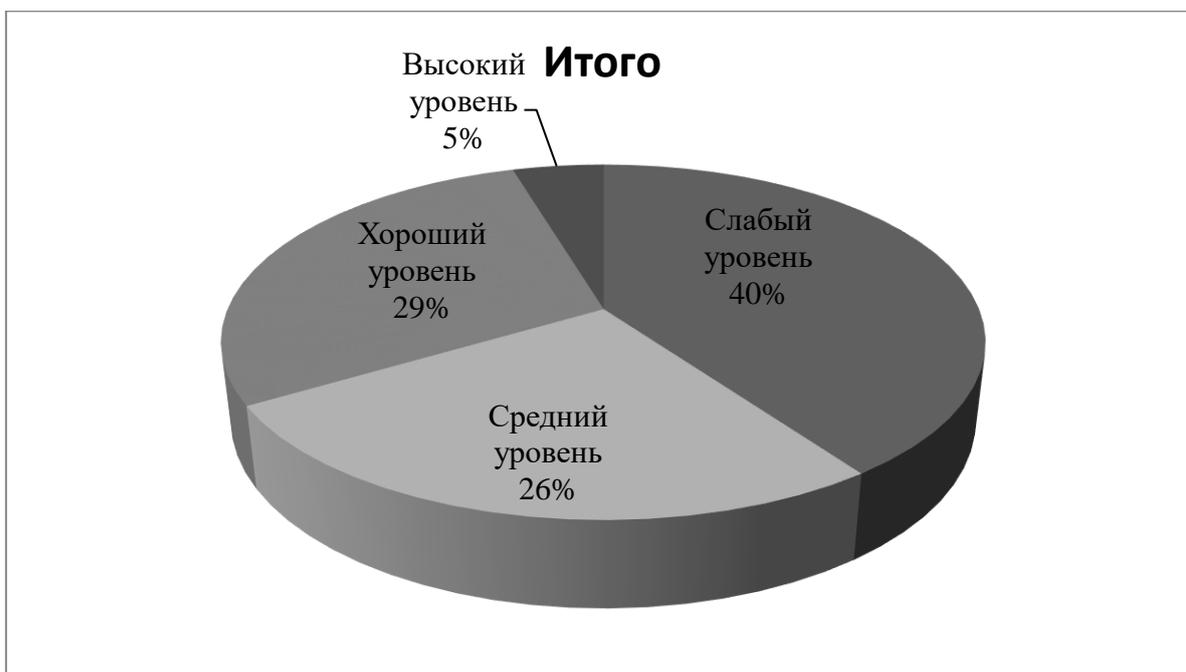


Рисунок 22 – Распределение развития оперативной логической памяти по уровням в 5-х классах

26,3% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития логической памяти.

59,2% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития логической памяти.

4,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития логической памяти.

Логическая память в пятых классах имеет тенденцию развития к слабому уровню развития.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития логической памяти в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 65,79% обучающихся, в 5-2 классе – 39,47% обучающихся, в 5-3 классе – 34,21% обучающихся, в 5-4 классе – 21,05% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития логической памяти в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 21,05% обучающихся, в 5-2 классе – 26,32% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 42,11% обучающихся.

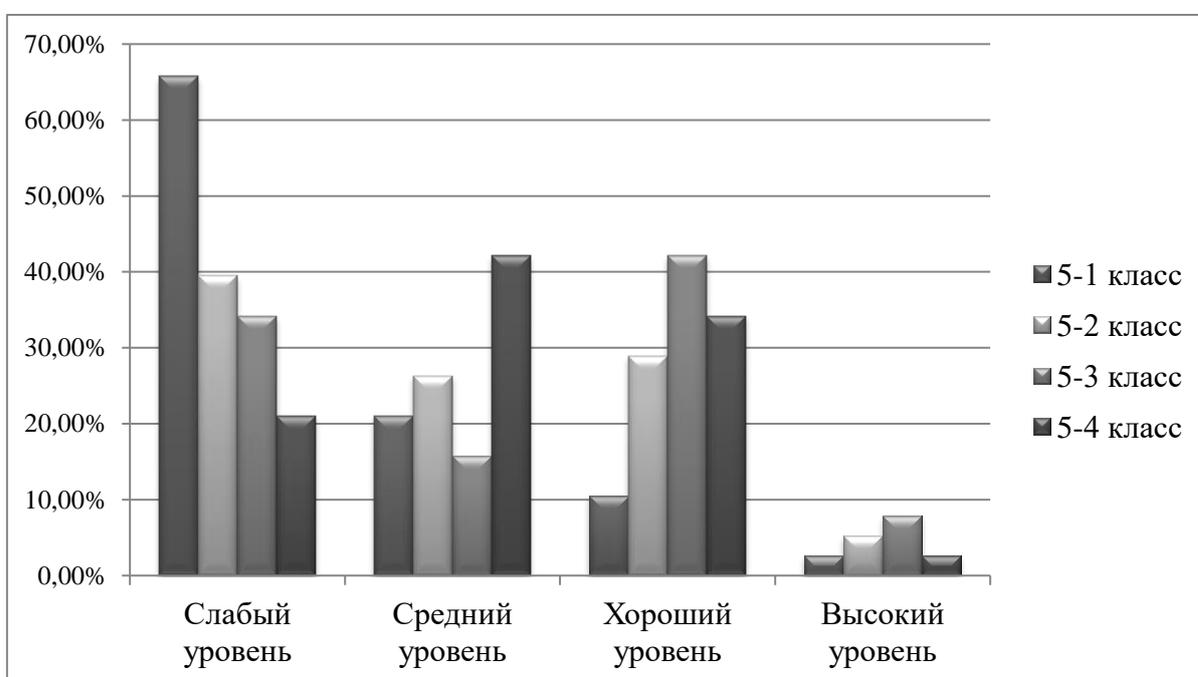


Рисунок 23 – Распределение уровня развития оперативной логической памяти по классам

Меньшее количество обучающихся имеет хороший уровень развития логической памяти в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 10,53% обучающихся, в 5-2 классе – 34,21% обучающихся, в 5-3 классе – 42,11% обучающихся, в 5-4 классе – 44,74% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития логической памяти в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами (5-1 и 5-4 классы имеют одинаковые показатели): в 5-1 классе – 2,63% обучающихся, в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся, в 5-4 классе – 2,63% обучающихся.

### **Тест Тулуз-Пьерона.**

Тест Тулуз-Пьерона является одним из вариантов "корректирующей пробы", общий принцип которой был разработан Бурдоном еще в 1895 году. Суть задания состоит в дифференцировании стимулов, близких по форме и содержанию в течение длительного, точно определенного времени.

Тест Тулуз-Пьерона первично направлен на изучение свойств внимания (концентрации, устойчивости, переключаемости) и психомоторного темпа, вторично - оценивает точность и надежность переработки информации, волевую регуляцию, личностные характеристики работоспособности и динамику работоспособности во времени.

Скорость выполнения теста является интегральным показателем, суммарно характеризующим:

1. Особенности нейродинамики.
2. Оперативную память.
3. Визуальное мышление.
4. Личностные установки.

Ее нельзя рассматривать, как это принято, только в качестве характеристики динамики (скорости возникновения, распространения, смены) нервных процессов, которая определяет динамические особенности

психической деятельности (восприятия, переработки информации, формирования и осуществления двигательного ответа).

Точность выполнения теста, прежде всего, связана с концентрацией внимания, однако может зависеть и от следующих характеристик:

- 1 Переключение внимания
- 2 Объем внимания.
3. Оперативная память.
4. Визуальное мышление.
5. Личностные особенности (исполнительность, ответственность, тревожность или, напротив, беспечность, расслабленность).

В результате исследования свойств скорости переработки информации (Таблица 12) и точности переработки (таблица 13) информации мы получили следующие результаты:

Таблица 12 – Скорость переработки информации

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Патология	0	0	0	0	0
Слабый уровень	13,16%	52,6%	7,89%	10,53%	9,2%
Средний уровень	44,74%	39,47%	47,37%	36,84%	42,1%
Хороший уровень	21,05%	23,68%	31,58%	31,58%	27%
Высокий уровень	21,05%	31,58%	13,16%	21,05%	21,7%

Таблица 13 – Точность переработки информации

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Патология	2,63%	5,26%	21,05%	15,79%	11,2%
Слабый уровень	0	5,26%	18,42%	2,63%	6,6%
Средний уровень	28,95%	21,05%	18,42%	18,42%	21,7%
Хороший уровень	26,32%	36,84%	11,05%	26,32%	27,6%
Высокий уровень	42,1%	31,58%	11,05%	36,84%	32,9%

11,2% обучающихся 5-х классов имеют уровень патологии по показателю «точность переработки информации»

9,2% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень развития скорости переработки информации и 6,6% имеют слабый уровень развития точности переработки информации.

42,1% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень развития скорости переработки информации и 21,7% имеют средний уровень развития точности переработки информации.

27% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень развития скорости переработки информации и и 27,6% имеют хороший уровень развития точности переработки информации.

21,7% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень развития скорости переработки информации и 32,9% имеют высокий уровень развития точности переработки информации.



Рисунок 24 – Распределение показателя «Скорость переработки информации» по уровням в 5-х классах

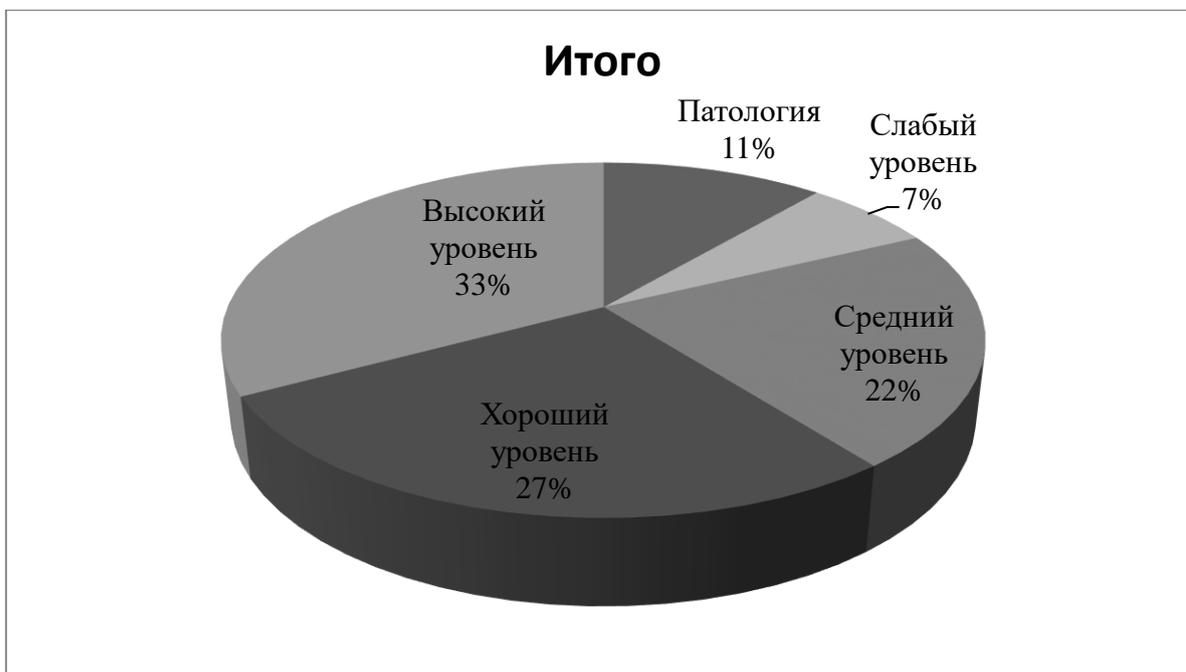


Рисунок 25 – Распределение показателя «Точность переработки информации» по уровням в 5-х классах

Скорость переработки информации в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему уровню.

Уровень патологии отсутствует.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень скорости переработки информации в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 13,16% обучающихся, в 5-2 классе – 52,6% обучающихся, в 5-3 классе – 7,89% обучающихся, в 5-4 классе – 10,53% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень скорости переработки информации в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 44,74% обучающихся, в 5-2 классе – 39,47% обучающихся, в 5-3 классе – 47,37% обучающихся, в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень скорости переработки информации в 5-3 и 5-4 классах (количественные показатели совпадают) по сравнению с 5-1 и 5-2 классами: в 5-1 классе – 21,05%

обучающихся, в 5-2 классе – 23,68% обучающихся, в 5-3 классе – 31,58% обучающихся, в 5-4 классе – 31,58% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень скорости переработки информации в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами (5-1 и 5-4 классы имеют одинаковые показатели): в 5-1 классе – 21,05% обучающихся, в 5-2 классе – 31,58% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 21,05% обучающихся.

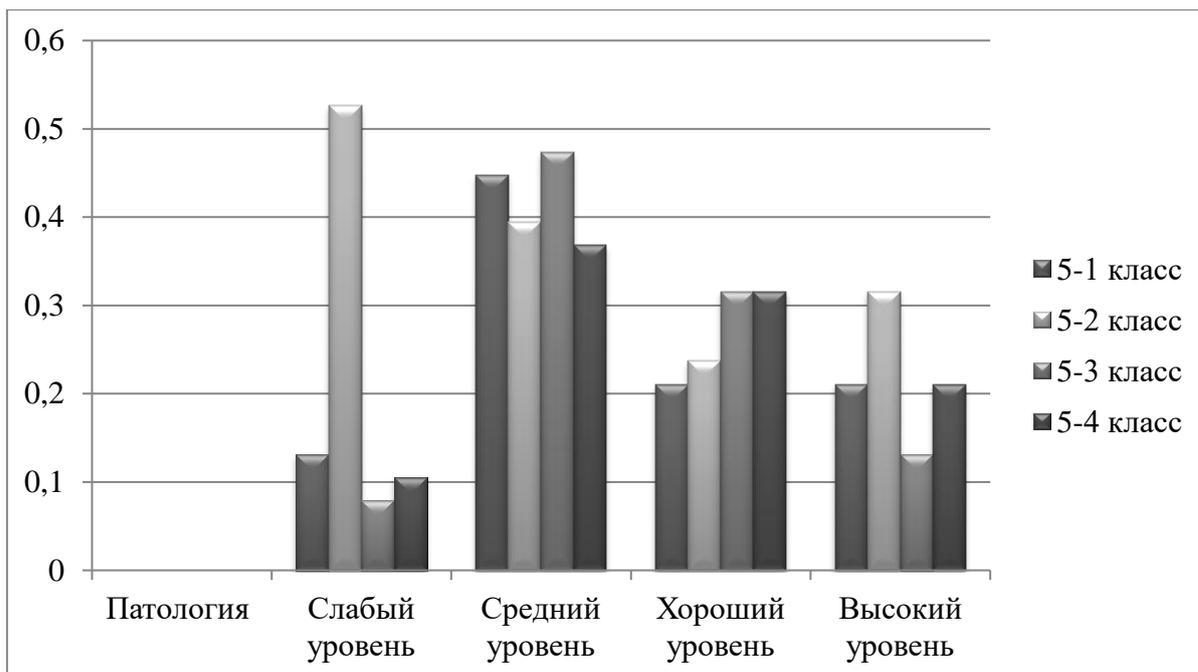


Рисунок 26 – Распределение уровня скорости переработки информации по классам

Точность переработки информации в пятых классах имеет тенденцию развития к высокому уровню.

Большее количество обучающихся имеет уровень патологии точности переработки информации в 5-3 и 5-4 классах по сравнению с 5-1, 5-2 классами: в 5-1 классе – 2,63% обучающихся, в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 21,05% обучающихся, в 5-4 классе – 15,79% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень точности переработки информации в 5-3 классе по сравнению с 5-2 и 5-4 классами, в

5-1 классе слабый уровень отсутствует: в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 18,42% обучающихся, в 5-4 классе – 2,63% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень точности переработки информации в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами (показатели 5-3 и 5-4 классов совпадают): в 5-1 классе – 28,95% обучающихся, в 5-2 классе – 21,05% обучающихся, в 5-3 классе – 18,42% обучающихся, в 5-4 классе – 18,42% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень точности переработки информации в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами (количественные показатели 5-1 и 5-4 классов совпадают): в 5-1 классе – 26,32% обучающихся, в 5-2 классе – 36,84% обучающихся, в 5-3 классе – 11,05% обучающихся, в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень точности переработки информации в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 42,1% обучающихся, в 5-2 классе – 31,58% обучающихся, в 5-3 классе – 11,05% обучающихся, в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.

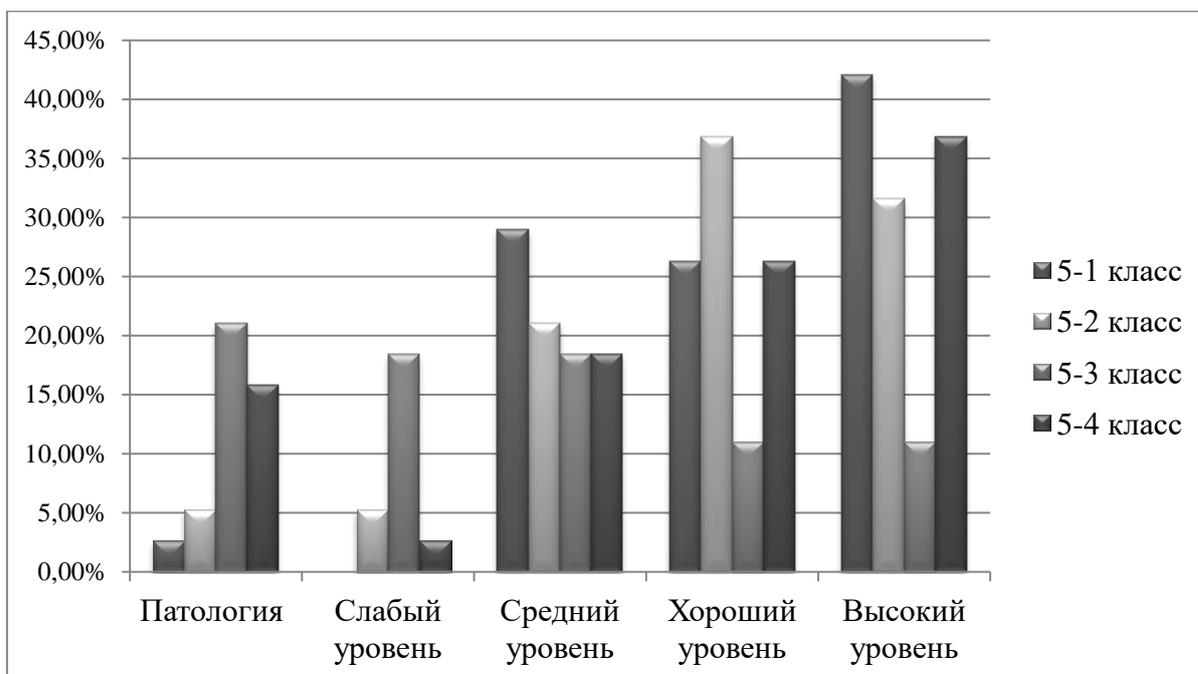


Рисунок 27 – Распределение уровня точности переработки информации по классам

## Показатели личностного развития.

**Исполнительность.** Данный показатель говорит о дисциплинированности и ответственности ребенка, о способности к самоконтролю.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 14):

Таблица 14 – Личностный фактор «Исполнительность»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	23,68%	26,32%	36,84%	36,84%	30,9%
Средний уровень	39,47%	44,74%	31,58%	23,68%	34,9%
Хороший уровень	21,05%	10,53%	15,79%	23,68%	17,8%
Высокий уровень	15,79%	18,42%	15,79%	15,79%	16,4%

30,9% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень исполнительности.

34,9% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень исполнительности.

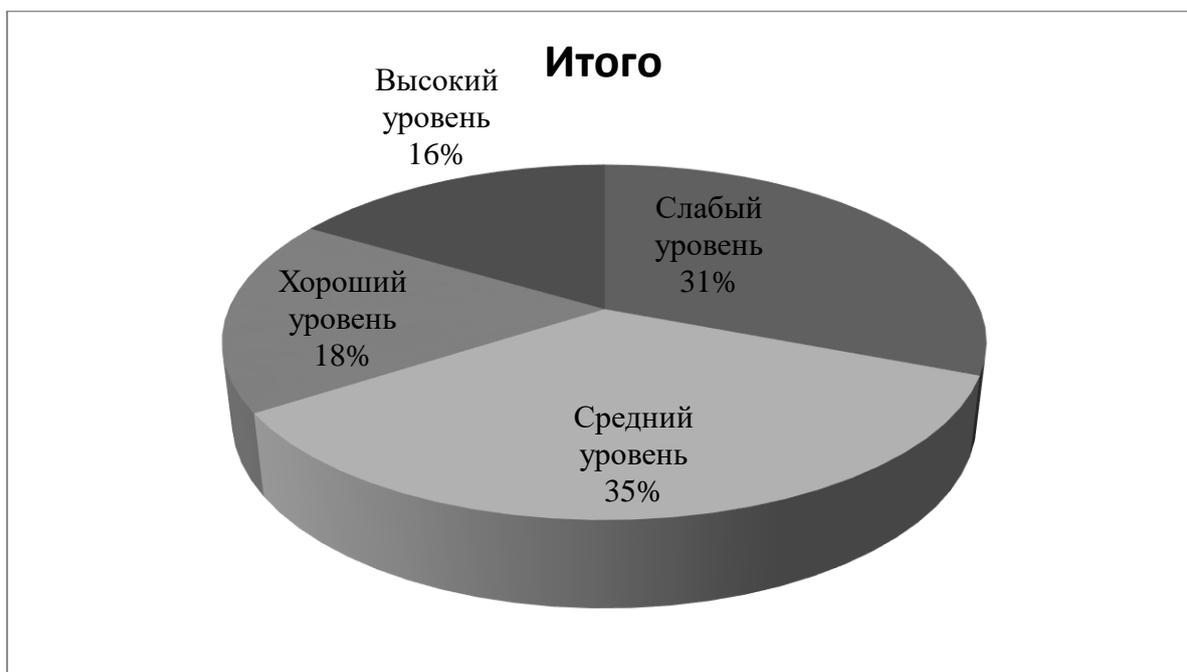


Рисунок 28 – Распределение развития личностного фактора «Исполнительность» по уровням в 5-х классах

17,8% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень исполнительности.

16,4% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень исполнительности.

Личностный фактор «Исполнительность» в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему уровню.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Исполнительность» в 5-3 и 5-4 классах (количественные показатели совпадают) по сравнению с 5-1 и 5-2 классами: в 5-1 классе – 23,68% обучающихся, в 5-2 классе – 26,32% обучающихся, в 5-3 классе – 36,84% обучающихся, в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Исполнительность» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 39,47% обучающихся, в 5-2 классе – 44,74% обучающихся, в 5-3 классе – 31,58% обучающихся, в 5-4 классе – 23,68% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Исполнительность» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 21,05% обучающихся, в 5-2 классе – 10,53% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 23,68% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Исполнительность» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами (количественные показатели совпадают): в 5-1 классе – 15,79% обучающихся, в 5-2 классе – 18,42% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 15,79% обучающихся.

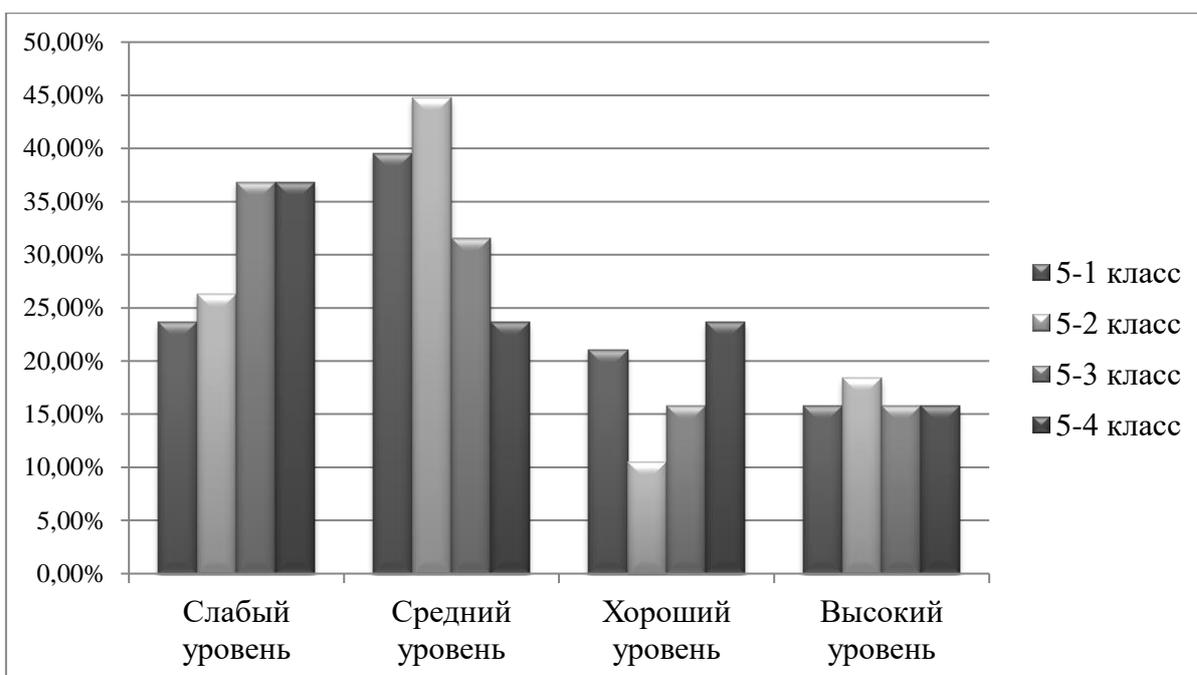


Рисунок 29 – Распределение уровня развития личностного фактора «Исполнительность» по классам

### **Волевой самоконтроль.**

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 15):

Таблица 15 – Личностный фактор «Волевой самоконтроль»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	26,32%	34,21%	26,32%	31,58%	29,6%
Средний уровень	44,74%	34,21%	42,10%	26,32%	36,8%
Хороший уровень	15,79%	15,79%	13,16%	26,32%	17,8%
Высокий уровень	13,16%	15,79%	18,42%	15,79%	15,8%

29,6% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень волевого самоконтроля.

36,8% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень волевого самоконтроля.

17,8% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень волевого самоконтроля.

15,8% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень волевого самоконтроля.



Рисунок 30 – Распределение развития личностного фактора «Волевой самоконтроль» по уровням в 5-х классах

Личностный фактор «Волевой самоконтроль» в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему уровню.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Волевой самоконтроль» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами (количественные показатели 5-1 и 5-3 классов совпадают): в 5-1 классе – 26,32% обучающихся, в 5-2 классе – 34,21% обучающихся, в 5-3 классе – 26,32% обучающихся, в 5-4 классе – 31,58% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Волевой самоконтроль» в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 44,74% обучающихся, в 5-2 классе – 34,21% обучающихся, в 5-3 классе – 42,10% обучающихся, в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Волевой самоконтроль» в 5-4 классе по сравнению с

5-1, 5-2 и 5-3 классами (в 5-1 и в 5-2 классах показатели совпадают): в 5-1 классе – 15,79% обучающихся, в 5-2 классе – 15,79% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Волевой самоконтроль» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами (количественные показатели 5-2 и 5-4 классов совпадают): в 5-1 классе – 13,16% обучающихся, в 5-2 классе – 15,79% обучающихся, в 5-3 классе – 18,42% обучающихся, в 5-4 классе – 15,79% обучающихся.

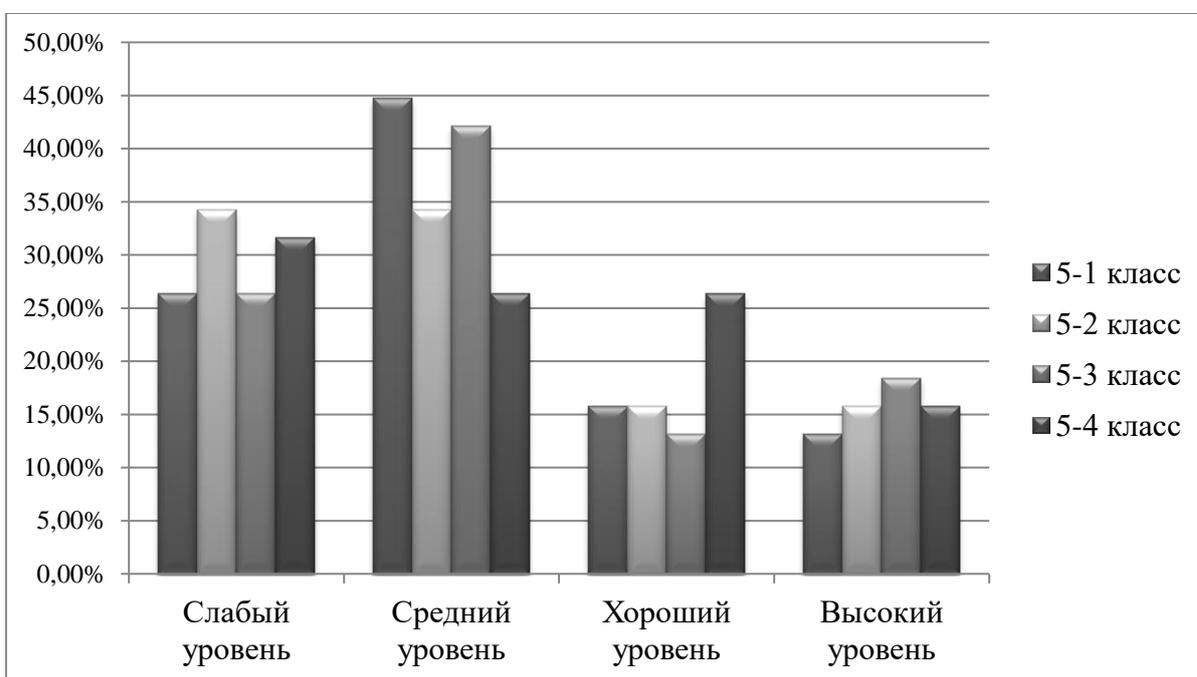


Рисунок 31 – Распределение уровня развития личностного фактора «Волевой самоконтроль» по классам

### Активность.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 16):

Таблица 16 – Личностный фактор «Активность»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	36,84%	47,37%	47,37%	28,95%	40,1%
Средний уровень	52,63%	39,47%	31,58%	36,84%	40,1%

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Хороший уровень	7,89%	13,16%	10,53%	26,32%	14,5%
Высокий уровень	2,63%	0	10,53%	7,89%	5,3%

40,1% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень активности.

40,1% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень активности.

14,5% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень активности.

5,3% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень активности.

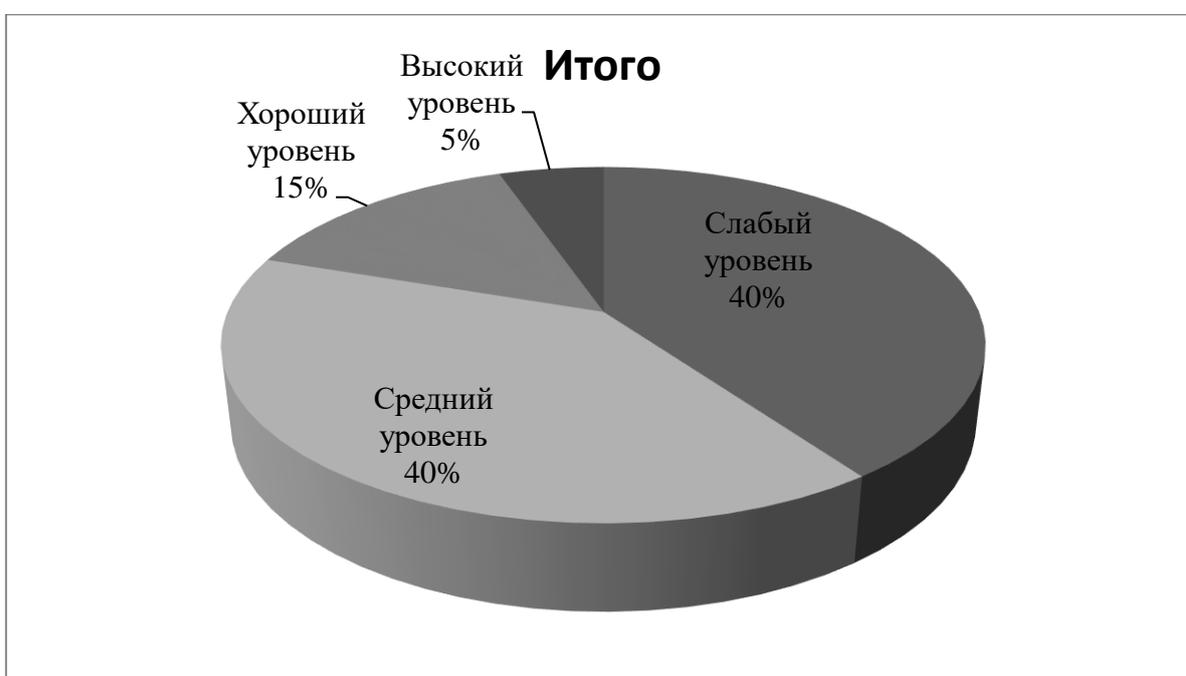


Рисунок 32 – Распределение развития личностного фактора «Активность» по уровням в 5-х классах

Личностный фактор «Активность» в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему и слабому уровням.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Активность» в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами (количественные показатели 5-2 и 5-3 классов совпадают): в 5-1 классе – 36,84% обучающихся, в 5-2 классе – 47,37% обучающихся, в 5-3 классе – 47,37% обучающихся, в 5-4 классе – 47,37% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Активность» в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 52,63% обучающихся, в 5-2 классе – 39,47% обучающихся, в 5-3 классе – 31,58% обучающихся, в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Активность» в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 13,16% обучающихся, в 5-3 классе – 10,53% обучающихся, в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Активность» в 5-3 классе по сравнению с 5-1 и 5-4 классами, в 5-2 классе высокий уровень отсутствует: в 5-1 классе – 2,63% обучающихся, в 5-3 классе – 10,53% обучающихся, в 5-4 классе – 7,89% обучающихся.

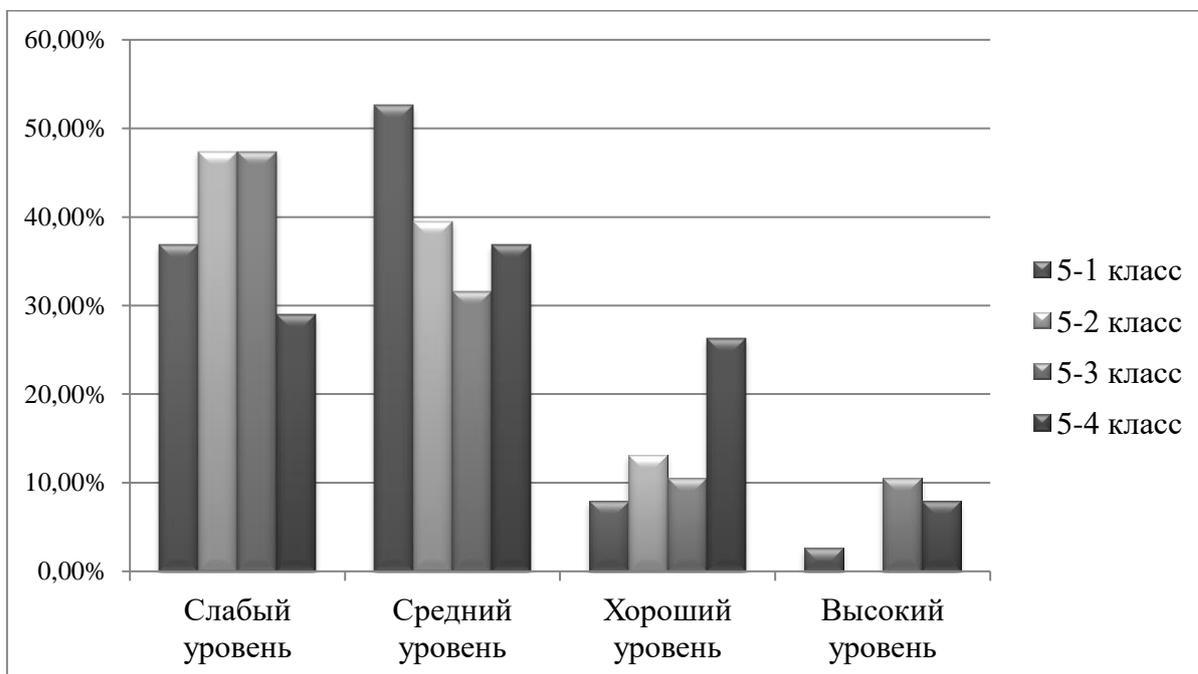


Рисунок 33 – Распределение уровня развития личностного фактора «Активность»

### Самокритичность.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 17):

Таблица 17 – Личностный фактор «Самокритичность»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	13,16%	26,32%	13,16%	15,79%	17,1%
Средний уровень	67,79%	44,74%	28,95%	42,10%	45,3%
Хороший уровень	10,53%	5,26%	28,95%	15,79%	15,2%
Высокий уровень	10,53%	23,68%	28,95%	26,32%	22,4%

17,1% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень самокритичности.

45,3% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень самокритичности.

15,2% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень самокритичности.

22,4% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень самокритичности.

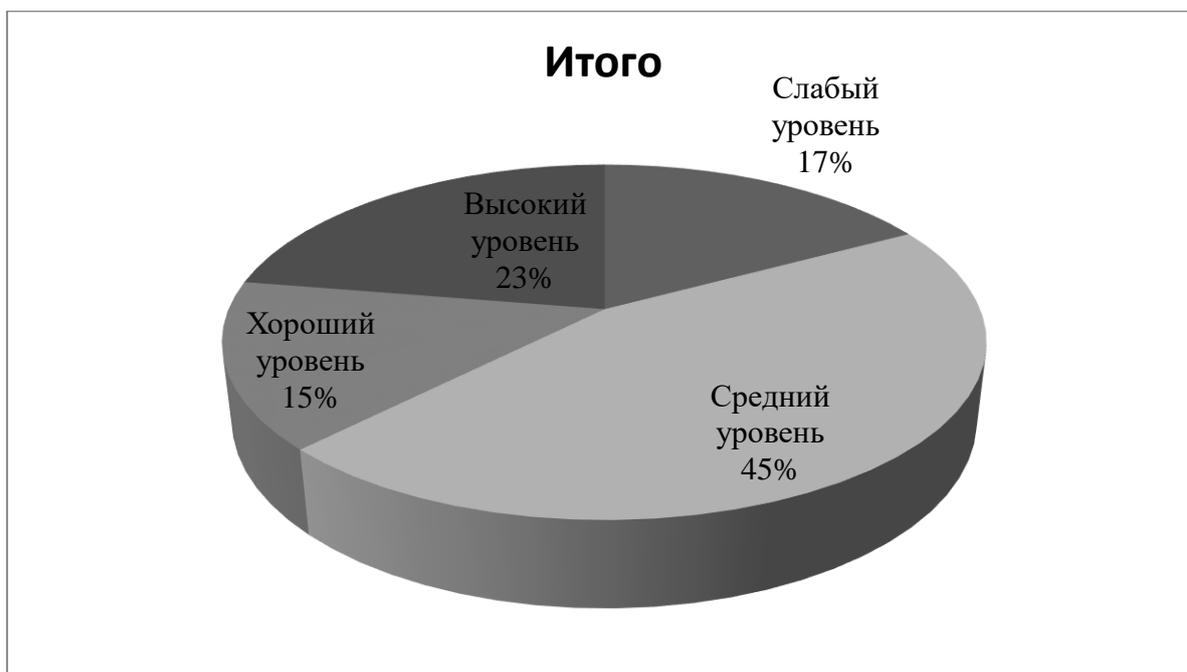


Рисунок 34 – Распределение развития личностного фактора «Самокритичность» по уровням в 5-х классах

Личностный фактор «Самокритичность» в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему уровню.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Самокритичность» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами (количественные показатели 5-1 и 5-3 классов совпадают): в 5-1 классе – 13,16% обучающихся, в 5-2 классе – 26,32% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 15,79% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Самокритичность» в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 67,79% обучающихся, в 5-2 классе – 44,74% обучающихся, в 5-3 классе – 28,95% обучающихся, в 5-4 классе – 42,10% обучающихся.

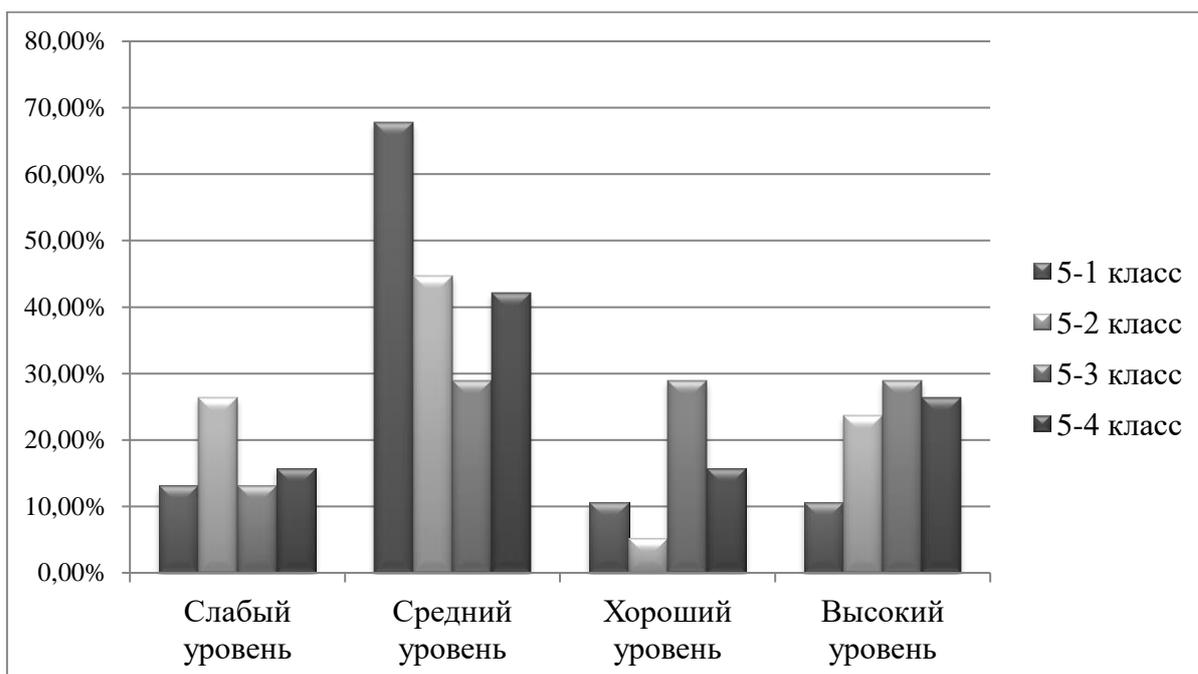


Рисунок 35 – Распределение уровня развития личностного фактора «Самокритичность»

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Самокритичность» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 10,53% обучающихся, в 5-2 классе –

5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 28,95% обучающихся, в 5-4 классе – 15,79% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Самокритичность» в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 10,53% обучающихся, в 5-2 классе – 23,68% обучающихся в 5-3 классе – 28,95% обучающихся, в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

### **Независимость.**

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (таблица 18):

Таблица 18 – Личностный фактор «Независимость»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	55,26%	50%	39,47%	52,63%	49,3%
Средний уровень	28,95%	34,21%	55,26%	36,84%	38,8%
Хороший уровень	7,89%	10,53%	0	7,89%	6,6%
Высокий уровень	7,89%	5,26%	5,26%	2,63%	5,3%

49,3% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень независимости.

38, 38,8% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень независимости.

6,6% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень независимости.

5,3% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень независимости.

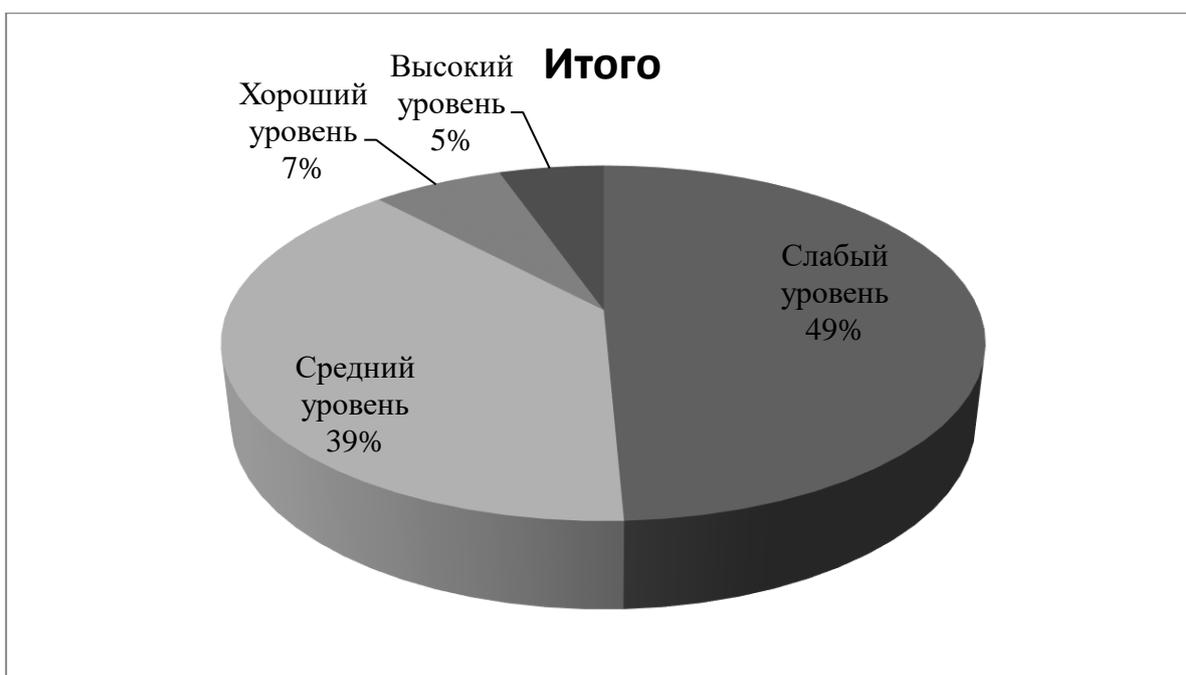


Рисунок 36 – Распределение развития личностного фактора «Независимость» по уровням в 5-х классах

Личностный фактор «Независимость» в пятых классах имеет тенденцию развития к слабому уровню.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Независимость» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 55,26% обучающихся, в 5-2 классе – 50% обучающихся, в 5-3 классе – 39,47% обучающихся, в 5-4 классе – 52,63% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Независимость» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 28,95% обучающихся, в 5-2 классе – 34,21% обучающихся, в 5-3 классе – 55,26% обучающихся, в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Независимость» в 5-2 классе по сравнению с 5-1 и 5-4 классами (количественные показатели совпадают), в 5-3 классе хороший уровень отсутствует: в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 10,53% обучающихся, в 5-4 классе – 7,89% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Независимость» в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами (количественные показатели 5-2 и 5-3 класса совпадают): в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 5,26% обучающихся в 5-3 классе – 5,26% обучающихся, в 5-4 классе – 2,63% обучающихся.

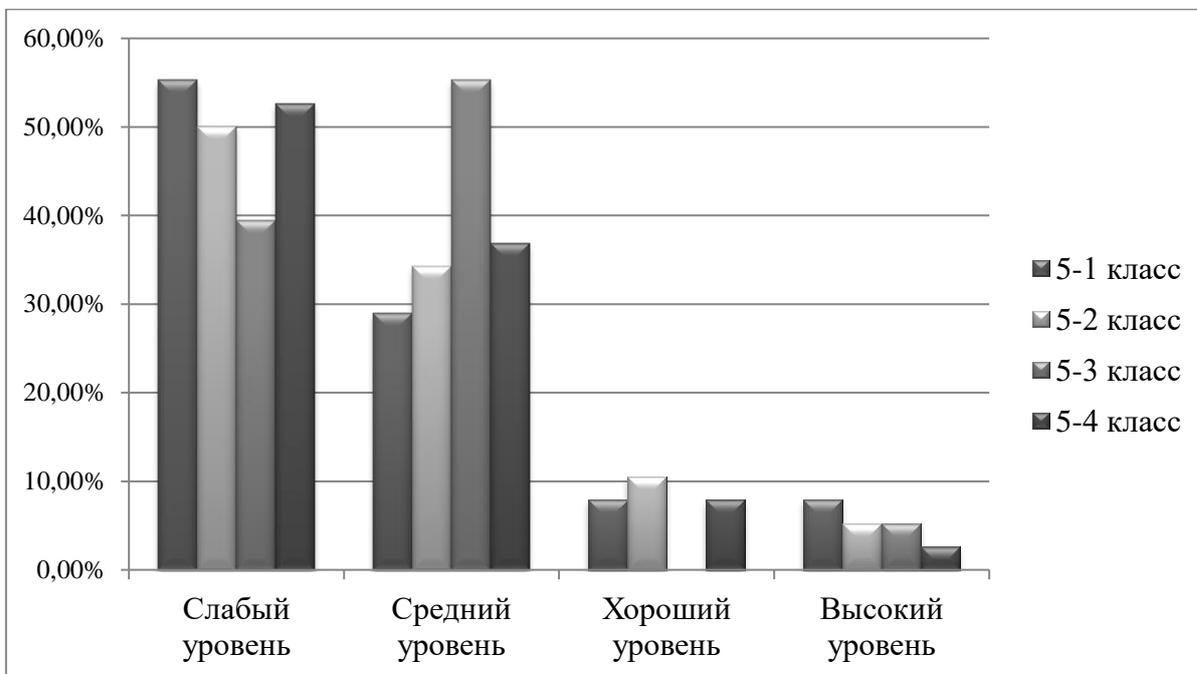


Рисунок 37 – Распределение уровня развития личностного фактора «Независимость»

### Тревожность.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (таблица 19):

Таблица 19– Личностный фактор «Тревожность»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	13,15%	34,21%	39,47%	34,21%	30,3%
Средний уровень	28,95%	55,26%	21,05%	47,37%	38,2%
Хороший уровень	28,95%	10,53%	34,21%	18,42%	23%
Высокий уровень	28,95%	0	5,26%	0	8,5%

30,3% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень тревожности.

38,2% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень тревожности.

23% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень тревожности.

8,5% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень тревожности.

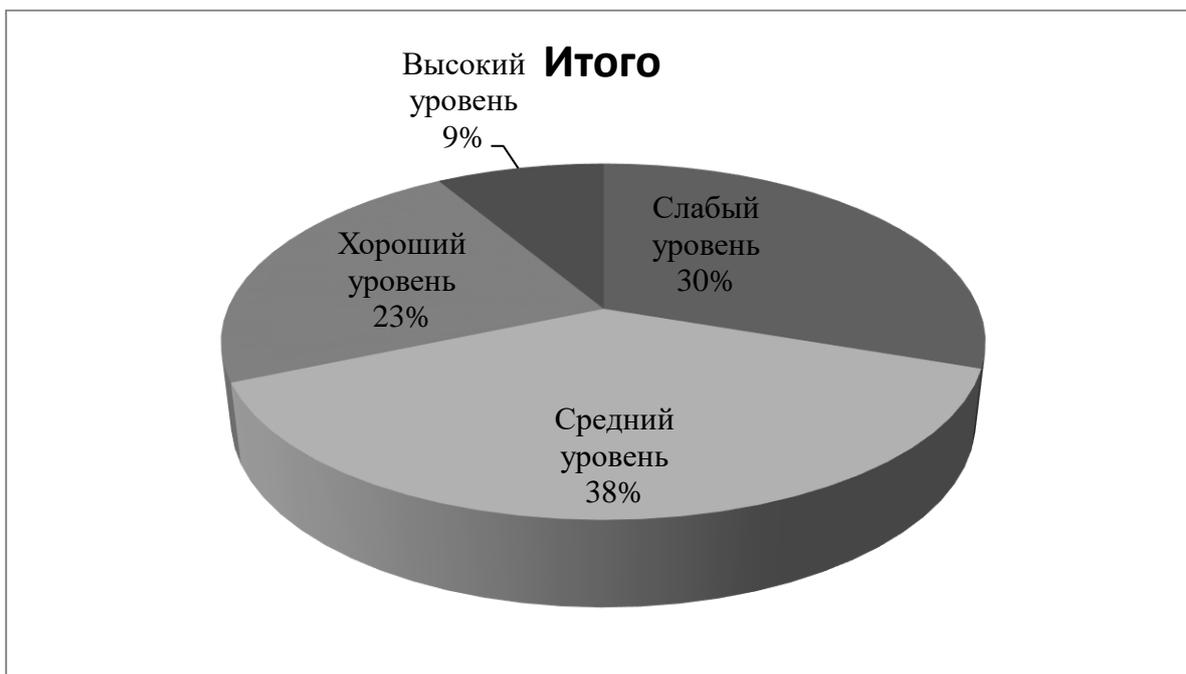


Рисунок 38 – Распределение развития личностного фактора «Тревожность» по уровням в 5-х классах

Личностный фактор «Тревожность» в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему уровню.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Тревожность» в 5-1 классе по сравнению с 5-2, 5-3 и 5-4 классами (в 5-2 и 5-4 классах показатели совпадают): в 5-1 классе – 13,15% обучающихся, в 5-2 классе – 34,21% обучающихся, в 5-3 классе – 39,47% обучающихся, в 5-4 классе – 34,21% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Тревожность» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 28,95% обучающихся, в 5-2 классе – 10,53%

обучающихся, в 5-3 классе – 34,21% обучающихся, в 5-4 классе – 18,42% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Тревожность» в 5-2 классе по сравнению с 5-1 и 5-4 классами (количественные показатели совпадают), в 5-3 классе хороший уровень отсутствует: в 5-1 классе – 7,89% обучающихся, в 5-2 классе – 10,53% обучающихся, в 5-4 классе – 7,89% обучающихся.

Высокий уровень развития личностного фактора «Тревожность» в 5-2 и 5-3 классах отсутствуют, меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Тревожность» в 5-1 классе по сравнению с 5-3 классами: в 5-1 классе – 28,95% обучающихся, в 5-3 классе – 5,26% обучающихся.

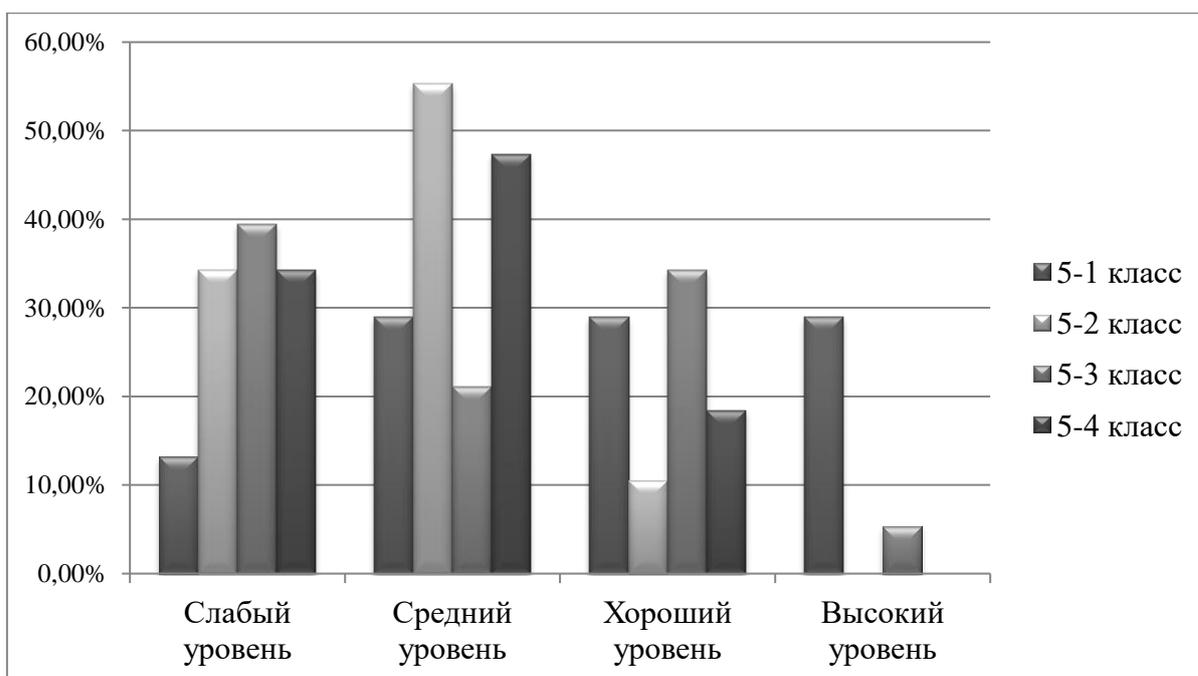


Рисунок 39 – Распределение уровня развития личностного фактора «Тревожность»

### **Эмоциональность.**

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 20):

Таблица 20 – Личностный фактор «Эмоциональность»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	0	10,53%	0	0	2,6%
Средний уровень	28,95%	18,42%	15,79%	36,84%	25%
Хороший уровень	34,58%	34,21%	28,95%	26,32%	30,3%
Высокий уровень	39,47%	36,84%	55,26%	36,84%	42,1%

2,6% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень эмоциональности.

25% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень эмоциональности.

30,3% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень эмоциональности.

42,1% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень эмоциональности.

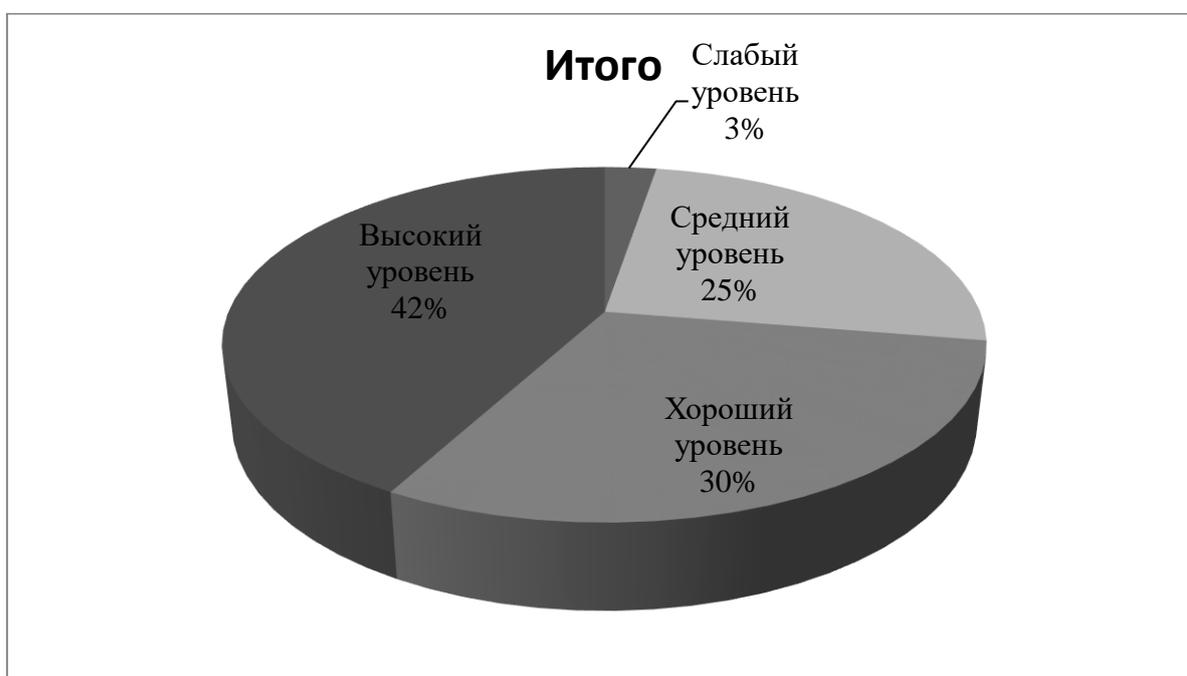


Рисунок 40 – Распределение развития личностного фактора «Эмоциональность» по уровням в 5-х классах

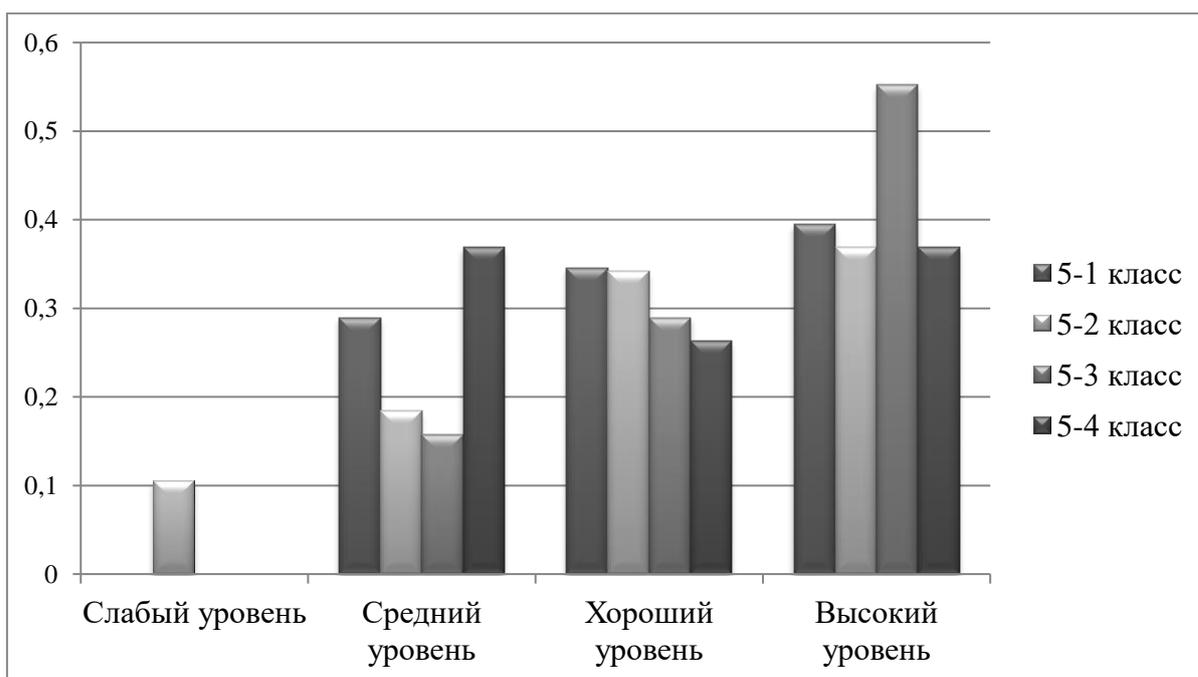
Личностный фактор «Эмоциональность» в пятых классах имеет тенденцию развития к высокому уровню.

Слабый уровень развития личностного фактора «Эмоциональность» отсутствует в 5-1, 5-3, 5-4 классах, в 5-2 - 10,53% обучающихся имеют слабый уровень развития личностного фактора «Эмоциональность»

Меньшее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Эмоциональность» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 28,95% обучающихся, в 5-2 классе – 18,42% обучающихся, в 5-3 классе – 15,79% обучающихся, в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Эмоциональность» в 5-4 классе по сравнению с 5-1 и 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 31,58% обучающихся, в 5-2 классе – 34,21% обучающихся, в 5-3 классе – 28,95% обучающихся в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Эмоциональность» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 39,47% обучающихся, в 5-2 классе – 36,84% обучающихся, в 5-3 классе – 55,26% обучающихся в 5-4 классе – 36,84% обучающихся.



## Рисунок 41 – Распределение уровня развития личностного фактора

### «Эмоциональность»

#### Активность в общении.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 21):

Таблица 21 – Личностный фактор «Активность в общении»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Слабый уровень	42,11%	13,16%	47,37%	44,74%	43,4%
Средний уровень	28,95%	10,53%	18,42%	26,32%	21,1%
Хороший уровень	28,95%	44,74%	31,58%	23,68%	32,2%
Высокий уровень	0	5,26%	2,63%	5,26%	3,2%

43,4% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень активности в общении.

21,1% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень активности в общении.

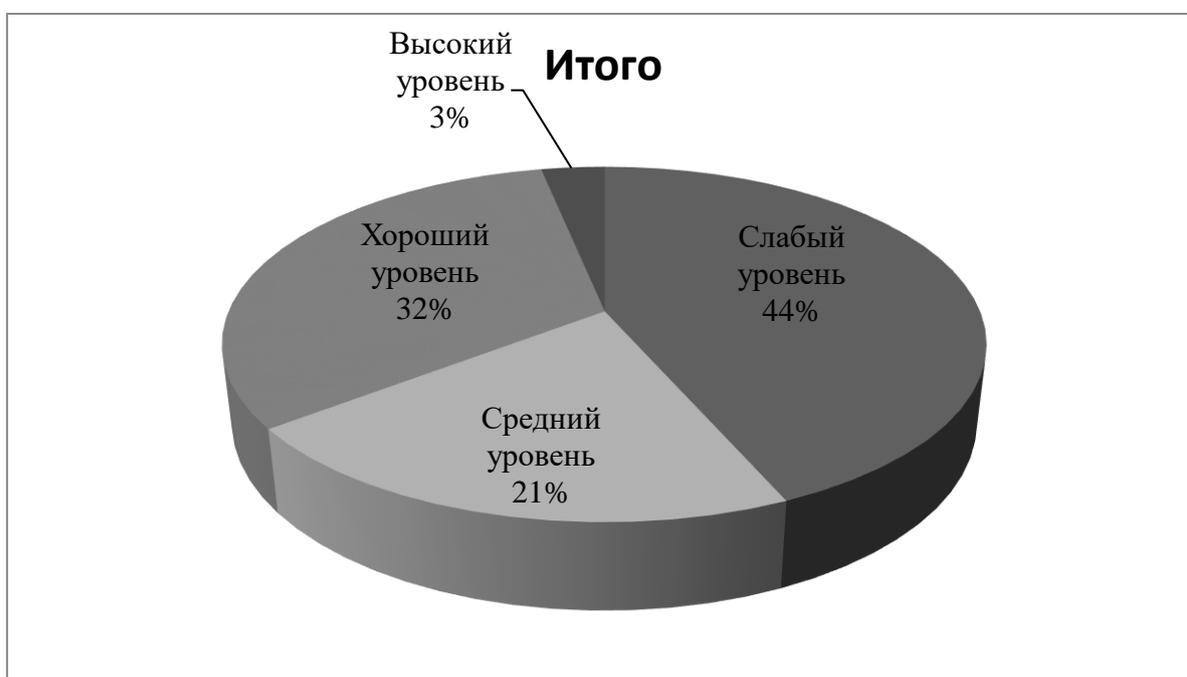


Рисунок 42 – Распределение развития личностного фактора «Активность в общении» по уровням в 5-х классах

32,2% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень активности в общении.

3,2% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень активности в общении.

Личностный фактор «Активность в общении» в пятых классах имеет тенденцию развития к слабому уровню.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Активность в общении» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 42,11% обучающихся, в 5-2 классе – 13,16% обучающихся, в 5-3 классе – 47,37% обучающихся, в 5-4 классе – 44,74% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Активность в общении» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 28,95% обучающихся, в 5-2 классе – 10,53% обучающихся, в 5-3 классе – 18,42% обучающихся, в 5-4 классе – 26,32% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Активность в общении» в 5-2 классе по сравнению с 5-1 и 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 28,95% обучающихся, в 5-2 классе – 44,74% обучающихся, в 5-3 классе – 31,58% обучающихся, в 5-4 классе – 23,68% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Активность в общении» в 5-3 классе по сравнению с 5-2 и 5-4 классами (показатели совпадают), в 5-1 классе показатели отсутствуют: в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 2,63% обучающихся в 5-4 классе – 5,26% обучающихся.

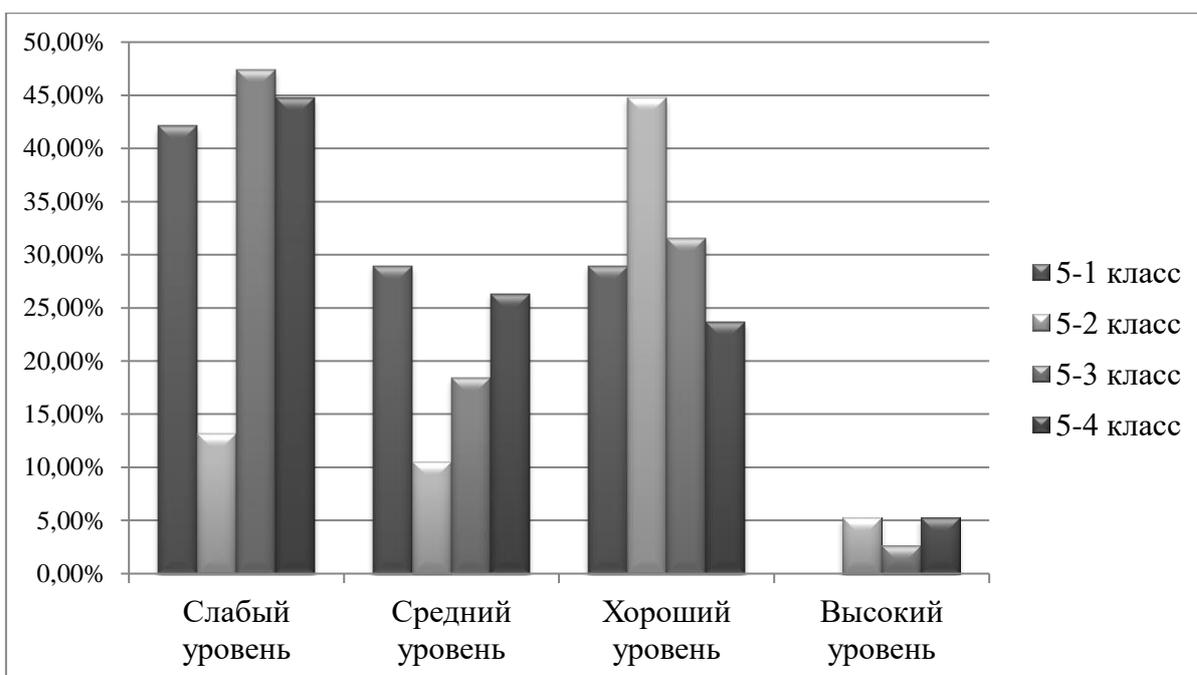


Рисунок 43 – Распределение уровня развития личностного фактора «Активность в общении»

### Потребность в общении

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 22):

Таблица 22 – Личностный фактор «Потребность в общении»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	26,32%	42,10%	34,21%	31,58%	33,5%
Средний уровень	34,21%	31,58%	50%	34,21%	37,5%
Хороший уровень	23,68%	23,68%	13,16%	21,05%	20,4%
Высокий уровень	15,79%	3,63%	2,63%	13,16%	8,6%

33,5% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень потребности в общении.

37,5% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень потребности в общении.

20,4% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень потребности в общении.

8,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень потребности в общении.

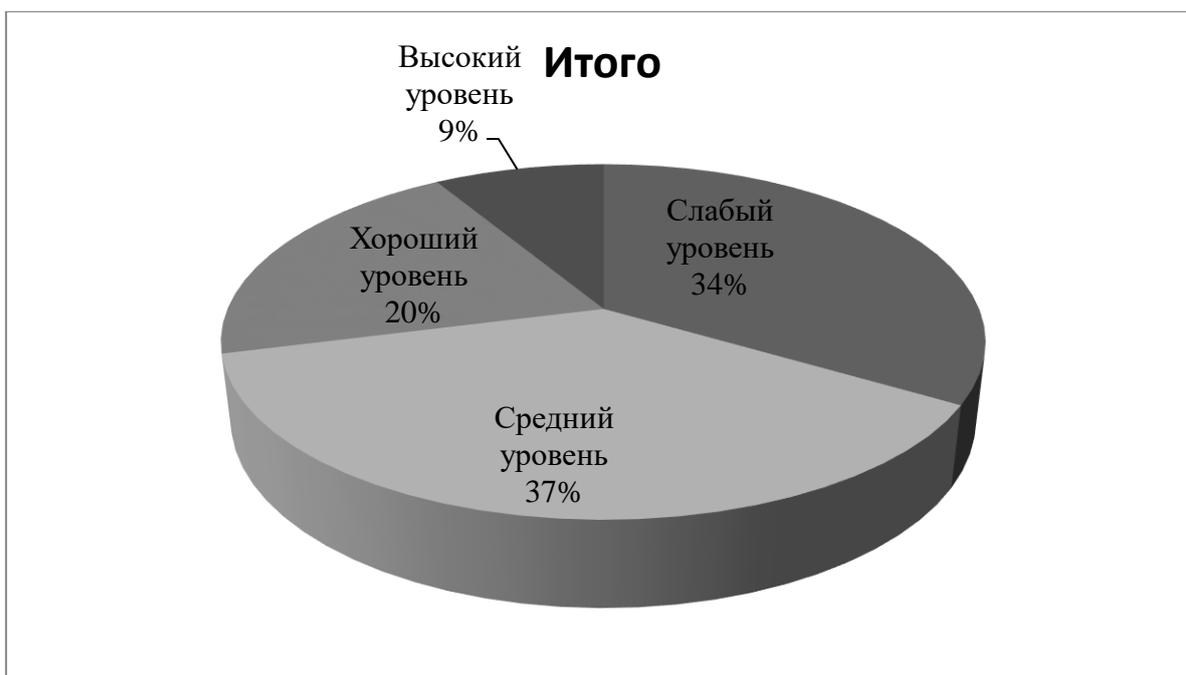


Рисунок 44 – Распределение развития личностного фактора «Потребность в общении» по уровням в 5-х классах

Личностный фактор «Активность в общении» в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему уровню.

Большее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Потребность в общении» в 5-2 классе по сравнению с 5-1, 5-3 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 26,32% обучающихся, в 5-2 классе – 42,10% обучающихся, в 5-3 классе – 34,21% обучающихся, в 5-4 классе – 31,58% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Потребность в общении» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 34,21% обучающихся, в 5-2 классе – 31,58% обучающихся, в 5-3 классе – 50% обучающихся, в 5-4 классе – 34,21% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Потребность в общении» в 5-3 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 23,68% обучающихся, в 5-2 классе

– 23,68% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 21,05% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Потребность в общении» в 5-2 и 5-3 классах (показатели совпадают) по сравнению с 5-1 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 15,79% обучающихся в 5-2 классе – 2,63% обучающихся, в 5-3 классе – 2,63% обучающихся в 5-4 классе – 13,16% обучающихся.

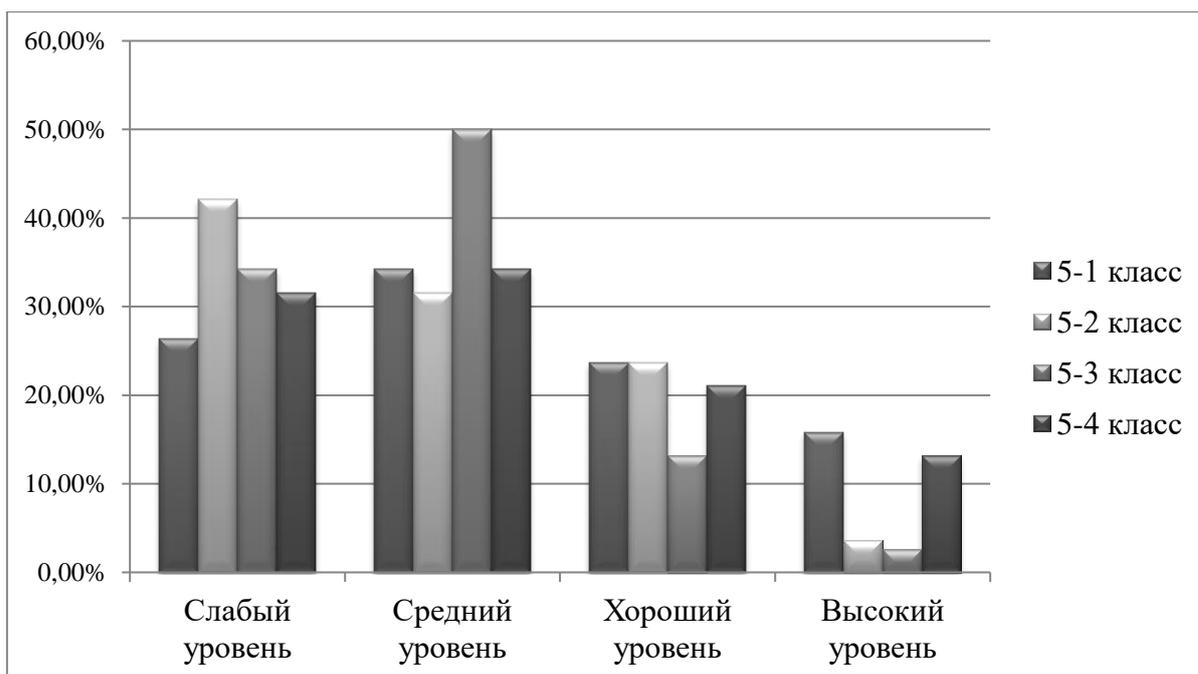


Рисунок 45 – Распределение уровня развития личностного фактора «Потребность в общении»

### Психическое напряжение.

В результате обследования обучающихся пятых классов мы получили следующие данные (Таблица 23):

Таблица 23 – Личностный фактор «Психическое напряжение»

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				Итого
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	
Слабый уровень	31,58%	39,47%	34,21%	21,05%	31,6%
Средний уровень	50%	47,37%	47,37%	71,05%	53,9%
Хороший уровень	13,16%	7,89%	13,16%	5,26%	9,9%

Уровни (зоны)	Количество обучающихся %				
	5-1 класс	5-2 класс	5-3 класс	5-4 класс	Итого
Высокий уровень	5,26%	5,26%	5,26%	2,63%	4,6%

31,6% обучающихся 5-х классов имеют слабый уровень психического напряжения.

53,9% обучающихся 5-х классов имеют средний уровень психического напряжения.

9,9% обучающихся 5-х классов имеют хороший уровень психического напряжения.

4,6% обучающихся 5-х классов имеют высокий уровень психического напряжения.



Рисунок 46 – Распределение развития личностного фактора «Психическое напряжение» по уровням в 5-х классах

Личностный фактор «Психическое напряжение» в пятых классах имеет тенденцию развития к среднему уровню.

Меньшее количество обучающихся имеет слабый уровень развития личностного фактора «Психическое напряжение» в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами: в 5-1 классе – 31,58% обучающихся, в

5-2 классе – 39,47% обучающихся, в 5-3 классе – 34,21% обучающихся, в 5-4 классе – 21,05% обучающихся.

Большее количество обучающихся имеет средний уровень развития личностного фактора «Психическое напряжение» в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-3 классами (показатели 5-2 и 5-3 классов совпадают): в 5-1 классе – 50% обучающихся, в 5-2 классе – 47,37% обучающихся, в 5-3 классе – 47,37% обучающихся, в 5-4 классе – 71,05% обучающихся.

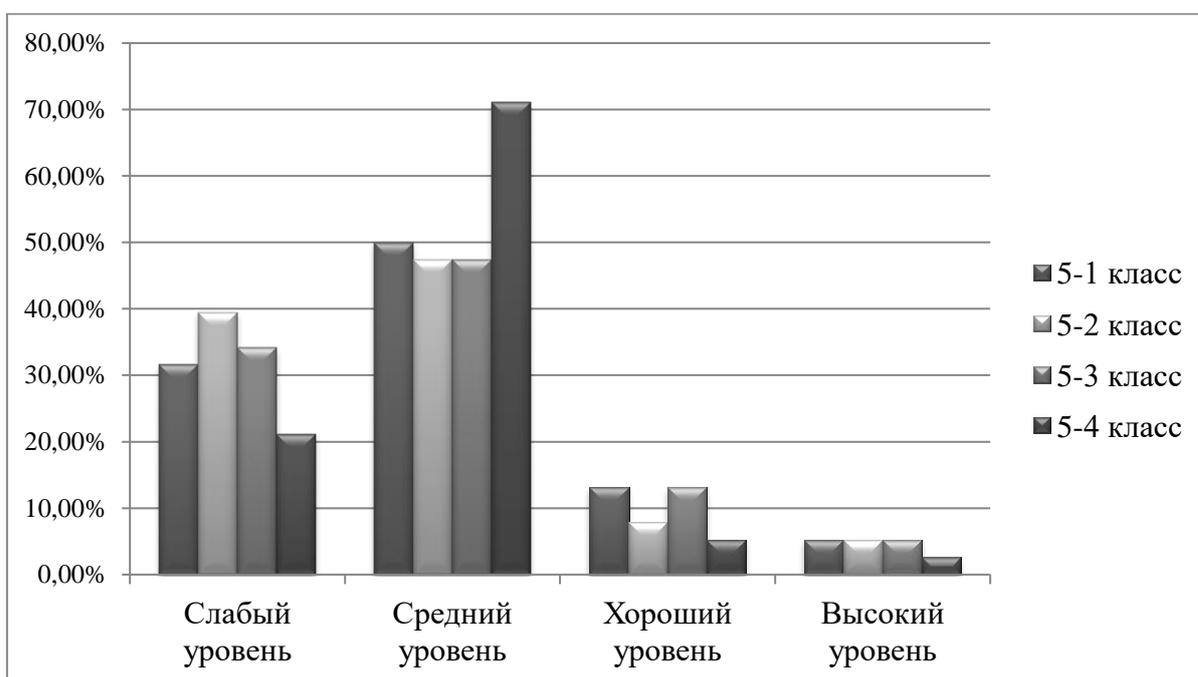


Рисунок 47 – Распределение уровня развития личностного фактора «Психическое напряжение»

Большее количество обучающихся имеет хороший уровень развития личностного фактора «Психическое напряжение» в 5-1 и 5-3 классах (показатели совпадают) по сравнению с 5-2 и 5-4 классами: в 5-1 классе – 13,16% обучающихся, в 5-2 классе – 7,89% обучающихся, в 5-3 классе – 13,16% обучающихся, в 5-4 классе – 5,26% обучающихся.

Меньшее количество обучающихся имеет высокий уровень развития личностного фактора «Психическое напряжение» в 5-4 классе по сравнению с 5-1, 5-2 и 5-4 классами (показатели совпадают): в 5-1 классе –

5,26% обучающихся в 5-2 классе – 5,26% обучающихся, в 5-3 классе – 5,26% обучающихся в 5-4 классе – 2,63% обучающихся.

Таким образом, мы видим, что 67,8% обучающихся пятых классов имеют слабый и средний уровни по 6 и более показателям развития интеллектуальных данных. И 34,9% обучающихся пятых классов имеют низкий и высокий уровни по 5 и более показателям развития личностных качеств. На основании вышеизложенного, мы можем сделать вывод, что не все обучающиеся при переходе в пятый класс психологически готовы к обучению в основной школе. Таким образом, внедрение модели психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе является необходимым

### 2.3 Программа внеурочной деятельности по формированию психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе

Программа внеурочной деятельности.

Данная программа рассчитана на 1 года обучения, предназначена для реализации в группе детей одной возрастной категории и принадлежащих одной параллели классов. Программа рассчитана на 74 часа в год, первые 2 занятия и последние 2 занятия проводятся диагностика, далее занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

**Цель программы:** формирование психологической готовности к обучению в основной школе посредством применения образовательной кинезиологии.

**Задачи:**

– сформировать представление у обучающихся об основных кинезиологических упражнениях и первичные теоретическими знаниями о влиянии данных упражнений на способность обучаться;

– научить обучающихся выполнять кинезиологические упражнения;

– сформировать потребность обучающихся применять кинезиологические упражнения самостоятельно.

**Занятия по внеурочной деятельности** предполагают использование **игровых форм**, как основы занятий, с использованием **элементов тренинга**.

Каждое занятие строится по определенному алгоритму:

1. ритуал приветствия, организационный момент,
2. психологическая разминка,
3. кинезиологические методы с приемами рисования, пальчиковой гимнастики,
4. упражнения образовательной кинезиологии,
5. релаксация,
6. ритуал прощания.

**Планируемые результаты:**

– приобретение обучающимися первичных знаний о правилах выполнения основных кинезиологических упражнениях, их влиянии на организм человека, его психическое состояние и возможность развития навыков необходимых в процессе обучения с применением данных упражнений;

– получение обучающимися опыта переживания позитивного общения в группе, собственной успешности в групповом общении и достижении результата при выполнении кинезиологических упражнений;

– получение обучающимися начального опыта самостоятельного применения кинезиологических упражнений на занятиях, а также в повседневной жизни.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают необходимые **эффекты:**

– на первом уровне обучающиеся развивают мелкую моторику рук, влияющую на скоординированное функционирование нервной, мышечной и зрительной системы;

– на втором этапе у обучающихся происходит стимуляция работы как крупной, так и мелкой моторики, стимуляция и интеграция связей между левым и правым полушарием головного мозга, возникает полноценное восприятие материала как на аналитическом уровне, так и на уровне обобщения;

– на третьем уровне снимаются негативные влияния различных рефлексов, обеспечивается необходимая скорость и интенсивность протекания между клетками и группами нервных клеток головного мозга, закрепляется позитивное отношение к реальной жизни, а также позитивное восприятие собственного «Я» личности, стабилизируются и ритмируются нервные процессы организма, что способствует спокойному, успешному учению.

**Оценка эффективности** программы внеурочной деятельности является составной частью реализации программы. Мониторинг представляет собой систему психолого-педагогических исследований, направленных на комплексную оценку эффективности программы внеурочной деятельности. Мониторинг осуществляется с применением методики «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах» Л. А. Ясюковой. Разработанный комплекс диагностических методик предназначен для психологического сопровождения учащихся 3-6 классов и дает возможность оценить вероятность и выявить причины затруднений в учебной деятельности детей при переходе из начальной школы в среднюю, осуществить мероприятия, направленные на их предупреждение и коррекцию. В состав комплекса включены специально адаптированный для детского возраста вариант теста структуры интеллекта Амтхауэра, тест Равена, модифицированный вариант детского личностного опросника

Кеттелла, тест Тулуз-Пьерона, методики для оценки навыков чтения и самостоятельности мышления.

В рамках внедрения программы внеурочной деятельности следует выделить три этапа:

**Этап 1.** Контрольный этап (начало учебного года) ориентирован на сбор данных и психолого-педагогического обследования обучающихся до реализации программы внеурочной деятельности.

**Этап 2.** Формирующий этап (в течение всего учебного года) предполагает реализацию программы внеурочной деятельности, при чем в процессе может происходить корректировка тематического планирования, в зависимости от уровня развития обучающихся.

**Этап 3.** Интерпретационный этап (окончание учебного года) ориентирован на сбор данных психолого-педагогического обследования обучающихся после реализации годовой программы внеурочной деятельности. Заключительный этап предполагает **исследование динамики** развития младших школьников и анализ выполнения календарно-тематического планирования.

В программе реализуется 7 блоков:

1. Диагностический блок. Позволяет определить уровень развития детей и скорректировать программу в соответствии с полученными данными. Также дает представление о результативности программы.

2. Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков чтения. Формирование зрительных навыков, обеспечивающих чтение, начинается с развития координации движений обоих глаз слева направо и навыков пересечения середины страницы, а соответственно и среднего зрительного поля. Для того чтобы читать, один глаз должен быть ведущим при сосредоточении, а другой – при построчном прослеживании.

3. Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков мышления. Развитие разных модальностей (зрительное, слуховое,

тактильное, кинестетическое восприятие) и соответствующие разнонаправленные процессы, необходимых для овладения навыками по математике и письму. Формирование восприятия левой и правой сторон, верха и низа, как единого зрительного пространства. Развитие кратковременной и долговременной памяти.

4. Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков письма. Развитие потребности общаться посредством символов - это первый шаг на пути овладения навыками письма. Работа крупной моторики является основой для развития ведущей руки и контроля за тонкой моторикой.

5. Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков самосознания. Развитие активного слушания включает в себя как восприятие, так и обработку значения услышанного и является обязательным условием для успешной коммуникации. Во внешнем плане для слушания и устной речи необходимы ответные двигательные реакции. Внутренне человек должен объяснить себе мысли и ассоциации, чтобы быть способным реагировать на уровне своего опыта. Обратная и последующая связь обеспечивает понимание и возможность самовыражения.

6. Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков выполнения домашнего задания. Развитие внутренней речи необходимо для интерпретации абстрактных идей, и для того, чтобы обеспечить такое развитие языка, когда словарь чтения становится богаче словаря коммуникации (что в норме происходит после шести лет). Слуховой и зрительный опыт интегрируются для того, чтобы накапливать информацию в долговременной памяти и в последствии использовать ее для анализа и воспроизведения при вербальном общении.

7. Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков заботы о личной экологии. Формирование уверенности в рамках собственного личного пространства помогает чувствовать себя

защищенным, подсказывает, когда стоит рисковать, и ведет к уважению личного пространства других людей. Личное пространство - это мгновенно реагирующая зона вокруг нашего тела, которая включает в себя все окружающее пространство, физически достижимое в разных направлениях. В этом пространстве человек «излучает» свои мысли, чувства и выражает свое «Я».

### Календарно-тематическое планирование

#### 1 год обучения

№	Тема	Количество часов
1.	Контрольная диагностика по методике «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах» Л. А.Ясюковой.	5
2.	Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков чтения. Работа с тревожностью.	13
3.	Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков мышления. Умение ладить с людьми.	13
4.	Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков письма. Навыки работы в команде.	3
5.	Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков самосознания. Развитие самосознания.	13
6.	Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков выполнения домашнего задания. Групповая сплоченность.	17
7.	Комплекс упражнений влияющих на выработку навыков заботы о личной экологии. Чувство принадлежности к группе.	5
8.	Контрольная диагностика по методике «Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах» Л. А.Ясюковой	5
Итого:		74

#### Структура занятия

№	Этапы занятия	Цель	Кол-во минут
1.	Ритуал приветствия, организационный момент	Настрой на работу	5 мин.
2.	Психологическая разминка	Снятие эмоционального напряжения	5 мин.
3.	Кинезиологические методы с приемами рисования, пальчиковой гимнастики.	Развитие мелкой моторики	12,5 мин.
4.	Образовательная кинезиология	Развитие межполушарного взаимодействия	12,5 мин
5.	Релаксация	Закрепление позитивного настроения	5 мин

б.	Ритуал прощания	Выход из рабочего состояния	5 мин
Итого			45 минут

### Вывод по II главе

На основании ранее возрастных особенностей новообразований младших школьников мы разработали модель психологической готовности к обучению в основной школе. Можно сказать, что младший школьник готов к обучению в основной в школе, когда наряду с возрастными изменениями и взаимосвязано с ними у него своевременно развиваются возрастные новообразования, влияющие на его обучение. Таким образом, при сформированной субъектности, на развитие которой влияют общие интеллектуальные навыки, уровень развития интеллектуальных операций, мотивация, социализация, контролирующая и направляющая составляющие, младший школьник может успешно продолжить обучение в основной школе.

Проведя констатирующий эксперимент, мы выяснили, что 64,5% обучающихся четвертых классов и 67,8% обучающихся пятых классов по развитию интеллектуальных данных будут испытывать серьезные трудности при обучении в основной школе. И 36,7% обучающихся четвертых классов и 34,9% обучающихся пятых классов по развитию личностных качеств будут испытывать трудности при обучении в основной школе. В данной ситуации мы можем сказать, что эти обучающиеся не готовы к обучению в основной школе по различным показателям.

Для формирования готовности младших школьников к обучению в основной школе нами была разработана программа внеурочной деятельности рассчитанная на **эффекты** от ее усвоения младшими школьниками: развитие мелкой моторики рук, влияющую на скоординированное функционирование нервной, мышечной и зрительной системы, стимуляция работы как крупной, так и мелкой моторики,

стимуляция и интеграция связей между левым и правым полушарием головного мозга, возникает полноценное восприятие материала как на аналитическом уровне, так и на уровне обобщения, на третьем уровне снимаются негативные влияния различных рефлексов, обеспечивается необходимая скорость и интенсивность протекания между клетками и группами нервных клеток головного мозга, закрепляется позитивное отношение к реальной жизни, а также позитивное восприятие собственного «Я» личности, стабилизируются и ритмируются нервные процессы организма, что способствует спокойному, успешному учению.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель исследования заключалась в создании модели психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

В процессе работы мы проанализировали сущность понятия психологическая готовность к школьному обучению имеющиеся в психологических исследованиях и литературе для определения понятия психологической готовности к обучению в основной школе.

Готовность к обучению в школе – это необходимый и достаточный уровень развития ребенка для освоения школьной учебной программы в условиях обучения в коллективе сверстников. При этом необходимый и достаточный уровень развития ребенка должен быть таким, что бы программа соответствовала зоне его ближайшего развития.

Изучили особенности развития детей в период перехода от младшего школьного возраста к подростковому возрасту и пришли к выводу, что психологическую готовность к обучению в основной школе можно рассматривать как показатель определенных норм возрастного развития.

На основании изученного понятия готовность к обучению в школе, и учитывая возрастные особенности детей, мы выделили основные составляющие психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе: мотивационную, направляющую, интеллектуальный, контролирующую, социальную.

На основании изученного материала была разработана модель психологической готовности к обучению в основной школе.

Так же был проведен констатирующий эксперимент, по результатам которого можно сделать вывод, что формирование психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе является необходимостью. Так как по результатам обследования 64,5% обучающихся четвертых классов и 67,8% обучающихся пятых классов имеют слабый и средний уровни по 6 и более показателям развития

интеллектуальных данных, 36,7% обучающихся четвертых классов и 34,9% обучающихся пятых классов имеют уровни низкий высокий по 5 и более показателям развития личностных качеств.

На основании этого была разработана программа внеурочной деятельности по формированию психологической готовности младших школьников к обучению в основной школе.

Таким образом, поставленная цель была достигнута, обозначенные задачи были решены.

### Список используемых источников.

1. Авдулова, Т. П. Возрастная психология: Учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования [Текст] / Т. Д. Марцинковская, Т. П. Авдулова . – Москва : ИЦ Академия, 2011. - 336 с.
2. Акимова, М. К. Диагностика умственного развития детей [Текст] / М. К.Акимова, В. Т Козлова Санкт-Петербург.: Питер, 2006. 240 с.
3. Ананьев, Б. Г. Избранные психологические труды : в 2 т. [Текст] / Акад. пед. наук СССР. — Москва : Педагогика, 1980. — (Труды действительных членов и членов-корреспондентов Акад. пед. наук СССР) Т. 2 / под ред. А. А. Бодалева, Б. Ф. Ломова, Н. В. Кузьминой. — 1980. — 286, [1] с. : 1 л. портр. — Библиогр.: с. 268-271. — Список науч. тр. Б.Г. Ананьева: с. 272-284. — Предм. указ.: с. 279-284.
4. Ананьев, Б. Г. Анализ трудностей в процессе овладения детьми чтением и письмом [Текст] / Известия АПН РСФСР. 1955. Вып. 70. С. 105-149.
5. Андреева, А. Д. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы [Текст] / Под ред. И. В. Дубровиной. Т. В. Вохмянина, А. А. Воронова, Н. И. Гуткина, Е. Е. Данилова, И. В. Дубровина, В. И. Екимова, В. В. Зацепин, Д. В. Лубовский, А. Б. Николаева, В. Э. Пахальян, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых – 4-е изд. – Екатеринбург : Деловая книга, 2000. — 176 с.
6. Бешенков, С.А. Моделирование и формализация [Текст] : метод. пособие / С.А. Бешенков. – Москва : БИНОМ. Лаборатория знаний, 2002. – 336 с.
7. Батюта, М. Б. Возрастная психология [Текст]: Учебное пособие / М. Б. Батюта, Т. Н. Князева. – Москва : Логос, 2013. - 306 с.

8. Битянова, М. Р. Работа психолога в начальной школе [Текст] – Москва : Совершенство, 1998. – 352 с.
9. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды [Текст] / Под ред. Д. И. Фельдштейна. – Москва : Воронеж: Ин-т практической психологии, 1995. – 348 с.
10. Божович, Л. И. Возрастные закономерности формирования личности ребенка [Текст] / Автореф. дис. д-ра пед. наук (по психологии). Москва, 1966. – 40 с.
11. Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Москва, 1968. – 398 с.
12. Божович, Л. И. Проблема развития мотивационной сферы ребенка [Текст] / Под ред. Л. И. Божович и Л. В. Благонадежиной // Изучение мотивации поведения детей и подростков. Москва, 1972. – 351 с.
13. Божович, Л. И. О культурно-исторической концепции Л. С. Выготского и ее значении для современных исследований психологии личности [Текст] // Божович Л. И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды. / Под ред. Д. И. Фельдштейна. – Издание 2-е, стереотипное. — Москва : Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК" 1997. — С. 288—301.
14. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология [Текст]: Учебное пособие / А. К. Болотова, О. Н. Молчанова. – Москва : ИД ГУ ВШЭ, 2012. – 526 с
15. Болотова, А. К. Психология развития и возрастная психология [Текст] : Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения / А. К. Болотова. – Санкт-Петербург : Питер, 2018. – 478 с.
16. Бюлер, Ш. Что такое пубертатный период [Текст] / Психология подростка : хрестоматия /сост. Ю. И. Фролов. Москва : Российское педагогическое агентство, 1997. – 526 с.

17. Венгер, А. Л. На что жалуетесь? Выявление и коррекция неблагоприятных вариантов развития личности детей и подростков [Текст] / Москва – Рига : ПЦ “Эксперимент”, 2000. – 179 с.
18. Венгер, А. Л. Психологическое консультирование и диагностика [Текст] : Практическое руководство А. Л Венгер., Г. А. Цукерман. – Москва : Генезис, 2001. – 160 с.
19. Венгер, А. Л. Психологическое обследование младших школьников - (Б-ка школьного психолога). А. Л Венгер., Г. А. Цукерман. – Москва : Изд-во Владос-Пресс, 2001. – 159 с.
20. Венгер, А. Л. Детская и подростковая клиническая психология [Текст] // Детская и подростковая психиатрия и медицинская психология / Под ред. Ю. С. Шевченко и А. Л. Венгера. – Москва : ИД Медпрактика-М, 2006. – С. 296–536.
21. Венгер, А. Л. Экстренная психологическая помощь детям и подросткам [Текст]: учебное пособие. А. Л. Венгер, Е. И. Морозова. Дубна : Гос. ун-т «Дубна», 2016. – 144 с.
22. Венгер, А. Л. Клиническая психология развития [Текст]: учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры. А.Л. Венгер, Е. И Морозова– Москва : Юрайт, 2017. – 312 с.
23. Вишнякова, С. М. Профессиональное образование: Словарь : Ключевые понятия, актуал. Лексика [Текст] / С. М. Вишнякова; М-во общ. и проф. образования РФ. Упр. сред. проф. образования, Науч.-метод. центр сред. проф. образования. – Москва : Новь, 1999. - 535
24. Власова, Н. Н. Особенности доминирования мотивов у детей младшего школьного возраста [Текст]. Автореф. Канд. дисс. М., 1977. – 16 с.
25. Волков, Б. С. Возрастная психология [Текст]:. В 2 ч. Ч.2: От младшего школьного возраста до юношества / Б. С. Волков. – Москва : Владос, 2010. - 343 с.

26. Волков, Б. С. Возрастная психология [Текст] :. В 2 ч. Ч.1: От рождения до поступления в школу / Б.С. Волков. – Москва : Владос, 2010. - 366 с.
27. Волков, Б.С. Возрастная психология [Текст]: / Б.С. Волков. – Москва : Академический проект, 2008. - 668 с.
28. Выготский Л. С. Педагогическая психология [Текст] / Москва : Работник просвещения, 1926. 348 с.
29. Выготский Л. С. Исследование педагогического процесса для учителей [Текст] / Под ред. Л. С. Выготского, А. А. Нусенбаума. Москва : Работник просвещения, 1930. 341 с.
30. Гамезо, М. В. Возрастная и педагогическая психология [Текст] / М. В. Гамезо, Е. А. Петрова. – Москва : ПО России, 2009. – 512 с.
31. Гони́на, О. О. Психология развития и возрастная психология [Текст]: (для бакалавров) / О. О. Гони́на. – Москва : КноРус, 2014. – 232 с.
32. Григорьев Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Москва : Просвещение, 2010. — 223 с.
33. Гурова, Е. В. Психология развития и возрастная психология: Тесты / Е. В. Гурова. – Москва : Аспект-Пресс, 2005. – 174 с.
34. Гуткина Н. И. Психологическая готовность к школе [Текст]: Н. И Гуткина – Санкт-Петербург.: Питер, 2004. – 208с.:ил.
35. Давыдов В. В. Психологическая теория учебной деятельности и методов начального обучения, основанных на содержательном обобщении [Текст]: В. В. Давыдов – Томск : Пеленг, 1992 115 с.
36. Дарвиш, О. Б. Возрастная психология[Текст]: Учебное пособие / О. Б. Дарвиш; Под ред. В. Е. Клочко. – Москва : КДУ, Владос-Пр., 2013. - 264 с.
37. Дарвиш, О. Б. Возрастная психология [Текст]: Учебное пособие / О. Б. Дарвиш. – Москва : КДУ, 2013. - 264 с.

38. Деннисон, П. Гимнастика Мозга [Текст]: Книга для родителей и педагогов. 2-е издание, дополненное / П. И Деннисон., Г. И Деннисон. – Москва : Восхождение, 1998 г
39. Дольто, Ф. На стороне подростка [Текст]: / Франсуаза Дольто ; [перевод с фр. А. К. Борисовой; предисл. М. М. Безруких]. — Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2010. – 423 с.
40. Дубровина, И. В. Возрастная и педагогическая психология [Текст]: Хрестоматия / И. В. Дубровина, А. М. Прихожан, В. В. Зацепин. – Москва : Academia, 2018. – 256 с.
41. Дубровина И. В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми [Текст]: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений /, А. Д. Андреева, Е.Е.Данилова, Т. В. Вохмянина; Под ред. И.В.Дубровиной. – Москва : Издательский центр «Академия», 1998. – 60 с.
42. Закон РФ от 10 июля 1992 года №3266-1 статьи 9,13,14,15,32 (ред. от 02.02.2011) «Об образовании».
43. Истратова О. Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники [Текст] / О. Н. Истратова. – Ростов на Дону : Феникс, 2007. – 349
44. Истратова О. Н. Справочник психолога средней школы [Текст] / О. Н. Истратова, Т. В. Эксакусто. – Изд. 6-е. – Ростов н/Д : Феникс, 2010. – 510,
45. Казанская, К. О. Детская и возрастная психология. Конспект лекций [Текст] / К. О. Казанская. – Москва : А-Приор, 2010. – 160 с.
46. Казанская, К. О. ВПС: Возрастная психология. Конспект лекций [Текст] / К. О. Казанская. – Москва : А-Приор, 2008. - 160 с.
47. Кле, М. Психология подростка : Психосексуал. развитие [Текст]: [Пер. с фр.] / Мишель Кле – Москва . : Педагогика, 1991. – 171 с.
48. Козуб, Е. Л. Динамика и закономерности психического развития личности [Текст]: учеб. пособие / Е. Л. Козуб; М-во общ. И проф.

Образования Рос. Федерации. – Липецк: Липецкий гос. техн. ун-т, 1999. – 59 с.

49. Корнев, А. Н. Нарушения чтения и письма у детей [Текст] / А. Н. Корнев. – Санкт-Петербург : Речь, 2003. – 286 с.

50. Кравцова, Е. Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе [Текст] / Е. Е. Кравцова, НИИ дошк. воспитания АПН СССР. – Москва : Педагогика, 1991. – 150с.

51. Кравцова Е. Е. Психологические новообразования дошкольного возраста [Текст] // Вопросы психологии, 1996, № 6. Портал психологических изданий PsyJournals.ru – <https://psyjournals.ru/authors/a1249.shtml> [Кравцова Елена Евгеньевна]

52. Кулагина, И. Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека [Текст]: Учебное пособие. / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – Москва : Академический проект, 2015. – 420 с.

53. Леонтьев, А. Н. Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста [Текст] / под ред. А. Н. Леонтьева, А. В. Запорожца. – Москва : 1995. – 132 с.

54. Лебедева, Н. В. Психологические основы подготовки младших школьников к обучению в основной школе [Текст]: учеб. пособие по спецкурсу / Н. В. Лебедева ; М-во образования и науки Рос. Федерации, Псков. гос. пед. ин-т им. С. М. Кирова. – Псков : Псков. гос. пед. ин-т им. С. М. Кирова, 2004. – 135 с.

55. Лодатко, Е. А. Моделирование педагогических систем и процессов [Текст] : монография / Е. А. Лодатко. – Славянск : СГПУ, 2010. – 148

56. Локалова, Н. П. Как помочь слабоуспевающему школьнику. Психодиагностические таблицы: причины и коррекция трудностей при обучении младших школьников русскому языку, чтению и математике [Текст]. – Изд. 3-е, перераб. и доп. – Москва : «Ось-89», 2001. - 96 с

57. Мамайчук, И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии [Текст] : учеб. пособие для вузов / И. И. Мамайчук. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 318 с
58. Мандель, Б. Р. Возрастная психология: Учебное пособие / Б. Р. Мандель – Москва : Вузовский учебник, НИЦ Инфра-М, 2013. - 352 с.
59. Маркова, А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте [Текст]: Пособие для учителя / А. К. Маркова. - Москва : Просвещение, 1983. - 96 с.
60. Марцинковская, Т. Д. Возрастная психология [Текст] / Т. Д. Марцинковская. – Москва : Академия, 2017. - 319 с.
61. Марцинковская, Т. Д. Психология развития [Текст] /под ред. Т. Д. Марцинковской. – 2-е изд. – Москва : 2005. – 527с.]
62. Мухина, В. С. Возрастная психология: Феноменология развития [Текст]: Учебник / В. С. Мухина. – Москва : Академия, 2016. – 272 с.
63. Нижегородцева, Н. В. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе [Текст]: Пособие для практ. психологов, педагогов и родителей / Н. В. Нижегородцева, В. Д. Шадриков. – Москва : ВЛАДОС, 2001. - 256 с.
64. Обухова, Л. Ф. Возрастная психология [Текст]: Учебник для вузов / Л. Ф. Обухова. – Москва : Юрайт, МГППУ, ИД Юрайт, 2010. – 460 с.
65. Пак, Т. С. Психология развития и возрастная психология [Текст] / Т. С. Пак. – Москва : Человек, 2010. – 48 с.
66. Пиаже, Ж. Избранные психологические труды [Текст] : Психология интеллекта. Генезис числа у ребенка. Логика и психология : пер. с фр. / предисл. В. А. Лекторского и др., с. 9-53. – Москва : Просвещение, 1969. – 659 с.

67. Пиаже, Ж. Речь и мышление ребенка [Текст] / Жан Пиаже; Сост., новая ред. пер. с фр., коммент. Вал. А. Лукова, Вл. А. Лукова. – Москва : Педагогика-пресс, 1994. – 526,.
68. Поливанова, К. Н. Рекомендации к построению перехода от дошкольного к младшему школьному возрасту[Текст]. Методические рекомендации. / К. Н. Поливанова – Красноярск : Красноярский гос. ун-т, 1997. – 78 с.
69. Поливанова, К. Н. У каждого свой образ школы [Текст] / К. Н. Поливанова // Энциклопедия для родителей первоклассника. – Москва : АСТ, 2002. С 206-209.
70. Поливанова, К. Н. Психология возрастных кризисов [Текст] / К. Н. Поливанова – Москва : Издательский центр «Академия» , 2000. – 184 с
71. Поливанова, К. Н. Введение в школьную жизнь [Текст]. / К. Н. Поливанова, Г. А. Цукерман – Москва : Генезис, 2003. - 104 с.
72. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа / [сост. Е. С. Савинов]. — 4-е изд., перераб. – Москва : Просвещение, 2012. — 223 с.
73. Прихожан, А.М. Практическая психология образования [Текст] / Под ред. И. В. Дубровиной. Изд.4-е, переработанное и дополненное. СПб: Питер, 2004. – 592 с.
74. Прихожан, А. М. Психология тревожности : дошкольный и школьный возраст / А. М. Прихожан. – 2-е изд. – Москва [и др.] : Питер, 2009. - 192 с.
75. Самыгин, С.И. Психология развития, возрастная психология для студентов вузов [Текст] / С.И. Самыгин; Под общ. ред. Л.И. Щербакова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. - 220 с.
76. Сиротюк, А. Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью [Текст] : диагностика, коррекция и практические

рекомендации родителям и педагогам / А. Л. Сиротюк. – Москва : Творческий Центр Сфера, 2005. – 123 с.

77. Слугина, Л. Б. Динамика временной перспективы как психологическая характеристика перехода от младшего школьного к подростковому возрасту [Текст]: автореферат дис. кандидата психологических наук : 19.00.13. - Москва, 1999. – 15 с.

78. Столяренко, Л. Д. Основы психологии [Текст] : учебное пособие / Л. Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону : Проспект, 2017. – 458 с.

79. Толстых, Н. Н., Прихожан А. М. Изучение готовности к школьному обучению у детей, воспитывающихся вне семьи [Текст] // Психолого-педагогические проблемы воспитания детей в семье и подготовки молодежи к семейной жизни. / Н. Н Толстых, А. М Прихожан. – Москва : Вопросы психологии 1980. С. 113-125.

80. Толстых, Н. Н. Психологическая служба школы. Учебное пособие для студентов[Текст]: М. К. Акимова, Е. М. Борисова, Н. И. Гуткина и др./Под ред. И. В. Дубровиной. – Москва : Международная педагогическая академия – 1995. – 222 с.

81. Философский словарь [Текст] / Адо А. В. [и др.] ; под ред. И. Т. Фролова. – Москва : Политиздат, 1986 – 588 с.

82. Хилько, М. Е. Возрастная психология [Текст]: Конспект лекций / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. – Москва : Юрайт, ИД Юрайт, 2010 – 194 с.

83. Хухлаева, О. В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников [Текст]: Учеб. пособие : Для студентов высш. пед. учеб. заведений / О. В. Хухлаева. – Москва : Академия, 2003. – 172 с.

84. Хухлаева, О. В. Психология развития и возрастная психология [Текст] : учебник для бакалавров : для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 031000 "Педагогика и психология" / О. В. Хухлаева, Е. В. Зыков, Г. В. Бубнова ; [под ред. О. В.

Хухлаевой] ; Московский гор. психолого-пед. ун-т. - Москва : Юрайт, 2013. - 367 с.

85. Шаповаленко, И. В. Возрастная психология [Текст]: (Психология развития и возрастная психология) : Учеб. для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / И.В. Шаповаленко. – Москва : Гардарики, 2004 (ОАО Можайский полигр. комб.). – 349 с.

86. Федеральный государственный стандарт начального общего образования (Приложение к приказу Минобрнауки России от 06.10 2009г. № 373).

87. Цукерман, Г. А. Виды общения в обучении [Текст] / Г. А. Цукерман. – Томск : Пеленг, 1993. – 270 с

88. Цукерман, Г.А. Психологическое обследование младших школьников [Текст] / А.Л. Венгер, Г.А. Цукерман – Москва : ВЛАДОС-ПРЕСС; 2007. – 162 с.

89. Цукерман, Г. А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов [Текст] : Пособие для учителей / Г. А. Цукерман. – Москва : Фирма "Интерпракс", 1994. – 156 с.

90. Цукерман, Г. А. Развитие учебной самостоятельности [Текст] : Г. А. Цукерман, А. Л. Венгер – Москва : ОИРО, 2010. – 432 с.

91. Эльконин, Б. Д. Детская психология [Текст] : учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / Д. Б. Эльконина ; ред.-сост. Б. Д. Эльконин. - 6-е изд., стер. - Москва : Академия, 2011. – 383 с.

92. Эльконин, Д.Б. Вопросы психологии учебной деятельности младших школьников [Текст] : [Сборник статей] / Акад. пед. наук РСФСР. Ин-т психологии ; Под ред. Д. Б. Эльконина, В. В. Давыдова. - Москва : Изд-во Акад. пед. наук РСФСР, 1962. – 287 с.

93. Яковлев, Е. В., Яковлева Н.О. Педагогическое исследование: содержание и представление результатов [Текст] / Е.В. Яковлев, Н.О. Яковлева. – Челябинск.: Изд-во РБИУ, 2010. – 317 с.

94. Ясюкова, Л. А. Прогноз и профилактика проблем обучения в 3-6 классах [Текст] : методическое руководство : методика Л. А. Ясюковой (часть II) / Госстандарт России, Комплексное обеспечение психологической практики, ИМАТОН. – Изд. 3-е. – Санкт-Петербург : ИМАТОН, 2017 – 20 с.

95. Ясюкова, Л. А. Тест Тулуз-Пьерона [Текст] : оптимизация обучения и развития детей с ММД : методическое руководство / Л. А. Ясюкова. – Изд. 7-е, доп. и перераб. – Санкт-Петербург : ИМАТОН, сор. 2018. – 102 с.

## Приложение 1

### Результаты диагностики 5-х классов

Таблица 2.1 – Результаты обследования 5-1 класса «Интеллектуальные способности»

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
1.	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	сред
2.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	сред	хор	хор	сред
3.	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
4.	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред
5.	сред	сред	хор	хор	хор	сред	сред	<i>выс</i>	сред	<b>слаб</b>	сред
6.	сред	хор	сред	сред	хор	сред	сред	хор	сред	хор	сред
7.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
8.	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред
9.	сред	сред	хор	хор	сред	хор	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
10.	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>слаб</b>	сред
11.	сред	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
12.	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
13.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
14.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
15.	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
16.	сред	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
17.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред
18.	сред	сред	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
19.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
20.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	<i>выс</i>
21.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	<b>слаб</b>
22.	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	сред
23.	сред	хор	сред	сред	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	<i>выс</i>	хор
24.	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред
25.	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>
26.	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
27.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	хор	хор
28.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>
29.	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<i>выс</i>	хор	<b>слаб</b>	сред
30.	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>слаб</b>	сред
31.	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	сред
32.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	сред	хор	хор	сред
33.	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
34.	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред
35.	сред	сред	хор	хор	хор	сред	сред	сред	хор	сред	хор
36.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
37.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
38.	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	<i>выс</i>	хор	<b>слаб</b>	сред
Итого											
Пат	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Слаб	<b>21</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>21</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>25</b>	<b>7</b>
Сред	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>27</b>
Хор	<b>0</b>	<b>17</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>5</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	<b>25</b>	<b>4</b>	<b>3</b>

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
Выс	0	0	1	1	0	0	0	3	0	1	1

Таблица 2.2 – Результаты обследования 5-2 класса «Интеллектуальные способности»

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
1.	сред	хор	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
2.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>
3.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред
4.	сред	сред	хор	хор	хор	сред	сред	сред	хор	хор	сред
5.	сред	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
6.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
7.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	сред
8.	хор	сред	хор	хор	хор	хор	хор	<i>выс</i>	<b>слаб</b>	хор	сред
9.	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	хор	хор	<i>выс</i>	сред
10.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>
11.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	сред	хор	сред	сред
12.	сред	<i>выс</i>	хор	хор	<i>выс</i>	хор	сред	<i>выс</i>	хор	сред	<i>выс</i>
13.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	сред
14.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
15.	сред	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	хор	хор	сред

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
16.	сред	сред	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
17.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
18.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
19.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
20.	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	сред
21.	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	сред
22.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	хор	хор	хор	<i>выс</i>
23.	сред	сред	хор	хор	хор	сред	сред	сред	хор	сред	сред
24.	сред	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
25.	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	<b>слаб</b>
26.	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред
27.	сред	хор	сред	сред	хор	сред	сред	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор
28.	сред	сред	хор	хор	сред	хор	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
29.	сред	сред	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	сред	хор
30.	сред	хор	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
31.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>
32.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред
33.	сред	сред	хор	хор	хор	сред	сред	сред	хор	хор	сред
34.	сред	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор	сред	сред	хор	хор	сред	сред
35.	сред	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор	сред	сред	хор	хор	сред	сред
36.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
37.	сред	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор	сред	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
38.	сред	сред	хор	хор	сред	сред	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>
Итого											

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
Пат	0	0	00	0	0	0	0	0	0	0	0
Слаб	9	8	4	4	6	17	9	5	6	15	14
Сред	27	11	9	9	6	14	21	15	3	10	20
Хор	2	18	22	22	25	7	2	16	28	11	2
Выс	0	1	3	3	1	0	0	2	1	2	2

Таблица 2.3 – Результаты обследования 5-3 класса «Интеллектуальные способности»

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
1.	сред	выс	хор	хор	выс	слаб	сред	хор	сред	слаб	сред
2.	сред	хор	сред	сред	хор	сред	сред	хор	хор	хор	слаб
3.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	хор	хор	хор	сред
4.	сред	сред	хор	хор	хор	сред	сред	хор	хор	хор	сред
5.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	хор	выс	хор	хор	сред
6.	сред	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	хор	выс	сред
7.	сред	хор	хор	хор	выс	хор	хор	выс	выс	выс	выс
8.	слаб	сред	сред	хор	сред	сред	сред	хор	хор	слаб	слаб
9.	хор	сред	хор	хор	сред	сред	хор	сред	хор	сред	сред
10.	слаб	хор	хор	хор	хор	сред	слаб	хор	хор	сред	сред
11.	слаб	хор	хор	хор	хор	хор	слаб	хор	хор	сред	сред
12.	слаб	хор	сред	сред	хор	слаб	слаб	сред	хор	слаб	сред

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
13.	сред	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор	сред	сред	хор	хор	хор	хор
14.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
15.	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	сред
16.	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	<i>выс</i>	хор	<b>слаб</b>	<i>выс</i>
17.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	<b>слаб</b>
18.	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	хор
19.	хор	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	<i>выс</i>	хор	хор	хор
20.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред
21.	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
22.	хор	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор	хор	хор	хор	хор	<i>выс</i>	хор
23.	сред	сред	хор	хор	хор	сред	сред	<i>выс</i>	хор	хор	сред
24.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	сред	сред
25.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	сред
26.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	<i>выс</i>	хор	хор	сред
27.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
28.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>
29.	сред	хор	сред	сред	хор	хор	сред	хор	сред	хор	<b>слаб</b>
30.	сред	<i>выс</i>	хор	хор	<i>выс</i>	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред
31.	сред	хор	сред	сред	хор	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>
32.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	хор	хор	хор	сред
33.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
34.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
35.	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	<i>выс</i>	хор	хор	сред
36.	сред	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор	хор	<i>выс</i>	сред

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
37.	хор	<i>выс</i>	хор	хор	<i>выс</i>	хор	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	<i>выс</i>	<i>выс</i>
38.	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	сред	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
Итого											
Пат	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Слаб	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	<b>14</b>
Сред	<b>22</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>18</b>
Хор	<b>5</b>	<b>20</b>	<b>27</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>16</b>	<b>4</b>
Выс	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>2</b>

Таблица 2.4 – Результаты обследования 5-4 класса «Интеллектуальные способности»

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
1.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
2.	хор	сред	хор	хор	сред	сред	хор	хор	сред	сред	<i>выс</i>
3.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
4.	хор	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	<i>выс</i>	хор	сред	сред
5.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред
6.	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	хор	сред	сред
7.	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	хор	сред	хор	<b>слаб</b>
8.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>
9.	сред	сред	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	хор	сред

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
10.	хор	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	сред	хор
11.	хор	хор	<i>выс</i>	<i>выс</i>	хор	хор	хор	хор	хор	сред	хор
12.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>
13.	хор	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	сред	сред
14.	сред	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	хор	сред
15.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
16.	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
17.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>слаб</b>
18.	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор
19.	сред	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	сред
20.	сред	хор	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>
21.	сред	хор	сред	сред	хор	хор	сред	хор	хор	хор	сред
22.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред
23.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	сред	хор
24.	сред	хор	сред	сред	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>
25.	сред	хор	хор	хор	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>
26.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	<b>слаб</b>
27.	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	сред	сред	хор	сред	сред	сред
28.	сред	хор	хор	хор	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	хор	<i>выс</i>	<b>слаб</b>
29.	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	сред
30.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
31.	хор	сред	хор	хор	сред	сред	хор	хор	сред	сред	<i>выс</i>
32.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>

№	Интеллектуальные способности										
	Математические навыки	Образный синтез	Пространственное мышление	Интуитивное мышление	Логическое мышление	Категоризация	Абстрактное мышление	Самостоятельность мышления	Осведомленность	Логическая память	Навык чтения
33.	хор	хор	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	<i>выс</i>	хор	сред	сред
34.	сред	сред	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред
35.	сред	сред	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред
36.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
37.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред
38.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>
Итого											
Пат	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
Слаб	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>11</b>	<b>24</b>	<b>15</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>18</b>
Сред	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>14</b>
Хор	<b>7</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>17</b>	<b>17</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>13</b>	<b>4</b>
Выс	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

Таблица 2.5 – Результаты обследования 5-1 класса «Личностные особенности»

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
1.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред	хор	<b>слаб</b>	сред
2.	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	хор	сред	сред	<b>слаб</b>
3.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	хор	сред
4.	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред
5.	сред	сред	хор	сред	хор	хор	<b>выс</b>	сред	сред	сред

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
6.	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	сред	хор
7.	хор	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	сред
8.	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	<b>выс</b>	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор
9.	<b>выс</b>	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>выс</b>	сред
10.	сред	сред	сред	сред	сред	сред	<b>выс</b>	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>
11.	хор	<b>выс</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>
12.	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>
13.	хор	<b>выс</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	<b>выс</b>	хор	сред	хор
14.	<b>выс</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	хор	сред
15.	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	сред	<b>выс</b>	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>
16.	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	сред	хор	сред	сред
17.	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	<b>выс</b>
18.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
19.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
20.	<b>выс</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	хор	сред
21.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
22.	сред	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	сред	сред
23.	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>выс</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	хор
24.	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	хор	<b>слаб</b>
25.	сред	сред	сред	сред	сред	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
26.	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	сред
27.	хор	сред	хор	сред	<b>выс</b>	хор	сред	хор	<b>выс</b>	сред
28.	сред	сред	сред	сред	сред	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	хор

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
29.	слаб	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	слаб
30.	слаб	хор	сред	сред	сред	слаб	выс	хор	сред	слаб
31.	сред	слаб	сред	сред	сред	хор	сред	хор	слаб	сред
32.	сред	сред	сред	сред	слаб	выс	хор	сред	сред	слаб
33.	слаб	слаб	сред	хор	сред	выс	выс	сред	хор	сред
34.	выс	сред	слаб	слаб	слаб	хор	сред	слаб	сред	сред
35.	выс	хор	слаб	сред	слаб	выс	хор	слаб	сред	слаб
36.	сред	сред	слаб	слаб	слаб	выс	сред	слаб	хор	сред
37.	сред	сред	слаб	слаб	слаб	сред	хор	слаб	хор	слаб
38.	сред	хор	сред	сред	сред	сред	выс	сред	хор	сред
Итого										
Слаб	9	10	14	5	21	5	0	16	10	12
Сред	15	17	20	25	11	11	11	11	13	19
Хор	8	6	3	4	3	11	12	11	9	5
Выс	6	5	1	4	3	11	15	0	6	2

Таблица 2.6 – Результаты обследования 5-2 класса «Личностные особенности»

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
1.	сред	сред	слаб	слаб	слаб	сред	хор	хор	сред	слаб
2.	выс	хор	сред	слаб	сред	сред	хор	слаб	сред	сред

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
3.	сред	сред	слаб	слаб	слаб	слаб	слаб	хор	сред	сред
4.	сред	<b>выс</b>	слаб	сред	сред	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>
5.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
6.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
7.	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред	хор	сред
8.	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	хор
9.	<b>выс</b>	хор	сред	сред	сред	сред	хор	хор	хор	сред
10.	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	сред
11.	сред	сред	сред	сред	хор	сред	сред	сред	хор	сред
12.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
13.	сред	сред	сред	сред	<b>выс</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
14.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
15.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
16.	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	<b>слаб</b>
17.	сред	<b>выс</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	сред
18.	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
19.	сред	хор	сред	сред	<b>выс</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
20.	сред	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	<b>выс</b>	сред	сред
21.	<b>выс</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	сред
22.	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>выс</b>	<b>выс</b>	хор
23.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
24.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
25.	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
26.	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	сред
27.	<b>выс</b>	хор	сред	хор	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор
28.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
29.	сред	<b>слаб</b>	хор	сред	хор	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
30.	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	хор	хор	сред	<b>слаб</b>
31.	<b>выс</b>	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред
32.	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	сред	сред
33.	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>
34.	сред	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	сред	<b>выс</b>	сред	хор	<b>выс</b>
35.	сред	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	сред	<b>выс</b>	сред	хор	<b>выс</b>
36.	хор	сред	сред	сред	сред	хор	сред	хор	<b>слаб</b>	сред
37.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
38.	сред	сред	сред	сред	хор	хор	<b>выс</b>	хор	хор	сред
Итого										
Слаб	10	13	18	10	19	13	4	15	16	15
Сред	17	13	15	17	13	21	7	4	12	18
Хор	4	6	5	2	4	4	13	17	9	3
Выс	7	6	0	9	2	0	14	2	1	2

Таблица 2.7 – Результаты обследования 5-3 класса «Личностные особенности»

№	Личностные особенности
---	------------------------

	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
1.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
2.	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	хор	сред	хор	хор	сред	сред	сред
3.	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
4.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	сред	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
5.	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	сред	хор	хор	сред
6.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
7.	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	<b>выс</b>	хор	<b>выс</b>	сред
8.	<b>выс</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	хор	сред	<b>слаб</b>
9.	хор	хор	сред	сред	<b>выс</b>	сред	<b>выс</b>	сред	сред	сред
10.	сред	хор	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	хор	хор	сред	сред	сред
11.	сред	хор	хор	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	хор	<b>выс</b>
12.	хор	сред	сред	хор	сред	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	сред
13.	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	сред	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор
14.	<b>выс</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	хор	сред
15.	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	сред
16.	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	сред	сред	<b>выс</b>	хор	сред	сред
17.	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	сред	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	хор
18.	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	сред	<b>выс</b>
19.	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	сред	хор
20.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	хор	сред	хор	сред	<b>слаб</b>
21.	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	хор	сред	сред	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
22.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
23.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
24.	сред	<b>выс</b>	сред	сред	сред	сред	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	сред

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
25.	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	сред	сред	<b>слаб</b>
26.	сред	сред	сред	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	сред
27.	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>
28.	<b>выс</b>	сред	<b>слаб</b>	хор	<b>выс</b>	хор	сред	хор	сред	сред
29.	сред	сред	сред	хор	сред	<b>выс</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	сред	сред
30.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
31.	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	хор	сред	хор	хор	сред	сред	сред
32.	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
33.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	сред	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
34.	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	хор	сред	хор	<b>выс</b>	хор	сред	хор
35.	хор	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	хор	сред	хор	<b>выс</b>	хор	сред	хор
36.	хор	хор	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	сред	сред
37.	<b>выс</b>	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	<b>слаб</b>	хор	сред
38.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
Итого										
Слаб	14	10	18	5	15	15	0	18	13	13
Сред	12	16	12	11	21	8	6	7	19	18
Хор	6	5	4	11	0	13	11	12	5	5
Выс	6	7	4	11	2	2	21	1	1	2

Таблица 2.8 – Результаты обследования 5-4 класса «Личностные особенности»

№	Личностные особенности
---	------------------------

	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
1.	слаб	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	слаб
2.	сред	хор	выс	хор	хор	сред	выс	хор	сред	сред
3.	выс	выс	сред	сред	слаб	сред	сред	хор	выс	сред
4.	слаб	слаб	сред	выс	сред	сред	хор	сред	сред	сред
5.	хор	выс	сред	слаб	сред	сред	сред	сред	сред	слаб
6.	выс	хор	хор	выс	сред	сред	выс	сред	сред	сред
7.	слаб	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	слаб
8.	выс	хор	слаб	слаб	сред	хор	хор	сред	слаб	сред
9.	слаб	сред	выс	сред	сред	хор	хор	слаб	хор	сред
10.	сред	хор	хор	слаб	слаб	слаб	сред	выс	выс	сред
11.	слаб	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	слаб
12.	выс	хор	слаб	слаб	слаб	слаб	сред	хор	хор	сред
13.	хор	выс	слаб	сред	слаб	слаб	сред	выс	выс	сред
14.	слаб	выс	хор	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред
15.	выс	хор	сред	слаб	слаб	слаб	сред	сред	хор	сред
16.	слаб	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	слаб
17.	хор	сред	сред	сред	слаб	хор	сред	слаб	хор	сред
18.	сред	выс	сред	слаб	слаб	сред	хор	слаб	сред	хор
19.	сред	сред	хор	сред	слаб	сред	сред	слаб	хор	сред
20.	сред	сред	хор	выс	сред	хор	выс	слаб	сред	сред
21.	хор	слаб	сред	хор	сред	хор	выс	сред	сред	сред
22.	хор	сред	хор	сред	сред	хор	выс	слаб	слаб	сред
23.	слаб	сред	слаб	сред	выс	сред	выс	хор	слаб	выс
24.	слаб	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	выс	слаб	слаб	слаб

№	Личностные особенности									
	Исполнительность	Волевой самоконтроль	Активность	Самокритичность	Независимость	Тревожность	Эмоциональность	Активность в общении	Потребность в общении	Психическое напряжение
25.	сред	сред	сред	сред	хор	хор	хор	<b>слаб</b>	хор	сред
26.	сред	сред	сред	сред	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред
27.	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	сред
28.	хор	хор	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	хор	хор	хор	сред
29.	хор	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	хор	<b>слаб</b>
30.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>
31.	сред	хор	<b>выс</b>	хор	хор	сред	<b>выс</b>	хор	сред	сред
32.	<b>выс</b>	<b>выс</b>	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	хор	<b>выс</b>	сред
33.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	сред	сред	хор	сред	сред	сред
34.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред
35.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	хор	<b>слаб</b>	сред	хор	<b>слаб</b>	сред	сред
36.	хор	хор	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	<b>выс</b>	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор
37.	<b>слаб</b>	<b>слаб</b>	хор	сред	<b>слаб</b>	сред	хор	сред	<b>слаб</b>	сред
38.	хор	хор	сред	сред	сред	<b>слаб</b>	сред	сред	<b>выс</b>	сред
Итого										
Слаб	14	12	11	6	20	13	0	17	12	8
Сред	9	10	14	16	14	18	14	10	13	27
Хор	9	10	10	6	3	7	10	9	8	2
Выс	6	6	3	10	1	0	14	2	5	1

Таблица 2.9 – Показатели обследования 5-1 класса «Показатели теста Тулуз-Пьерона»

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
1.	35,5	Средняя	0,6	0,98	Высокая	5,54	1,07	0,11
2.	54,7	Высокая	4,3	0,92	Средняя	5,23	1,57	0,11
3.	45,9	Хорошая	2,6	0,94	Средняя	7,85	2,07	0,49
4.	54,7	Высокая	4,3	0,92	Средняя	5,23	1,57	0,11
5.	34,3	Средняя	0,3	0,99	Высокая	8,76	0,48	0,08
6.	33,8	Средняя	1,3	0,96	Хорошая	10,01	1,16	0,51
7.	40,7	Хорошая	3,1	0,92	Средняя	9,86	2,81	0,54
8.	39	Средняя	0,6	0,98	Высокая	9,64	1,07	0,14
9.	26,1	Слабая	1,4	0,95	Хорошая	2,28	1,17	0,40
10.	34,3	Средняя	0,3	0,99	Высокая	8,76	0,48	0,08
11.	47,3	Хорошая	2,1	0,96	Хорошая	11,05	1,20	0,27
12.	31,7	Средняя	1,1	0,97	Высокая	8,72	0,88	0,12
13.	38,4	Средняя	0,9	0,98	Высокая	12,85	0,99	0,14
14.	56,9	Высокая	2,1	0,96	Хорошая	7,50	2,08	0,13
15.	35	Средняя	1,8	0,95	Хорошая	12,94	1,55	0,44
16.	40,3	Хорошая	0,5	0,99	Высокая	12,87	0,71	0,03
17.	36,8	Средняя	1,3	0,96	Хорошая	11,53	0,95	0,20
18.	51,7	Высокая	2,6	0,95	Хорошая	14,72	2,37	0,41
19.	43,2	Хорошая	2,7	0,94	Средняя	13,95	2,16	0,83
20.	28,7	Слабая	2,4	0,92	Средняя	5,95	2,91	0,04
21.	38	Средняя	0,5	0,99	Высокая	5,23	0,85	0,33
22.	33,2	Средняя	1,1	0,97	Высокая	5,41	1,20	0,29
23.	31,7	Средняя	0,4	0,99	Высокая	4,64	0,52	0,57
24.	30,5	Средняя	1	0,97	Высокая	6,24	1,25	0,33
25.	26,8	Слабая	0,9	0,97	Высокая	4,57	0,88	0,67

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
26.	27,8	Слабая	1,9	0,93	Средняя	3,99	2,33	0,37
27.	26,5	Слабая	4,9	0,82	ПАТОЛОГИЯ	16,39	6,31	0,35
28.	33,9	Средняя	2	0,94	Средняя	6,79	1,70	0,06
29.	52,7	Высокая	1,4	0,97	Высокая	5,77	1,07	0,35
30.	40,1	Хорошая	1,4	0,97	Высокая	9,77	1,26	0,10
31.	57,8	Высокая	3,2	0,94	Средняя	3,99	2,04	0,25
32.	30,2	Средняя	1,333333	0,96	Хорошая	5,71	1,12	0,22
33.	32,6	Средняя	0,1	1,00	Высокая	4,25	0,32	0,36
34.	37,6	Средняя	2,1	0,94	Средняя	9,83	1,10	0,14
35.	40,1	Высокая	1,4	0,97	Хорошая	9,77	1,26	0,10
36.	57,8	Высокая	3,2	0,94	Средняя	3,99	2,04	0,25
37.	30,2	Хорошая	1,3	0,96	Хорошая	5,71	1,12	0,22
38.	32,6	Хорошая	0,1	1,00	Высокая	4,25	0,32	0,36
Итого								
Патология					1			
Слабая		5			0			
Средняя		17			11			
Хорошая		8			10			
Высокая		8			16			

Таблица 2.10 – Показатели обследования 5-2 класса «Показатели теста Тулуз-Пьерона»

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
1.	37,6	Средняя	2,6	0,93	Средняя	8,83	2,17	0,28

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
2.	38,9	Средняя	0,9	0,98	Высокая	9,96	0,88	0,00
3.	25,3	Слабая	1,6	0,94	Средняя	5,66	1,26	0,24
4.	42,6	Хорошая	1,8	0,96	Хорошая	5,70	1,55	0,28
5.	37,6	Средняя	2,6	0,93	Средняя	8,83	2,17	0,28
6.	38,9	Средняя	0,9	0,98	Высокая	9,96	0,88	0,00
7.	40,2	Хорошая	1,8	0,96	Хорошая	5,77	2,10	0,30
8.	66	Высокая	3,6	0,95	Хорошая	2,98	1,65	0,54
9.	40,2	Хорошая	1	0,98	Высокая	5,65	0,94	0,02
10.	64,9	Высокая	8	0,88	ПАТОЛОГИЯ	8,80	4,78	0,32
11.	36,3	Средняя	1,5	0,96	Хорошая	22,76	1,27	0,36
12.	53,7	Высокая	2,3	0,96	Хорошая	6,18	1,06	0,12
13.	64,9	Высокая	8	0,88	ПАТОЛОГИЯ	8,80	4,78	0,32
14.	36,3	Средняя	1,5	0,96	Хорошая	22,76	1,27	0,36
15.	34,7	Средняя	1,1	0,97	Высокая	4,57	1,66	0,24
16.	35,2	Средняя	2,8	0,92	Средняя	6,29	1,62	0,10
17.	48,3	Хорошая	0,9	0,98	Высокая	8,59	1,20	0,63
18.	35,2	Средняя	2,8	0,92	Средняя	6,29	1,62	0,10
19.	27,8	Слабая	1	0,96	Хорошая	13,63	0,82	0,31
20.	50,8	Высокая	3,3	0,94	Средняя	4,54	1,77	0,75
21.	53,6	Высокая	2,2	0,96	Хорошая	6,88	2,04	0,62
22.	37,7	Средняя	2,4	0,94	Средняя	11,95	1,58	0,18
23.	37,1	Средняя	1,2	0,97	Высокая	3,35	1,55	0,33
24.	40,7	Хорошая	1,5	0,96	Хорошая	11,21	1,58	0,61
25.	33,1	Средняя	0,6	0,98	Высокая	4,89	0,97	0,13
26.	40,7	Хорошая	1,5	0,96	Хорошая	11,21	1,58	0,61
27.	34,6	Средняя	2,5	0,93	Средняя	5,30	1,58	0,00

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
28.	51,1	Высокая	0,9	0,98	Высокая	11,03	1,10	0,37
29.	45,1	Хорошая	0,8	0,98	Высокая	8,70	0,63	0,02
30.	51,9	Высокая	4,7	0,91	Слабая	8,91	4,03	0,24
31.	34,1	Средняя	1,5	0,96	Хорошая	3,03	1,08	0,05
32.	34,1	Средняя	1,5	0,96	Хорошая	3,03	1,08	0,05
33.	39,4	Хорошая	0,7	0,98	Высокая	7,43	0,95	0,00
34.	54,3	Высокая	2	0,96	Хорошая	18,21	1,41	0,36
35.	51,1	Высокая	0,9	0,98	Высокая	11,03	1,10	0,37
36.	45,1	Высокая	0,8	0,98	Высокая	8,70	0,63	0,02
37.	51,9	Высокая	4,7	0,91	Слабая	8,91	4,03	0,24
38.	34,1	Хорошая	1,5	0,96	Хорошая	3,03	1,08	0,05
Итого								
Патология					2			
Слабая		2			2			
Средняя		15			8			
Хорошая		9			14			
Высокая		12			12			

Таблица 2.11 – Показатели обследования 5-3 класса «Показатели теста Тулуз-Пьерона»

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
1.	42,1	Хорошая	1,6	0,96	Хорошая	10,09	1,26	0,38
2.	46,3	Хорошая	4,5	0,90	Слабая	8,08	11,48	0,96
3.	29,8	Средняя	3	0,90	Слабая	8,78	1,89	0,40
4.	28,9	Слабая	1,1	0,96	Хорошая	0,32	1,45	0,27

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
5.	31	Средняя	1,9	0,94	Средняя	7,18	0,88	0,18
6.	37,6	Средняя	1,8	0,95	Хорошая	12,93	1,75	0,35
7.	46,3	Хорошая	4,5	0,90	Слабая	8,08	11,48	0,96
8.	51,5	Высокая	3,5	0,93	Средняя	12,44	1,27	0,14
9.	37,9	Средняя	1,6	0,96	Хорошая	3,70	2,17	0,66
10.	51,7	Высокая	1,7	0,97	Высокая	5,66	0,95	0,35
11.	28,6	Слабая	2	0,93	Средняя	8,82	1,41	0,16
12.	46,7	Хорошая	1,1	0,98	Высокая	2,95	1,20	0,10
13.	47,9	Хорошая	2,5	0,95	Хорошая	8,08	2,80	0,49
14.	46,7	Хорошая	1,1	0,98	Высокая	2,95	1,20	0,10
15.	47,9	Хорошая	2,5	0,95	Хорошая	8,08	2,80	0,49
16.	30,8	Средняя	4,3	0,86	ПАТОЛОГИЯ	6,96	1,95	0,23
17.	38,5	Средняя	0,6	0,98	Высокая	7,76	0,70	0,10
18.	41,1	Хорошая	3,9	0,91	Слабая	14,97	2,02	0,12
19.	30,8	Средняя	4,3	0,86	ПАТОЛОГИЯ	6,96	1,95	0,23
20.	38,5	Средняя	0,6	0,98	Высокая	7,76	0,70	0,10
21.	30,8	Средняя	4,3	0,86	ПАТОЛОГИЯ	6,96	1,95	0,23
22.	26,2	Слабая	1,7	0,94	Средняя	9,65	1,64	0,07
23.	30,8	Средняя	4,3	0,86	ПАТОЛОГИЯ	6,96	1,95	0,23
24.	38,5	Средняя	0,6	0,98	Высокая	7,76	0,70	0,10
25.	41,1	Хорошая	3,9	0,91	Слабая	14,97	2,02	0,12
26.	30,8	Средняя	4,3	0,86	ПАТОЛОГИЯ	6,96	1,95	0,23
27.	38,5	Средняя	0,6	0,98	Высокая	7,76	0,70	0,10
28.	30,8	Средняя	4,3	0,86	ПАТОЛОГИЯ	6,96	1,95	0,23
29.	38,5	Средняя	0,6	0,98	Высокая	7,76	0,70	0,10

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
30.	36,2	Средняя	4,4	0,88	ПАТОЛОГИЯ	7,08	1,43	0,52
31.	37,6	Средняя	1,8	0,95	Хорошая	12,93	1,75	0,35
32.	46,3	Хорошая	4,5	0,90	Слабая	8,08	11,48	0,96
33.	51,5	Высокая	3,5	0,93	Средняя	12,44	1,27	0,14
34.	30,1	Средняя	4,7	0,84	ПАТОЛОГИЯ	4,36	4,37	0,39
35.	31	Хорошая	1,9	0,94	Средняя	7,18	0,88	0,18
36.	37,6	Хорошая	1,8	0,95	Средняя	12,93	1,75	0,35
37.	46,3	Высокая	4,5	0,90	Слабая	8,08	11,48	0,96
38.	51,5	Высокая	3,5	0,93	Средняя	12,44	1,27	0,14
Итого								
Патология		0			8			
Слабая		3			7			
Средняя		18			7			
Хорошая		12			8			
Высокая		5			8			

Таблица 2.12 – Показатели обследования 5-4 класса «Показатели теста Тулуз-Пьерона»

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
1.	37,5	Средняя	1,8	0,95	Хорошая	6,47	1,14	0,68
2.	39,7	Хорошая	1,3	0,97	Высокая	6,93	1,25	0,45
3.	37,5	Средняя	1,8	0,95	Хорошая	6,47	1,14	0,68
4.	39,7	Хорошая	1,3	0,97	Высокая	6,93	1,25	0,45
5.	21,6	Слабая	1,5	0,93	Средняя	3,24	1,51	0,32

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
6.	35	Средняя	1,2	0,97	Высокая	10,12	1,14	0,11
7.	38	Средняя	3,3	0,91	Слабая	7,20	3,62	0,63
8.	35	Средняя	1,2	0,97	Высокая	10,12	1,14	0,11
9.	50,6	Высокая	1,8	0,96	Хорошая	9,45	1,14	0,05
10.	35	Средняя	1,2	0,97	Высокая	10,12	1,14	0,11
11.	43,6	Хорошая	2,4	0,94	Средняя	5,87	1,71	0,29
12.	43	Хорошая	1,6	0,96	Хорошая	0,00	1,17	#ДЕЛ/0!
13.	39	Средняя	4,2	0,89	ПАТОЛОГИЯ	10,30	3,29	0,78
14.	35	Средняя	1,2	0,97	Высокая	10,12	1,14	0,11
15.	41,1	Хорошая	0,4	0,99	Высокая	2,56	0,70	0,21
16.	26,3	Слабая	0,7	0,97	Высокая	6,24	1,06	0,18
17.	60,1	Высокая	28,8	0,52	ПАТОЛОГИЯ	18,17	8,74	0,92
18.	46,2	Хорошая	2,1	0,95	Хорошая	4,87	1,20	0,46
19.	33	Средняя	3,7	0,89	ПАТОЛОГИЯ	5,56	2,58	0,14
20.	63,5	Высокая	26,6	0,58	ПАТОЛОГИЯ	6,24	3,66	0,66
21.	35,7	Средняя	1,6	0,96	Хорошая	4,72	1,84	0,14
22.	34,9	Средняя	0,8	0,98	Высокая	3,31	0,63	0,12
23.	53,5	Высокая	11,5	0,79	ПАТОЛОГИЯ	8,82	7,75	0,72
24.	34,4	Средняя	1,9	0,94	Средняя	13,83	1,45	0,02
25.	40,5	Хорошая	0,9	0,98	Высокая	10,29	0,88	0,28
26.	42,2	Хорошая	5,4	0,87	ПАТОЛОГИЯ	11,55	3,17	0,36
27.	36,2	Средняя	2,4	0,93	Средняя	4,24	1,51	0,31
28.	50,5	Высокая	2,7	0,95	Хорошая	3,60	2,26	0,47
29.	44,4	Хорошая	0,4	0,99	Высокая	7,38	0,52	0,31
30.	46,3	Хорошая	0,9	0,98	Высокая	7,96	0,74	0,40

№	Скорость	Оценка скорости	Ср. кол-во ошибок	Точность	Оценка точности	Устойчивость скорости	Устойчивость внимания	Связь точности и скорости
31.	50,2	Высокая	2	0,96	Хорошая	6,84	1,25	0,08
32.	28,5	Слабая	1,6	0,94	Средняя	6,87	2,22	0,41
33.	36,2	Средняя	2,4	0,93	Средняя	4,24	1,51	0,31
34.	50,5	Высокая	2,7	0,95	Хорошая	3,60	2,26	0,47
35.	44,4	Хорошая	0,4	0,99	Высокая	7,38	0,52	0,31
36.	46,3	Хорошая	0,9	0,98	Высокая	7,96	0,74	0,40
37.	50,2	Высокая	2	0,96	Хорошая	6,84	1,25	0,08
38.	28,5	Слабая	1,6	0,94	Средняя	6,87	2,22	0,41
Итого								
Патология		0			6			
Слабая		4			1			
Средняя		14			7			
Хорошая		12			10			
Высокая		8			14			

## Приложение 2

### Конструктор занятий

1. РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЯ		
1.	<p><b>Упражнение «Поздороваемся»</b> <b>Описание упражнения:</b> Ведущий предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом. Здраваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т.е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача – поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.</p>	<p><b>Психологический смысл упражнения:</b> Разминка. Установление контакта между участниками. Рукопожатие – это символический жест открытости и доброй воли. Немаловажно, что при этом происходит контакт глазами – это способствует возникновению близости и позитивной внутренней установки. То, что действие происходит без слов, повышает концентрацию внимания членов группы и придает действию прелесть новизны.</p>
2. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РАЗМИНКА		
1.	<p><b>Найди и коснись</b> В этой игре я предлагаю вам расхаживать по комнате и касаться руками разных вещей. Некоторые задания будут очень легкими, а другие, возможно, заставят вас задуматься. Итак, найдите и коснитесь:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– чего-либо красного,</li><li>– чего-либо холодного на ощупь,</li><li>– чего-либо шершавого;</li><li>– того, что весит примерно полкилограмма,</li><li>– чего-либо круглого,</li><li>– чего-либо железного,</li><li>– чего-либо голубого,</li><li>– того, что имеет толщину сто миллиметров,</li><li>– чего-нибудь прозрачного;</li><li>– вещи, длина которой примерно восемьдесят сантиметров,</li><li>– вещи весом около 65 кг,</li></ul>	<p><i>Комментарии для ведущего</i> Эта игра – великолепный «миксер», с помощью которого участники «перемешиваются», контактируют между собой, обращая при этом внимание на разные аспекты действительности. Игра развивает сензитивность к окружающим, но при этом активизирует и наблюдательные, и аналитические способности. Особенно хитроумно последнее задание. Самое простое решение: участники могут написать где-нибудь это слово, а потом коснуться его. Однако участники самостоятельно должны найти какое-нибудь нетривиальное решение.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– чего-либо зеленого,</li> <li>– чего-нибудь из золота,</li> <li>– чего-нибудь, что тяжелее тысячи килограмм,</li> <li>– чего-нибудь, что легче воздуха,</li> <li>– чего-либо из серебра;</li> <li>– части одежды, показавшейся вам шикарной,</li> <li>– руки, которую вы находите интересной,</li> <li>– чего-нибудь, на ваш взгляд, безобразного,</li> <li>– того, что двигается ритмично;</li> <li>– числа 22,</li> <li>– слова «Незабудка».</li> </ul>	
2.	<p><b>Осторожно!</b>  Разбейтесь, пожалуйста, на четверки... Представьте себе, что у ваших ног лежит большой тяжелый камень – настолько тяжелый, что поднять и перенести его на другое место в комнате вы сможете только объединенными усилиями. При этом вы не должны переговариваться, а все ваше внимание должно быть направлено на остальных трех партнеров. Вы должны будете идти вперед в едином ритме и «нести камень» сообща. Нельзя «нести камень» в одиночку, вы можете не удержать его, и тогда он «упадет» вам на ноги. Не удивляйтесь, если вам будет тяжело. Напряжение – признак того, что вы правильно выполняете упражнение.</p> <p>Итак, присядьте и покажите друг другу, какую форму имеет ваш камень, какого он размера и как вы хотите за него взяться. Начиная «перетаскивать камень на новое место», двигайтесь очень медленно и сосредоточенно, при этом постоянно поддерживайте зрительный контакт с членами вашей команды. Пожалуйста, помните о том, что другие команды тоже «тащат» подобные «камни», а потому старайтесь избегать нежелательных столкновений.</p> <p>Я хочу также договориться с вами о следующем. Когда возникает «несчастный случай» – «камень выскальзывает из рук», то вы издаете громкий вопль. Звук «У-у-у!» лучше всего подходит для такого драматического известия.</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i>  Это упражнение создает высокий уровень концентрации внимания и кооперации в группе. Участники должны скоординировать свои действия с действиями всех остальных членов команды. Более того, они должны все время держать в поле зрения и другие команды, чтобы избежать «дорожно-транспортного происшествия». Если группе удастся выполнить это задание, то входящие в нее участники могут по праву гордиться своим успехом.</p>

	<p>Когда же вы выполните задание, и «камень» будет доставлен на новое место, оповестите меня об этом торжествующим «кличем индейцев» – победным звуком, вибрирующим от легкого похлопывания ладони по губам.</p>	
<p><b>3.</b></p>	<p><b><i>Превращаемся в числа</i></b>          Для этой игры распределитесь, пожалуйста, по комнате так, чтобы каждый участник отстоял от ближайшего соседа не менее чем на расстояние вытянутой руки. Мне нужен ассистент, который будет называть какие-нибудь числа – от 0 до 9. При этом вы должны будете телесно изобразить названное число. Вы можете задействовать все части своего тела – ноги и ступни, руки и кисти, туловище и голову. Не важно, как это будет выглядеть, гораздо важнее, чтобы внимательный сторонний наблюдатель смог узнать изображаемое число. Вы можете изобразить его как хотите – стоя или сидя, а если захотите, можете и лечь на пол. (90 секунд)          Теперь найдите себе пару, чтобы вы вместе могли изобразить двузначное число. Мой ассистент назовет вам некоторые из них. (90 секунд).</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i>          Это очень трудное упражнение, но оно фантастически подходит для того, чтобы потренировать мало задействуемые в обычной жизни мышцы. Поскольку это задание весьма необычно и для его выполнения необходимо сконцентрироваться, оно создает атмосферу сосредоточенности в группе. Кроме того, работа в парах является хорошей подготовкой для последующего учебного сотрудничества.</p>
<p><b>4.</b></p>	<p><b><i>Рисуем как Микеланджело</i></b>          Сегодня я вам предложу поработать той рукой, которой вы обычно не пишете. Для большинства из вас это – левая рука. Если вы правша, но делаете что-то левой рукой, то ваш мозг при этом получает дополнительную порцию свежей энергии.          Встаньте рядом со стулом, сложите кисти рук и переплетите пальцы не так, как вы это делаете обычно.          Скрестите руки на уровне груди, как вы это делаете обычно. Теперь измените положение рук так, чтобы сверху была другая рука.          Покажите, как вы смотрите в старинную подзорную трубу с единственным окуляром. Какой глаз вы используете? Попробуйте посмотреть другим глазом.          Теперь вы можете попробовать сделать что-нибудь левой рукой: достаньте книгу и откройте ее на странице 10. Помашите кому-нибудь из участников группы левой рукой.</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i>          Когда Микеланджело расписывал плафоны Сикстинской капеллы, он делал это попеременно то правой, то левой рукой. Задействуя обе руки, он давал работу всему мозгу в целом. Правое полушарие управляет левой стороной тела, а левое полушарие – правой.          Активизация обеих сторон тела способствует – как у Микеланджело, так и у каждого из нас – взаимодействию полушарий мозга.</p>

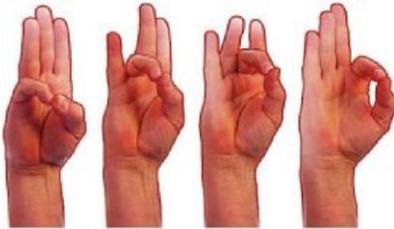
	<p>Теперь попробуйте писать левой рукой. Напишите левой рукой в воздухе свою фамилию.</p> <p>А теперь пишите в воздухе обеими руками сразу. Попробуйте двумя руками одновременно нарисовать в воздухе круг... потом треугольник... потом квадрат.</p> <p>Когда вы делаете подобные вещи, вы активизируете свой мозг, потому что предлагаете ему что-то действительно необычное.</p> <p>И, наконец, я прошу вас сделать следующее. Возьмите за спиной левую руку правой рукой, после чего левой рукой коснитесь правой пятки.</p> <p>Теперь вернитесь в исходное положение, возьмите левой рукой правую руку и дотроньтесь до левой пятки правой рукой. Сделайте так по три раза...</p> <p>Теперь вернитесь на свое место и возьмите лист бумаги. Напишите на нем: «ЯЧТ». Можете сообразить, что за предложение стоит за этой аббревиатурой?</p> <p>(Дайте возможность группе найти ответ. Он очень простой. Аббревиатура означает: «Я – человек творческий».)</p>	
<p><b>5.</b></p>	<p><b><i>Цепная реакция</i></b></p> <p>Встаньте, пожалуйста, в круг – друг за другом, на расстоянии вытянутых рук. (Если нет достаточного места для большого круга, то можно сделать два-три маленьких.)</p> <p>Эта игра называется «Цепная реакция», потому что каждый из вас должен будет повторять все движения, которые делает стоящий перед вами. Для этого вам нужно будет очень внимательно наблюдать за ним – за его движениями головы, тела, движениями рук и кистей, ног и ступней. Повторяя движения, как бы усиливайте, утрируйте их. Посмотрите, что при этом произойдет...</p> <p>Упражнение заканчивается тогда, когда движение выполнят все участники.</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i></p> <p>Мы двигаемся постоянно, даже когда думаем, что сидим совершенно неподвижно. Это упражнение позволит участникам увидеть со стороны свои собственные движения. Помимо этого они смогут также развить свою способность к имитации и потренировать наблюдательность.</p> <p>Игра позволяет сфокусировать внимание. Кроме того, она таит в себе большую неожиданность. Когда участники выполняют это упражнение, то благодаря «принципу усиления» спокойный круг превращается в чрезвычайно оживленный, а то и в подлинно взрывной. Это вызывает у участников смех, и в конце игры каждый чувствует себя значительно бодрее.</p>
<p><b>6.</b></p>	<p><b><i>Путешествие по классной доске</i></b></p> <p>Сегодня мы все вместе отправимся в путешествие по... классной доске.</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i></p> <p>Большинство людей охотно пишут на классной доске,</p>

<p>Каждый из вас внесет свой вклад в создание общей картины. Один за другим вы будете выходить к доске и рисовать на ней какие-нибудь линии. При этом следует придерживаться одного правила: нельзя отрывать мел от доски. Как только человек оторвал руку от доски – это сигнал того, что он закончил. Кроме того, каждому из вас дается ограниченное время, примерно 10 секунд. Дольше этого рисовать никто не может, но если кто-то сможет уложиться в меньшее время – то это хорошо. Лучше, если вы будете работать быстро, не оценивая свои результаты.</p> <p>Представьте себе, что мы все вместе отправляемся в путешествие. Когда мы путешествуем, мы идем то медленно, то быстро; мы чему-то поражаемся, мы открываем прелестные уголки, идем дальше, останавливаемся, иногда прыгаем от удовольствия. Когда картина наша будет готова, мы ее сотрем, и она сохранится только в нашем воспоминании.</p> <p>И еще одно: нарисованные вами линии могут пересекаться, вы можете выбирать мелки разных цветов, вы можете рисовать все, что хотите. Но помните при этом – как только мел перестанет касаться доски, вы должны будете вернуться на свое место.</p> <p>Кто хочет начать?... Спасибо, (Коля), иди к доске и возьми кусочек мела.</p>	<p>особенно, когда их никто не видит. Вероятно, основная прелесть этого заключается в том, что мы можем позволить себе раскрепоститься и делать все, что хочется, не боясь оценки и критики, поскольку всегда есть возможность стереть то, что получилось – и все пропадет, не оставив следа.</p> <p>Эта игра дает участникам возможность свободно проявлять себя, не стремясь к обязательному успеху, так как участники знают, что то, что они нарисуют, будет тотчас же стерто. Эта процедура – хорошая подготовка к какой-нибудь творческой работе.</p> <p>Чем чаще Вы играете в эту игру, тем искуснее становятся изображения. Вы можете усложнить правила. Например, введите ограничения такого рода:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– рисовать только круги,</li> <li>– рисовать только непересекающиеся линии,</li> <li>– нарисовать что-то конкретное,</li> <li>– рисовать только левой рукой и т. д.</li> </ul> <p>Ваши ученики с готовностью предложат Вам и другие интересные варианты.</p>
<p><b>7. Счет до 10</b></p> <p>Пожалуйста, соберитесь все вместе. Для начала образуйте группы по три человека. Теперь все трио должны объединиться попарно так, чтобы у нас получились шестерки... а теперь эти шестерки должны объединиться так, чтобы получились команды по двенадцать человек... Встаньте, пожалуйста, командой в один тесный круг, плечом к плечу. Просьба моя к вам будет очень простой: вам надо посчитать от 1 до 10. В каждой группе один из участников может начать счет, сказав: «Раз», затем следующий может заговорить и сказать: «Два» и т. д. Однако в этой игре действуют несколько особых правил:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– В один момент времени может говорить только один человек.</li> <li>– Если два участника заговорили одновременно, то команда должна начать счет сначала.</li> </ul>	<p><i>Комментарии для ведущего</i></p> <p>Когда группа выполняет это упражнение впервые, достичь вроде бы простого результата довольно трудно – для этого требуется множество попыток и достаточно много времени. Если же сделать это упражнение ритуальным (например, выполнять его в начале каждого занятия), то через некоторое время участники научаются взаимодействовать нужным образом, и вся игра занимает одну минуту. Несмотря на это, для достижения результата от участников всегда требуется самодисциплина, внимание друг к другу (особенно к невербальным проявлениям) и умение слушать других. Поэтому, досчитав до конца, команда испытывает</p>

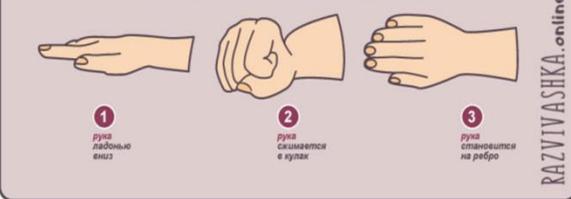
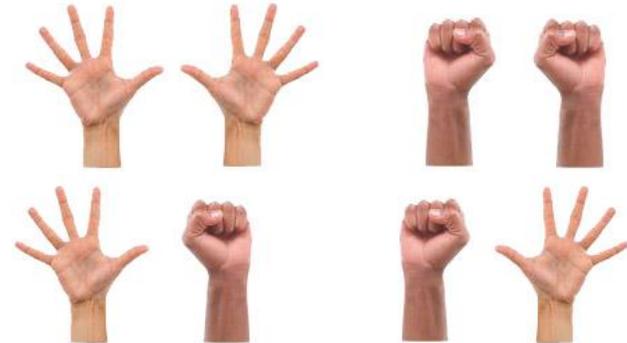
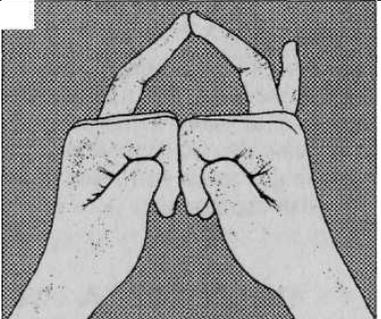
	<p>– Вы не имеете права договариваться заранее или как-то специально организовывать вашу стратегию поведения в этой игре. Стратегии могут быть разными. Например, счет по кругу или через одного. Все это не разрешается. Вы должны действовать спонтанно. Вы готовы? Тогда становитесь плечом к плечу и начинайте!</p>	<p>удовлетворение и гордость. Вы можете варьировать число участников, однако более эффективно игра проходит в группах от десяти до двенадцати участников. Варианты игры. Участники читают по буквам слово из 10 букв, например: «Папоротник»; или ранжируют свои имена по количеству букв в каждом, начиная с самого короткого; или группа импровизирует, сочиняя «на ходу» предложение, состоящее ровно из 10 слов. При этом правила игры остаются теми же.</p>
<p><b>8.</b></p>	<p><b><i>Танец пальцев</i></b>  Я хочу предложить вам игру, в которой вы сможете потанцевать, но, вероятно, не так, как вы думаете. А именно – вы должны себе представить, что два пальца на вашей руке – это ноги, и они хотят двигаться. Они уже сейчас испытывают дикое желание поворачиваться и попрыгать. Потренируйтесь немного, чтобы понять, какие движения пальцами вы сможете сделать. Для большинства из вас проще всего будет использовать указательный и средний пальцы... Теперь я начну играть музыкальный отрывок, а вы можете, наконец, предоставить возможность своим пальцам двигаться под музыку, танцевать и прыгать. Полностью сосредоточьтесь на своих пальцах и не обращайтесь внимания на то, что делают другие.  (Включите на одну-две минуты какую-нибудь ритмическую музыку. Выберите вещь, которая может понравиться и Вам, и членам Вашей группы.)  Теперь, пожалуйста, разбейтесь на пары и сядьте за столом друг напротив друга. Попробуйте сделать так, чтобы ваши пальцы и пальцы вашего партнера составили «танцевальную пару» и двигались под музыку вместе. Может быть, вы изобретете новые интересные фигуры и откроете для себя и партнера новые возможности парного танца. А теперь выберите себе нового партнера и сделайте то же самое, но на сей раз придумайте новый танец.</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i>  Вы можете по-разному варьировать «локальные» танцы. Участники могут, например, стоять и танцевать только коленями – это расслабляет мускулатуру ног и бедер; можно разрешить танцевать локтями – это расслабляет мускулатуру плеч, можно разрешить танцевать носами – это расслабляет мускулатуру затылка.  Следите за тем, чтобы все время звучала интересная ритмичная музыка. Если Вы хотите достичь шоу-эффекта, Вы можете принести коврик для компьютерной мышки и два экзотических ботинка на руки. Тогда два участника смогут придумать танец-фантазию и продемонстрировать его всей группе.</p>
<p><b>9.</b></p>	<p><b><i>Три лица – три чувства</i></b>  Мне хотелось бы, чтобы вы подумали о том, как чувства отражаются</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i>  И эту игру можно разнообразить. Можно играть двумя</p>

<p>на лице человека, а потом «примерили» бы на себя разные лица, и соответственно, разные чувства.</p> <p>Первое лицо очень грустное. Сделайте печальное лицо... Можете ли вы руками и плечами усилить выражение грусти и печали? Второе лицо – яростное. Мы морщим лоб, сжимаем губы и кулаки... Так, у вас хорошо получается. Третье лицо – радостное. Улыбнитесь широко, откройте объятия, изобразите жестами радость... Так, и это у вас хорошо получается.</p> <p>Итак, запомните, пожалуйста, эти три лица и покажите мне их еще раз. Сначала грустное... потом яростное... потом радостное...</p> <p>А теперь встаньте и разбейтесь на пары. Встаньте спиной к спине – так, чтобы вы не видели лица партнера. Мы сейчас еще раз вспомним чувства, о которых мы говорили. Сделайте, пожалуйста, печальное лицо... сделайте яростное лицо... сделайте радостное лицо... Хорошо.</p> <p>А сейчас каждый из вас должен выбрать одно чувство – печальное, яростное или радостное. Когда я сосчитаю до трех, вы должны повернуться к партнеру и «показать» ему соответствующее лицо. Было бы очень здорово, если бы вы, не сговариваясь, «показали» бы друг другу одинаковые лица. Раз, два, три...</p> <p>У кого из вас было такое же выражение лица, как и у партнера? Это великолепно, но и другие еще могут попробовать достичь этого, поскольку у них сейчас вновь появится шанс почувствовать то же, что и партнер.</p> <p>Итак, встаньте спиной друг к другу и выберите какое-нибудь из трех чувств. Попробуйте угадать, какое чувство выбрал на этот раз ваш партнер. Готовы? Раз, два, три... Повернитесь к своему партнеру. Успешно на этот раз?</p>	<p>командами – по три-шесть человек в каждой. В этом случае члены команды договариваются, какое чувство они хотят продемонстрировать. Команды стоят друг напротив друга, один из игроков считает до трех, и на счет «Три!» обе команды «показывают свое лицо».</p> <p>Постепенно можно «укрупнять» команды, все больше и больше увеличивая количество игроков в них. Очень впечатляет игроков вариант, при котором вся группа делится пополам, и команды, таким образом, становятся очень большими.</p> <p>Еще один вариант. Участники придумывают три настроения, движения и звука, о которых они договариваются заранее.</p>
<p><b>10. <i>Медведь перед дровосеками</i></b></p> <p>Я хочу пригласить вас поиграть в игру, с давних времен известную во Франции. При этом вы превратитесь в Дровосеков.</p> <p>Дровосеки – это мужественные мужчины и женщины, которые топорами валят деревья в лесу, обрубая ветви и распиливают стволы на бревна. Покажите мне, пожалуйста, как двигаются дровосеки во время работы... Хорошо. Вы прилежные храбрые Дровосеки.</p>	<p><i>Комментарии для ведущего</i></p> <p>Эта игра в буквальном смысле выводит участников из апатии, избавляет от нежелания что-либо делать и усталости. Указание: «Замрите, ничего не чувствуйте, притворитесь неслышащими и невидящими, чтобы Медведь вам ничего не сделал», вызывает как раз противоположную</p>

<p>А теперь мне нужен один доброволец... Спасибо! Доброволец будет не Дровосеком, а большим бурым Медведем.</p> <p>Сейчас мне хотелось бы вам рассказать, что происходит между Медведем и Дровосеками. Медведь выходит на сцену и громко рычит. Дровосеки пугаются до смерти и безжизненно замирают. Они закрывают глаза и пытаются спасти свою жизнь, сделав вид, что они совершенно неподвижны. А что же делает Медведь? Медведь подходит к каждому Дровосеку и проверяет, живые они или нет. Для этого он делает все, что ему вздумается (не разрешается лишь щекотать Дровосеков). Медведь может ворчать или реветь, может дотрагиваться своими «лапами» до безжизненных Дровосеков, он может расталкивать их, поднимать их головы, руки или ноги, короче, он может использовать любой трюк, чтобы заставить Дровосеков начать двигаться или смеяться.</p> <p>Если кто-нибудь из Дровосеков засмеется или начнет двигаться, то он сразу же превращается во второго Медведя, и уже теперь два Медведя пытаются разбудить Дровосеков, которые, в свою очередь, делают все, чтобы не пикнуть и не пошевелиться. Но со временем Медведей станет трое, потом – четверо и т. д. Вы поняли, как играть в эту игру? Теперь мы можем приступить. Дровосеки, за работу!</p> <p>А сейчас – выход Медведя: пожалуйста, мощный рев...</p>	<p>реакцию. Все чувства участников внезапно пробуждаются, особенно, когда Медведь начинает ими «заниматься». Чем больше Медведей, тем быстрее продвигается игра, и, в конце концов, уже вся группа состоит из одних только урчащих Медведей.</p>
<p><b>3. КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ С ПРИЕМАМИ РИСОВАНИЯ, ПАЛЬЧИКОВОЙ ГИМНАСТИКИ.</b></p>	
<p><b>Упражнения для кинезиологических сказок «Два котенка» и «Две обезьянки» и «Две обезьянки»</b></p>	
<p><b>1. Упражнения «Кошка»</b> со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка» Последовательно менять два положения руки «кулак» - «ладонь» сначала правой, потом левой, затем двумя руками вместе со словами «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка» Упражнение можно усложнять:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сделать руками на весу;</li> <li>• кулачок и ладонь на столе;</li> <li>• кулачок кладем на стол на ребро;</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• кулачок на стол кладем тыльной стороной, ладонь тыльной стороной вверх и наоборот;</li> <li>• правая рука в кулачок, левая – ладонь и наоборот.</li> </ul>	
2.	<p><b>Упражнение «Деревья»</b>  <i>руки вверх, пальцы растопырены в стороны, немного покачивать руками.</i></p>	
3.	<p><b>Упражнение «Низкие кустарники»</b>          кисти рук стоят на столе, пальцы разведены в стороны</p>	
4.	<p><b>Упражнение «Колечко»</b>          поочередно, соединяя в кольцо большой палец с последующими, со словами: «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»</p>	 <p>Поочередно и как можно быстрее перебирать пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д.</p> <p>Сначала упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.</p>
5.	<p><b>Упражнение «Колечко»:</b>          из большого и указательного пальцев правой руки делаем колечко и начинаем его нанизывать, не размыкая пальцы на каждый палец левой руки со словами: «Мизинец, безымянный, средний, указательный, большой – ой, ой, ой!»</p>	

<p><b>6.</b></p>	<p><b>Упражнение «Ладушки-оладушки»</b>          правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх;          одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»).</p>	
<p><b>7.</b></p>	<p><b>Упражнение «Лезгинка»</b>          Ребенок складывает 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 рук (шесть-восемь раз). Необходимо добиваться высокой скорости смены положений. Ребенок складывает 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 рук (шесть-восемь раз). Необходимо добиваться высокой скорости смены положений.</p>	

8.	<p><b>Упражнение «Лягушка»</b> смена трех положений руки кулак-ребро-ладонь, со словами: «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»</p>	<p><b>ТРИ ПОЛОЖЕНИЯ РУК</b></p> <p>Малышу показывают, как рука меняет положение на поверхности стола: сначала <b>рука лежит ладонью вниз</b>, затем <b>сжимается в кулак</b> вертикально, далее – ладонь раскрывается и <b>становится на ребро</b>.</p> <p>На начальном этапе малыш может выполнять упражнение вместе со взрослым, потом пробует выполнить его самостоятельно, по памяти. Продельваем <b>8 – 10 повторений</b> одной рукой, затем другой. Самый сложный этап – выполнение задания обеими руками. Если ребенку сложно запомнить эту последовательность, он может помогать себе речевыми командами, проговаривая их вслух, либо про себя. По мере освоения задания его темп нарастает.</p>  <p>1 рука ладонью вниз 2 рука сжимается в кулак 3 рука становится на ребро</p> <p>РАЗВИВАШКА.online</p>
9.	<p><b>Упражнение «Звездочки»</b> правая ладонь пальцы в кулак, левая – пальцы в стороны – смена позиций</p>	
10.	<p><b>Упражнение «Домик»</b> руки направлены вверх, большой, указательный и средний пальцы каждой руки прижаты к ладоням, основания ладоней и кончики безымянных пальцев соприкасаются, мизинец правой руки встает вертикально – «труба»</p>	
<p><b>Кинезиологическая сказка «Два котенка»</b> (способ организации детей – сидя за столами)</p>		

Жил-был на свете белый, пушистый котенок по имени Снежок (дети показывают правый кулачок). Он очень любил прогуливаться по своему саду (выполнение упражнения «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»).

В саду росли высокие деревья (руки вверх, развести пальцы в стороны) и низкие кустарники (кисти рук стоят на столе, пальцы разведены в стороны).

И вот однажды, Снежок вышел из своего дома, прогуляться (выполнение упражнения «Кошка» правой рукой со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка») и увидел, что на полянке бегают черные котенки (выполнение упр. «Кошка» левой рукой со словами).

Он быстро помчался к нему, чтобы познакомиться (выполнение упр. «Кошка» в быстром темпе).

Котенка звали Уголек. Они подружились и стали бегать друг за другом, наперегонки (выполнение упр. «Кошка» с одновременной сменой позиции).

И тут Снежок нашел на траве колечко (упр. «Колечко»: поочередно, соединяя в кольцо большой палец с последующими, со словами: «Раз, два, три, четыре, пять – весело колечко будем примерять!»), он стал примерять его на правую лапку, а затем на левую, но колечко оказалось ему велико.

Тогда Уголек стал его примерять (Упр. «Колечко»: из большого и указательного пальцев правой руки делаем колечко и начинаем его нанизывать, не размыкая пальцы на каждый палец левой руки со словами: «Мизинец, безымянный, средний, указательный, большой – ой, ой, ой!»).

И тут колечко упало и покатило по тропинке – котят за ним (упр. «Кошка»). И привела их тропинка к пруду, на котором сидела лягушка и громко плакала, от того, что ей было грустно одной.

Котят решили ее развеселить и показали ей интересную игру (упр. «Лягушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в лягушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»).

Но лягушка не стала веселее, тогда котят предложили ей станцевать (упр. «Лезгинка»: левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук; ускоряя скорость).

Лягушка развеселилась и поблагодарила котят. А потом сказала, что темнеет, приближается ночь и ей пора в пруд (упр. «Лягушка»: смена трех положений руки кулак-ребро-ладонь, со словами: «Лягушка хочет в пруд, лягушке страшно тут!»).

Котят попрощались с ней и тоже отправились домой (упр. «Кошка»).

По дороге они наблюдали, как на небе мерцают звезды (упр. «Звездочки»: правая ладонь пальцы в кулак, левая – пальцы в стороны – смена позиций).

Вот они и дошли до дома (упр. «Домик»: руки направлены вверх, большой, указательный и средний пальцы каждой руки прижаты к ладоням, основания ладоней и кончики безымянных пальцев соприкасаются, мизинец правой руки встает вертикально – «труба»).

Уставшие они улеглись на коврик (вытянуть пальцы из кулачка) и уснули.

### Кинезиологическая сказка «Две обезьянки»

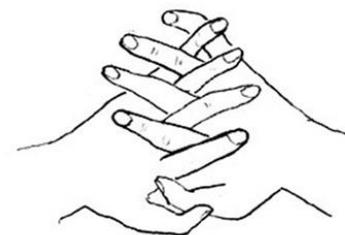
(дети сидят за столами, руки на коленях)

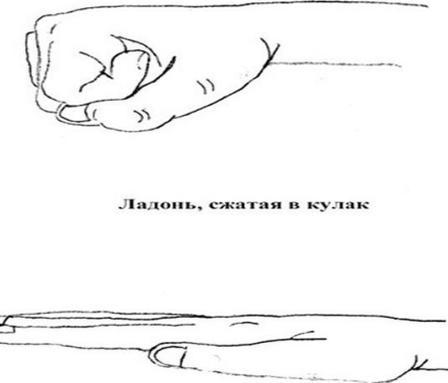
«Жили-были две озорные обезьянки- Мики (левый кулачок на стол) и Кики (правый кулачок на стол). Однажды они отправились в сад за яблоками и заблудились (упражнение «кулачок - ладошка», смена рук синхронно). По дороге они встретили ежа с ежатами (упражнение «кулачок - ладошка», левая рука кулачок, правая – ладошка, одновременная смена рук). Обезьянки поздоровались с ними и рассказали, что ищут яблоньку (упражнение «колечко», колечко большое (большой палец соединён с указательным) –колечко маленькое (большой палец с мизинцем). Сначала на правой руке, затем на левой, как усложнение - левая рука колечко большое, правая рука колечко маленькое (синхронное чередование движений). Ежи показали дорогу обезьянкам к яблоне, а за это обезьянки угостили ежей оладушками: (упражнение «оладушки» правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью вверх; одновременная смена позиции со словами: «Ладушки-ладушки, кушайте оладушки»)). Обезьянки набрали яблоки, но не знали в чем отнести их домой. Тогда еж с ежатами помогли им (дети рассказывают, как же еж с ежатами помогли обезьянка, смена 3 движений рук упражнение «кулак» - «ладонь» - «ребро») А потом друзья стали танцевать (упр. «Лезгинка»: левую руку сложить в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснуться к мизинцу левой. После одновременно сменить положение правой и левой рук; ускоряя скорость).

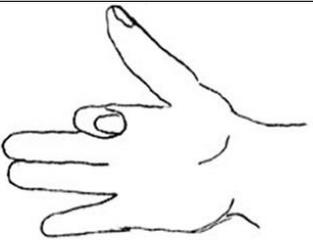
### Упражнения для кинезиологической сказки «В лесу»

- 1. Упражнение «ёжик».**  
Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой

**Ежик.**  
Поставить ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки между пальцами другой.



2.	<p><b>Упражнение «заяц».</b>          Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем</p>	 <p>Заяц.</p>
3.	<p><b>Упражнение «кулак-ладонь».</b>          Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук</p>	 <p>Ладонь, сжатая в кулак</p> <p>Распрямленная ладонь</p>
4.	<p><b>Упражнение «дом».</b>          Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить</p>	 <p>Дом.          пальцы рук соединить под углом,          большие пальцы соединить.</p>
5.	<p><b>Упражнение «деревья»</b>          Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны</p>	

6.	<p><b>Упражнение «собака».</b> Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными</p>	<p style="text-align: center;"><b>Собака.</b> Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Остальные пальцы сомкнуть. Указательный палец согнуть.</p> 
----	---	--

**Кинезиологическая сказка «В лесу»**  
(способ организации – сидя за столом)

Однажды маленький ежонок потерялся в лесу (Упражнение «ёжик»). Поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой). Он очень испугался и стал плакать. Тут к нему подбежал зайчонок (Упражнение «заяц»). Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем). Он спросил у ежика: «Почему ты плачешь?». Ежик рассказал зайчику, что пошел гулять по лесу (Упражнение «кулак-ладонь»). Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), и заблудился, а теперь не знает, как найти дорогу домой (Упражнение «дом»). Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Зайчик решил помочь ежонку. Они вместе пошли искать его дом (Упражнение «кулак-ладонь»). Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). В этом лесу росли большие деревья (Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны). Долго они шли (Упражнение «кулак-ладонь»). Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук), но дом ежика не могли найти (Упражнение «дом»). Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Вдруг им навстречу выбежала собачка (Упражнение «собака»). Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными). Зайчик (Упражнение «заяц»). Указательный и средний палец вытянуты вверх, мизинец и безымянный палец прижаты к ладони большим пальцем), спросил у собачки, не знает ли она, где дом ежика? Собачка (Упражнение «собака»). Ладонь поставить на ребро, большой палец выпрямить и поднять вверх. Указательный палец согнуть, остальные пальцы сомкнуть и оставить выпрямленными) сказала, что знает, где его дом (Упражнение «дом»). Пальцы обеих рук соединить под углом, касаясь друг друга кончиками, большие пальцы отвести в сторону и тоже соединить). Собачка вместе с зайчиком проводили ежонка до дома ((Упражнение «кулак-ладонь»). Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук). Ежонок очень обрадовался и угостил зайчика и собачку вкусными оладушками (Упражнение «оладушки»). Одна рука лежит на столе ладонью вниз, другая ладонью вверх. Происходит смена положения рук.)

### Упражнения для кинезиологической сказки «Две обезьянки»

1.	<p>Упражнение «ухо-нос».</p> <p>Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот</p>	
2.	<p><b>Упражнение “Рожцы”</b></p> <p>Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз</p>	
3.	<p><b>Упражнение «Язык».</b></p> <p>Вытянуть язык, спрятать его</p>	
4.	<p><b>Упражнение «Замок».</b></p> <p>Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести</p>	
5.	<p><b>Упражнение для глаз «Вверх-вниз»</b></p>	
6.	<p><b>Упражнение «Полезли на пальму»</b></p> <p>Руки поставить перед лицом, ладонями от себя. Одна ладонь зажата в кулак, другая распрямлена, происходит смена положения рук</p>	
<p><b>Кинезиологическая сказка «Две обезьянки».</b> (способ организации – сидя за столом)</p>		
<p>Жили-были две веселые обезьянки (Упражнение «ухо-нос». Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой — за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук с точностью до наоборот). Обезьянки очень любили кончить рожцы (Оттянуть уши вперед, затем назад, медленно считая до 10. Начать</p>		

	<p>упражнение с открытыми глазами, затем с закрытыми. Повторить 7 раз). И показывать языки друг другу язык ( Упражнение «язык». Вытянуть язык, спрятать его).Однажды они увидели на высокой пальме ((Руки вытянуты вверх. Пальцы рук сжимать в кулак и расставлять в стороны), большой и спелый кокос ( Упражнение «замок». Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести).Обезьянки наперегонки побежали к пальме (Упражнение «кулак-ладонь». Левая рука сжата в кулак, правая ладонь лежит на столе, происходит одновременная смена положения рук).</p> <p>Они стали смотреть на пальму, какая она высокая (Упражнение для глаз «Вверх-вниз»). Затем обезьянки полезли на пальму (Руки поставить перед лицом, ладонями от себя. Одна ладонь зажата в кулак, другая распрямлена, происходит смена положения рук). Они сорвали большой и спелый кокос (Упражнение «замок». Ладони прижаты друг к другу, пальцы переплести). Обезьянки очень обрадовались и и затанцевали (Руками встряхнуть. Кисти обеих рук расслаблены, пальцы вниз).</p>
<p><b>Кинезиологическая сказка «Яблонька»</b> (способ организации – стоя)</p>	
	<p>Однажды одно маленькое семечко от яблоньки попало в землю (Сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками.) Семечко поливал дождик, пригревало солнышко и оно стало расти и превращаться в маленькую яблоньку (Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь). К яблоньке часто прилетал её дружок – ветерок и играл с ней (<i>Руки вверх, развести пальцы в стороны, покачаться из стороны – в сторону</i>). Стала яблонька большой и выросли на ней вкусные яблочки. Пришли к яблоньке дети. (“Перекрестное маршрутирование”. Шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге).</p> <p><i>И стали рвать сочные и румяные яблочки (Посмотреть вверх, потянитесь правой рукой как можно выше, подняться на цыпочки и сделайте резкий вдох, «срывать» яблоко. Нагнуться и «положить яблоко» в небольшую «корзину», стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. То же самое двумя руками). Дети сказали яблоньке спасибо (Дышать глубоко. Распрямить плечи, закрыть глаза, наклонить голову вперед и медленно раскачивать ей из стороны в сторону). И пошли домой ((“Перекрестное маршрутирование”. Шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений).</i></p>
<p><b>Кинезиологическая сказка «Лесной домик»</b></p>	
	<p>Стоял с лесу домик (Упражнение «дом». Пальцы рук соединены под углом и касаются кончиками друг друга, большие пальцы отведены в сторону и тоже соприкасаются). Бежал мимо ёжик (Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой). Увидел он чудесный домик, и обошел вокруг него 3 раза (Упражнение «кулак-ребро-ладонь»), зашел в него и стал в нем жить. Бежала мимо лягушка-квакушка (Упражнение «лягушка». Одна рука сжата в кулак, другая ладонь выпрямлена и лежит на столе. Происходит смена положения рук.) Увидела она домик, очень он ей понравился, попросилась она у ёжика ((Упражнение «ёжик». Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой) тоже в домике пожить. Пустил ежик лягушку в домик и стали они жить там вдвоем. Весело было им жить пекли они оладушки и играли в ладушки (<i>упр. «Ладушки-оладушки»: правая рука лежит ладонью вниз, а левая – ладонью</i></p>

<p><i>вверх; одновременная смена позиции со словами: «Мы играли в ладушки – жарили оладушки, так пожарим, повернем и опять играть начнем»</i>). Каждый день им светило ласковое солнышко ( Руки вверх, одна рука сжата в кулак, пальцы другой руки расставлены в стороны, происходит смена положения рук), вокруг порхали красивые бабочки (Руки перед собой, перекрестить ладони, помахать ими как крыльями бабочки), а деревья шелестели своими листиками на ветру (<i>руки вверх, развести пальцы в стороны</i>). Однажды они услышали, как кто – то плачет. Ёжик и лягушка выглянули в окошко, и увидели маленького котенка ( Рука сжата в кулак, лежит на столе), они позвали котенка и он подбежал к ним (<i>Упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»</i>). Котенок рассказал, что потерялся и не знает, что ему делать. Лягушка и ёжик, пригласили котенка жить к себе в дом (<i>Упражнение «дом». Пальцы рук соединены под углом и касаются кончиками друг друга, большие пальцы отведены в сторону и тоже соприкасаются</i>). Котенок с радостью забежал в чудесный домик (<i>Упражнение «Кошка» со словами: «Кулачок-ладошка, так гуляет кошка»</i>) и стал жить вместе с лягушкой ((<i>Упражнение «лягушка». Одна рука сжата в кулак, другая ладонь выпрямлена и лежит на столе. Происходит смена положения рук</i>) и ёжиком (<i>Упражнение «ёжик»</i>). Ладони под углом друг к другу. Расположить пальцы одной руки, между пальцами другой).</p>	
<p><b>4. КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ «ГИМНАСТИКА МОЗГА»</b></p>	
<p><b>4.1. КОМПЛЕКС КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ЧТЕНИЯ</b></p>	
<p><b>4.1.1. Прослеживание глазами по строчкам страницы без торможения воспринимающих участков мозга</b></p>	
<p>Формирование зрительных навыков, обеспечивающих чтение, начинается с развития координации движений обоих глаз слева направо и навыков пересечения середины страницы, а соответственно и среднего зрительного поля. Для того чтобы читать, один глаз должен быть ведущим при сосредоточении, а другой - при построчном прослеживании. Несмотря на то, что оба навыка доступны каждому глазу, стресс в процессе учения, связанный с фокусированием и прослеживанием при чтении, может вызвать зрительную дезориентацию.</p>	
<p><b>1. Кнопки Мозга</b>          Одна рука глубоко массирует «Кнопки Мозга» (в области мягких тканей под ключицами слева и справа от грудины), а другая прикасается к пупку.  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Стимулируйте «Кнопки Мозга» на протяжении 20-30 секунд или до тех пор, пока не исчезнет напряжение.</li> <li>• Кнопки Мозга вначале могут быть болезненными, через несколько дней или неделю это ощущение исчезает. Порой даже само прикосновение к этим точкам стимулирует их.</li> <li>• При выполнении этого упражнения можно менять руки, чтобы</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• того, чтобы передать информацию от правого полушария к левой половине тела и обратно;</li> <li>• получения большего объема кислорода;</li> <li>• стимуляции каротидных артерий, чтобы увеличить поток крови к мозгу;</li> <li>• усиления потока электромагнитной энергии.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечение среднего визуального поля при чтении;</li> <li>• пересечение средней линии для координации тела (улучшает перекрестный шаг);</li> </ul>

	<p>активизировать оба полушария.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• коррекция неправильной перестановки букв и чисел;</li> <li>• коррекция привычки путать согласные буквы;</li> <li>• умение сохранять свое положение тела во время чтения.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• письмо, работа с техникой, просматривание телевизора, работа с другой техникой.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• баланс левой и правой сторон тела;</li> <li>• увеличение уровня энергии;</li> <li>• улучшение одновременной работы глаз (снижение визуального стресса);</li> <li>• большее расслабление плеч и мышц шеи.</li> </ul>
2.	<p><b>Перекрестный шаг</b> <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>

3.	<p><b>Ленивые 8-ки</b> Рисование «Ленивых 8-к», или знака бесконечности, способствует развитию навыка пересечения среднего зрительного поля без перерывов, необходимого при чтении; активизирует оба глаза (правый и левый) и интегрирует оба зрительных поля (левое и правое). Восьмерка рисуется лежащей на боках: точка в ее центре соединяет прорисовываемые непрерывной линией окружности и разделяет зрительное поле на левое и правое.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте напротив центра «Ленивой 8-ки» и рисуйте ее на уровне глаз.</li> <li>• Примите удобную позу при рисовании: ноги - на ширине плеч для равновесия тела.</li> <li>• Начните рисовать левой рукой, чтобы сразу же активизировать правое полушарие.</li> <li>• Начните рисовать влево от центра - вверх против часовой стрелки, по окружности и вернитесь в центр. Далее рисуйте от центра вправо - вверх по часовой стрелке, в сторону по окружности, и вернитесь в исходную точку.</li> <li>• Следите глазами за «Ленивой 8-кой»; голова слегка следует за ее траекторией.</li> <li>• Сделайте по три «Ленивых 8-ки» каждой рукой отдельно, а затем двумя руками вместе.</li> <li>• Для рисования «Ленивых 8-к» можно использовать мелки разного цвета.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней визуальной линии и повышения межполушарной интеграции;</li> <li>• улучшения бинокулярного и периферического зрения;</li> <li>• повышения координации движений мышц глаз (особенно при прослеживании).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• механизмы чтения (движения глаз слева направо);</li> <li>• распознавание символов письменного языка;</li> <li>• понимающее чтение (работа долговременной ассоциативной памяти).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• расслабляет глаза, шею и плечи при сосредоточении;</li> <li>• улучшает восприятие глубины;</li> <li>• улучшает центрацию, баланс и координацию.</li> </ul>
<b>4.1.2. Выразительное эмоциональное чтение и пересказ</b>		
<p>Читающий во время чтения должен представлять, что рассказывает все прочитанное и делится своими мыслями с другими. Нужно иметь некоторое общее представление о вербальном (словесном) коде, для того чтобы формировался истинный навык чтения. В западных языках этот код включает в себя слух, зрение и моторику.</p>		
1.	<p><b>Вращения шеи</b> «Вращения шеи» расслабляют мышцы шеи и снижают напряжение, возникающее из-за неспособности пересечь среднюю зрительную линию и работать в среднем зрительном поле. Если это упражнение</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития бинокулярного зрения и способности писать и читать в среднем поле;</li> <li>• центрации;</li> </ul>

	<p>выполняется до уроков чтения или письма, оно стимулирует бинокулярное зрение и бинауральный слух. Вращайте головой только перед собой. Полные повороты головы назад обычно не рекомендуются.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Поворачивайте голову медленно из стороны в сторону, словно тяжелый мяч; дышите свободно.</li> <li>• Во время вращения шеи подбородок опущен как можно ниже, голова не достигает внешних концов ключиц.</li> <li>• Определите позиции, в которых напряжение или «стяжки» мышц шеи чувствуются особенно остро, и дольше держите голову в этих позициях до тех пор, пока мышцы не расслабятся. Дыхание глубокое.</li> <li>• Расслабьте плечи, поворачивайте голову из стороны в сторону при поднятых плечах, а затем - при опущенных.</li> <li>• Делайте «Вращение шеи» с закрытыми глазами, а затем открытыми.</li> <li>• При поворотах головы держите ее как бы дальше от тела, не прикасаясь и не роняя вниз на грудную клетку.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «заземления»;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• устное чтение;</li> <li>• чтение про себя;</li> <li>• речь и язык.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает дыхание;</li> <li>• тренирует умение расслабляться.</li> </ul>
2.	<p><b>Энергетическая зевота</b></p> <p>Зевота - это природный зевательный рефлекс, который повышает циркуляцию крови в мозге и стимулирует работу всего тела. В идеале мы должны зевать свободно, но стараемся избегать этого, что создает устойчивое напряжение в мышцах и связках челюстей. В «Гимнастике Мозга» зевота - хорошая манера. Если плотно прикоснуться и держать напряженные места на скулах во время зевания, это поможет балансировать движение костей черепа и расслабит напряжение в мышцах головы и челюстей.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Представьте, что вы готовы зевнуть, закройте глаза и помассируйте зоны соединения нижних и верхних коренных зубов. Мышцы, расположенные вокруг верхних коренных зубов, участвуют в открывании рта, а те, которые располагаются выше нижних коренных зубов, отвечают за его закрывание.</li> <li>• Сделайте глубокий расслабляющий звук зевоты и массируйте эти мышцы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшения сенсорного восприятия и моторной функции глаз и мышц, отвечающих за звучание и жевание;</li> <li>• улучшения процессов окисления в организме, надежного и спокойного функционирования тела;</li> <li>• улучшения зрительного внимания и восприятия; спокойной работы мышц лица;</li> <li>• улучшения вербальной и экспрессивной коммуникации;</li> <li>• развития способности выбирать нужную информацию.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• чтение вслух;</li> <li>• творческое письмо;</li> <li>• публичная речь.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• свободное видение и мышление во время умственной</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Повторите упражнение 3-6 раз.</li> </ul>	<p>работы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• более звонкое пение.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает резонирование голоса;</li> <li>• помогает расслабить глаза (стимулирует выделение влаги в глазах);</li> <li>• стимулирует экспрессию и творчество;</li> <li>• улучшает равновесие тела.</li> </ul>
<p><b>3.</b></p>	<p><b>Перекрестный шаг</b> <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>
<p><b>4.</b></p>	<p><b>Рокер</b> Упражнение «Рокер» расслабляет нижнюю часть тела и область крестца. Оно «массирует» подколенные сухожилия, ягодичные мышцы и стимулирует нервы в бедрах, сдавливаемых от долгого сидения,</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• центрации и развития способности работать в среднем поле тела;</li> <li>• развития навыков учения;</li> </ul>

	<p>например, за столом и в автомобиле. Когда крестцовая зона расслабляется и приходит в движение, активизируется «другой конец» центральной нервной системы - мозг. Это "стимулирует циркуляцию спинномозговой жидкости и тело работает еще более надежно.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для того, чтобы защитить копчик, «Рокер» лучше делать на мягкой поверхности.</li> <li>• Расположите руки и кисти так, чтобы поддерживать тело в этом положении.</li> <li>• Снимите напряжение вначале в одном бедре, а затем в другом, делая небольшие круговые вращения.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя в кресле, поддерживайте себя, держась за его ручки, и подняв ноги, делайте круговые вращения.</li> <li>• Можно работать в парах: ведущий сидит рядом и поддерживает колени и спину партнера в то время, когда тот делает небольшие круговые вращения телом и таким образом массирует бедра и ягодицы.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• навыков зрительного слежения за движениями, следующими слева направо;</li> <li>• навыков внимания и понимания.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнение различных операций с техникой: компьютером, машинами.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает сосредоточенность и центрирует тело;</li> <li>• позволяет прямо сидеть на стуле;</li> <li>• стабилизирует работу мышц области таза (расслабляет мышцы спины, снимает напряжение в бедрах);</li> <li>• расслабляет чрезмерно «сосредоточенную» позу;</li> <li>• «освобождает» напряжение в мышцах позади колен;</li> <li>• выравнивает уровень бедер, плеч и глаз;</li> <li>• делает дыхание более глубоким и улучшает резонирование голоса;</li> <li>• улучшает координацию всего тела;</li> <li>• повышает уровень энергии тела (снижает умственное утомление).</li> </ul>
5.	<p><b>Брюшное дыхание</b></p> <p>«Брюшное дыхание» напоминает ученику о том, что во время сосредоточения на умственном действии или при физической нагрузке надо глубоко дышать, а не сдерживать дыхание. Дыхание расширяет грудную клетку во всех направлениях, от переды тела назад, слева направо, сверху вниз, вовлекая в работу мышцы живота. Когда дыхание поверхностное и грудная клетка приподнимается незначительно, поступление кислорода в мозг существенно ограничивается. Если же человек дышит правильно, тогда кислорода в крови вполне достаточно для эффективного функционирования мозга.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Делайте вдох носом. Вначале очистите легкие, делая короткие выдохи</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней линии тела;</li> <li>• центрации и заземления;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы</li> <li>• установления ритма движения костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• чтение (кодирование и декодирование);</li> <li>• устное чтение и речь;</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает гибкость, выразительность;</li> </ul>

<p>сквозь сжатые губы (представьте себе, что пытаетесь удержать перышко в воздухе). После этого выдохи можно делать и через нос.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Положите руки на живот. На вдохе они поднимаются, а на выдохе опускаются.</li> <li>• Сделайте вдох на счет до трех, задержите дыхание на три секунды и выдохните его в течение следующих трех секунд, затем снова задержите вдох на три секунды. Повторите то же самое еще раз. Это можно делать в разных ритмах: вдох на счет два, выдох на четыре.</li> <li>• В идеале ритмичное дыхание работает автоматически. Ритмичная музыка может помочь оживлению этого навыка и тогда счет не нужен.</li> <li>• Когда вы делаете какие-либо движения, например, поднимаетесь, толкаете, пинаете, параллельно с этим надо выдохнуть и напряжение.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает уровень энергии;</li> <li>• развивает диафрагмальное дыхание;</li> <li>• повышает уровень внимания.</li> </ul>
<p><b>4.1.3. Понимающее чтение</b>  <b><i>Сосредоточенное чтение, активизирующее процессы опережающего восприятия и усвоения языка</i></b></p>	
<p>Чтение - это активное воссоздание читающим мыслей или «кода» автора. У кода нет своего собственного назначения. Успех коммуникации зависит от писателя, который кодирует (вкладывает в язык) какое-то значение, и от читателя, который декодирует (распознает) его, придавая ему собственный смысл. Таким образом, коммуникация через письмо зависит от активного творчества читателя в процессе чтения.</p>	
<p><b>1. Помпа</b>  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте и держитесь руками за стену или спинку стула. Расположите одну ногу позади корпуса тела, а другую впереди. Делайте выпады на колено ноги, выставленной вперед. Нога, расположенная позади, должна быть выпрямлена. Держите корпус прямо.</li> <li>• В начале упражнения пятка ноги, расположенной позади, поднята от пола, и вес тела приходится на ногу, выставленную вперед. Далее вес с этой ноги переносится на ногу, расположенную позади, а пятка, по возможности, опускается на пол.</li> <li>• Делайте выдох при движении, когда пятка опускается на пол, и вдох, когда нога расслабляется и пятка поднимается от пола. Повторите упражнение три раза или более.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интеграции передних и задних отделов мозга;</li> <li>• развития выразительной речи и языковых способностей.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• понимающее чтение;</li> <li>• способности творческого письма;</li> <li>• способность к завершению начатого процесса;</li> <li>• улучшение социального поведения.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• увеличивает время сосредоточения внимания;</li> <li>• улучшает навыки сосредоточения и реагирования.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Растягивайте сухожилия ног дальше, увеличивая для этого шаг и пытаясь пяткой достать пол.</li> <li>• Растяните мышцы верхней части ноги (подколенное сухожилие) сильнее, делая больший выпад на ногу, выставленную вперед, и, затем перенося вес тела на ногу, расположенную позади.</li> </ul>	
<p><b>2.</b></p>	<p><b>Расслабление стоп ног</b> Упражнение «Расслабление стоп ног», как и «Помпа», направлено на переобучение процесса движения и восстановление естественной длины сухожилий стоп и нижней части ног. Связки и сухожилия сокращаются в ответ на информацию об опасности. Эта ответная реакция мозга сокращает и отклоняет тело назад. Придерживая сухожилия и растягивая икроножную мышцу, необходимо активизировать стопу и таким образом ослабить влияние охранного рефлекса («Tendon Guard Reflex»), отклоняющего тело назад.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• В позиции сидя положите лодыжку на другое колено, кончиками пальцев обхватите основание и место прикрепления сухожилия икроножной мышцы. Можно представить мышцу и ее сухожилия, идущие от колена к лодыжке. Найдите наиболее напряженные места в связках - в начале или в конце мышцы. Затем мягко придерживая их, растяните мышцу до полного ее расслабления.</li> <li>• Прижимая напряженные места в мышце, медленно и методично активизируйте далее стопу, приводя ее к себе и отводя от себя до тех пор, пока не станет легко выполнять это движение. Затем повторите упражнение по отношению к другой икроножной мышце и стопе.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интеграции задних и передних отделов мозга;</li> <li>• развития выразительной речи и языковых навыков.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимание в процессе слушания и чтения;</li> <li>• способности творческого письма;</li> <li>• способность следовать логике задания и завершать его.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• облегчает наклон вперед при сохранении тела в расслабленном состоянии;</li> <li>• снимает напряжение в подколенных сухожилиях;</li> <li>• улучшает социальное поведение;</li> <li>• улучшает внимание;</li> <li>• помогает взаимодействию и адекватному реагированию в ситуации общения.</li> </ul>
<p><b>3.</b></p>	<p><b>Заземлитель</b> «Заземлитель» - упражнение, растягивающее и расслабляющее подвздошно-поясничную группу мышц. Эти мышцы напрягаются из-за длительного сидения или стресса в области таза, что мешает их свободной работе. Вовлечение мышц бедер сокращает мышцы и</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения и работы в средней зоне тела;</li> <li>• центрации и «заземления»;</li> <li>• организации;</li> <li>• глубокого дыхания;</li> </ul>

	<p>сухожилия крестцово-остистой зоны, делает неглубоким дыхание и мешает ритму движений костей черепа. Состояние подвздошно-поясничной группы мышц очень важно для работы тела. Эти мышцы стабилизируют и заземляют тело. Свобода их движений необходима для баланса, координации телодвижений в целом, а также для фокуса тела, в частности.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Расставьте ноги шире плеч. Разверните ноги под прямым углом друг к другу.</li> <li>• Согните одну ногу в колене и перенесите вес тела на пятку этой ноги; другая нога остается прямой.</li> <li>• Нога со стороны согнутого колена мягко, как бы по прямой линии, скользит вниз, полностью опираясь на стопу, - тело принимает позу «Стрелка из лука» (без чрезмерного приседания).</li> <li>• Опускайтесь торсом и тазом равномерно. Держите корпус прямо. Согните колено, сделайте выпад на согнутую ногу и поверните голову в сторону согнутой ноги.</li> <li>• В упражнении растягиваются внутренние поясничные мышцы, мышцы бедра вытянутой ноги.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развития пространственного восприятия;</li> <li>• релаксации всего тела;</li> <li>• релаксации мышц глаз.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимание;</li> <li>• актуализация кратковременной памяти;</li> <li>• организация вербальных средств и средств вычисления;</li> <li>• развитие «Я - Концепции» и способов самовыражения.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• работа с инструментами.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствует большей стабильности и балансу;</li> <li>• улучшает концентрацию внимания;</li> <li>• способствует движению верха и низа тела как единого целого;</li> <li>• выравнивает уровень бедер (избавляет от ротации, «скручивания» связок и мышц).</li> </ul>
<p><b>4.2. КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ МЫШЛЕНИЯ</b></p>		
<p><b>4.2.1. Организационные навыки</b> <i>Согласованное движение глаз по горизонтали и вертикали</i></p>		
<p>Понимание того, как «работают» разные модальности (зрительное, слуховое, тактильное, кинестетическое восприятие) и соответствующие разнонаправленные процессы, становится обязательным условием для овладения навыками по математике и письму. До тех пор, пока не сформируется восприятие левой и правой сторон, верха и низа, как единого зрительного пространства, учащийся будет испытывать трудности при восприятии слов и символов, представленных в колонках, и при их размещении в требуемой последовательности.</p>		
<p><b>1.</b></p>	<p><b>Кнопки Земли</b> Для выполнения этого упражнения обе руки располагаются впереди тела по его срединной латеральной линии. Средняя линия и «точка</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития способности работать в среднем поле;</li> <li>• центрации;</li> </ul>

	<p>опоры» внизу тела информирует мозг о его расположении в пространстве по отношению к другим объектам. При направлении внимания на эту линию учащийся может организовать свое зрительное поле для сбалансированной работы глаз, рук и положения тела относительно воспринимаемого объекта. В упражнении «Кнопки Земли» кончики пальцев одной руки прикасаются к точке под нижней губой, а пальцы другой к макушке лобковой кости (около 15 см. ниже пупка). Ощущение связи между верхом и низом тела позволит координировать их, и таким образом повысит ощущение устойчивости положения тела.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• К точке прикасаются в течение 20-30 секунд или более (за время 4-6 полных циклов дыхания).</li> <li>• Важно дышать медленно и глубоко, ощущая расслабление во всем теле.</li> <li>• Вместо того, чтобы прикасаться к лобковой кости, некоторым людям более комфортно прикосновение ладонью к области ниже пупка, пальцы при этом лежат на средней линии тела и направлены вниз.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• заземления (слежение внизу для развития навыков видения с близкого расстояния вдаль).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организационные навыки (движение глаз по вертикали и по горизонтали, способность не терять строчку и колонку во время чтения, письма и работы по математике);</li> <li>• развитие навыков чтения вблизи и вдали (бумага или книга, доска);</li> <li>• способность не терять строчку во время чтения;</li> <li>• чтение, исключающее дезориентацию.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация творчества, работа с книгами и т.д.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умственное «пробуждение» (снимает умственное утомление); держит линию бедер и линию головы;</li> <li>• «открывает» глаза (устраняет привычку смотреть «установившись»);</li> <li>• заземляет и координирует все тело.</li> </ul>
2.	<p><b>Кнопки Космоса</b></p> <p>При выполнении упражнения «Кнопки Космоса» обе руки располагаются по срединной линии тела: одна над верхней губой - со стороны передней поверхности тела, другая рука на копчике - со стороны задней поверхности. В некоторых случаях люди могут почувствовать больший комфорт при прикосновении к любой точке на позвоночнике.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Вдохните» энергию всем позвоночником и почувствуйте расслабление.</li> <li>• Прикасайтесь к точкам около 30 секунд или более (на полные 4-6 циклов выдохов и</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития способности работать в среднем поле тела; • центрации и «заземления»;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы;</li> <li>• восприятия глубины и контекста изображения;</li> <li>• более устойчивого зрительного контакта с окружающим миром;</li> <li>• развития способности видеть на близком расстоянии и вдаль.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организационные навыки (согласованное движение</li> </ul>

	<p>вдохов).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Смена рук помогает активизировать оба полушария мозга.</li> </ul>	<p>глаз по вертикали и горизонтали, например, при работе с вертикальными линиями и схемами в математике или письме);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способность не пропускать строчки во время чтения;</li> <li>• способность сосредотачиваться на задаче;</li> <li>• повышенный интерес и мотивация.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация и планирование творчества (поделок), дизайна, финансов или работа с компьютером.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• активизирует интуицию и знания;</li> <li>• помогает расслабиться; улучшает состояние мышц бедер (снимает скручивания в сухожилиях);</li> <li>• улучшает состояние мышц головы (отсутствие чрезмерного наклона головы вперед);</li> <li>• помогает сидеть прямо и удобно на стуле;</li> <li>• повышает уровень внимания и снижает гиперактивное поведение).</li> </ul>
3.	<p><b>Кнопки баланса</b> «Кнопки баланса» быстро балансируют три измерения тела, образованные: левой и правой сторонами, верхом и низом, передом и спиной. Восстановление баланса в работе затылочной области и среднего уха помогает нормализовать работу всего тела. В этом упражнении учащийся касается «Кнопок баланса», расположенных в углублениях у основания черепа за ушами и позади сосцевидных мышц Шеи (4-5 см. от средней линии затылка).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Одной рукой массируйте точку «баланса», а другой прикоснитесь к пупку. Упражнение выполняется в течение 30 секунд. Затем поменяйте руку и массируйте другую точку «баланса». Держите подбородок прямо.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пробуждения и фокусирования сознания, благодаря стимуляции полукружных каналов среднего уха и всей ретикулярной формации;</li> <li>• принятия решения, концентрации внимания и развития ассоциативного мышления;</li> <li>• изменения фокуса зрения при переводе взгляда от точки к точке;</li> <li>• повышения проприоцепции для восстановления баланса и равновесия;</li> <li>• расслабления напряжения при движении челюстей и костей черепа.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Для большей точности при массировании точек используйте два или более пальцев.</li> <li>• После стимуляции точек или прикосновения к ним в местах точек можно ощутить пульсацию.</li> </ul>	<p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимание подтекста, написанного «между строк»;</li> <li>• восприятие точки зрения автора;</li> <li>• критическое суждение и принятие решения;</li> <li>• навыки различения в работе по письму и математике.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• написание сообщений, работа референта, работа по телефону и с компьютером;</li> <li>• снижение ощущения боли и давления в ухе.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствует чувству успешности;</li> <li>• способствует открытой позиции и позиции принятия; в помогает «выправить» уровень глаз, ушей и головы;</li> <li>• расслабляет чрезмерно сосредоточенную позу тела и снижает гиперактивную мотивацию;</li> <li>• улучшает работу рефлексов, включая способность к перекрестному шагу.</li> </ul>
<p><b>4.2.2. Правописание</b></p> <p><i>Способность актуализировать зрительную память и одновременно строить слуховые образы</i></p>		
<p>Для формирования правильного правописания нужно развить как кратковременную, так и долговременную память (для накопления информации о звуках), а также способности к ассоциативной работе.</p>		
<p><b>1.</b></p>	<p><b>Слон</b> В упражнении «Слон» корпус, голова и рука, вытянутая вперед и закрывающая ухо, а также кисть работают как единое целое. В этой позе человек следует за траекторией движения воображаемой «Ленивой 8-ки»; глаза смотрят в направлении вытянутой кисти. Все тело движется как единое целое, без отдельных движений руки.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Вначале покажите ученику, где можно рисовать «Ленивую 8-ку».</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней аудиальной линии (включая развитие навыков внимания, узнавания, восприятия, различения и памяти);</li> <li>• стимулирования внутренней речи и способности к творческому мышлению;</li> <li>• слушания собственного голоса в процессе рассказа;</li> <li>• развития кратковременной и долговременной памяти;</li> <li>• интегрирования видения, слушания и движений;</li> <li>• восприятия глубины изображения и способности глаз</li> </ul>

	<p>Определите ее центр и стороны в пространстве (например, на классной доске).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте напротив центра «Ленивой 8-ки»; колени чуть согнуты, ноги расслаблены.</li> <li>• Сделайте предварительные и завершающие проверки, выявляющие то, насколько легко поворачивается голова до и после выполнения упражнения.</li> <li>• Оба глаза открыты; спроецируйте «Ленивую 8-ку» на какую-либо вертикальную поверхность вдаль. Центр «8-ки» расположите по середине этой поверхности. Все тело должно двигаться как единое целое.</li> <li>• Голова «приклеена» к плечу (бумага, вложенная между головой и плечом, может помочь в формировании этого навыка). Рука рисует «Ленивую 8-ку», глаза следуют за ее движением и проецируют «8-ку» на расстояние. (Рука как бы «раздваивается» или оказывается вне фокуса, если оба глаза открыты).</li> </ul>	<p>работать согласованно.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• речь; • письмо (декодирование - способность слышать отдельные слоги и слова; кодирование - соединение слогов в слова или слов в фразы);</li> <li>• запоминание последовательности отдельных величин, например, в математике.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает способность поворачивать голову налево и направо, улучшает бинокулярное зрение;</li> <li>• расслабляет во время умственного сосредоточения;</li> <li>• координирует верхнюю и нижнюю части тела;</li> <li>• активизирует среднее ухо для развития чувства баланса, что хорошо помогает при укачивании или «морской болезни».</li> </ul>
2.	<p><b>Сова</b></p> <p>Птица, в честь которой названо это упражнение, имеет большую голову, большие глаза и мягкие перья, дающие ей возможность летать бесшумно. Сова способна поворачивать голову более чем на 180°. Она может одновременно вращать головой и глазами, поэтому поле ее зрения очень широкое. Эта птица также обладает «радарным» слухом. Движения упражнения «Сова» предназначены для развития подобных умений: зрительных, слуховых, а также и для поворота головы. Это упражнение расслабляет напряжение в шее и плечах, которое возникает в состоянии стресса, особенно тогда, когда человек держит в руках тяжелую книгу, координирует глаза во время чтения или включает в работу навыки видения с близкого расстояния. Более того, «Сова» ослабляет напряжение шеи, вызванное свержокализацией при чтении. Это упражнение удлиняет мышцы шеи и плеч, восстанавливает в них нормальное кровообращение, повышает циркуляцию крови в мозге, и таким образом активизирует сосредоточение внимания и навыки понимания.</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней аудиальной линии (слуховое внимание, восприятие и память);</li> <li>• слушания звуков собственного голоса;</li> <li>• совершенствования внутренней речи, мышления;</li> <li>• развития произвольного движения глаз;</li> <li>• интеграции зрения и слуха с движениями тела как единого целого.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• речь и устное сообщение;</li> <li>• математические вычисления;</li> <li>• память (правописание и линейная информация);</li> <li>• работа с компьютером и другой техникой.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p>

	<p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• С силой схватите одно плечо для того, чтобы расслабить мышцы шеи, которые обычно напрягаются в процессе слушания, устной речи или мышления.</li> <li>• Голова медленно пересекает среднюю зону тела, поворачивается налево, затем направо; подбородок держится прямо.</li> <li>• Для расслабления мышц затылка и шеи делайте выдох; голова при поворотах налево и направо достигает крайних позиций и опускается вниз, когда проходит через серединную линию тела. Повторите то же самое с другим плечом.</li> <li>• По мере расслабления мышц голову можно поворачивать значительно дальше влево и вправо, усиливая аудиальные позиции.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развивает способность поворачивать голову в стороны;</li> <li>• усиливает, балансирует работу передних и задних мышц шеи;</li> <li>• формирует навыки сосредоточения зрения; расслабляет мышцы шеи, челюстей, плеч в процессе сосредоточения;</li> <li>• центрирует голову (помогает расслабиться голове и переносить ее тяжесть на локти);</li> <li>• балансирует работу передних и задних мышц шеи (снижает напряжение, идущее от сверхнапряженной позы).</li> </ul>
3.	<p><b>Думающий колпак</b>          Это упражнение помогает учащимся сосредоточить внимание на собственном слухе и процессе слушания. Оно также снимает напряжение в мышцах головы. В этом упражнении большим и указательным пальцами мягко оттягивают назад и прижимают, массируя, раковины ушей. Массаж начинают сверху и идут вниз вдоль «свернутых» частей ушной раковины вплоть до мочек ушей.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Держите голову прямо, чтобы подбородку было удобно.</li> <li>• Упражнение повторяют трижды или более.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней аудиальной линии (имеющей отношение к слуховому вниманию, распознаванию, различению, восприятию, памяти);</li> <li>• слушания собственного голоса во время говорения;</li> <li>• успешной работы кратковременной памяти;</li> <li>• совершенствования внутренней речи и навыков мышления;</li> <li>• повышения умственных и физических способностей;</li> <li>• согласованного слушания обоими ушами;</li> <li>• включения ретикулярной формации (защиты от отвлекающих звуков).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• публичная речь, пение, игра на музыкальных инструментах;</li> <li>• внутренняя речь и вербальное общение;</li> <li>• письмо (декодирование и кодирование).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• вычисления в уме;</li> <li>• сосредоточение во время работы с компьютером и</li> </ul>

		<p>другой электронной техникой.</p> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает дыхание и повышает энергию;</li> <li>• улучшает резонирование голоса;</li> <li>• расслабляет мышцы челюстей, языка и лица;</li> <li>• улучшает навыки поворота головы налево и направо;</li> <li>• усиливает фокус внимания;</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает равновесие, особенно, в движущемся транспорте;</li> <li>• улучшает слуховое восприятие;</li> <li>• расширяет периферическое зрение.</li> </ul>
<p><b>4.2.3. Математика</b></p> <p><i>Способность работать в многомерной и многонаправленной системе</i></p>		
<p>Математическими способностями лучше овладевают те, кто усвоил понятия о пространстве, массе, количестве и их различных соотношениях.</p>		
<p><b>1.</b></p>	<p><b>Слон</b>  В упражнении «Слон» корпус, голова и рука, вытянутая вперед и закрывающая ухо, а также кисть работают как единое целое. В этой позе человек следует за траекторией движения воображаемой «Ленивой 8-ки»; глаза смотрят в направлении вытянутой кисти. Все тело движется как единое целое, без отдельных движений руки.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Вначале покажите ученику, где можно рисовать «Ленивую 8-ку». Определите ее центр и стороны в пространстве (например, на классной доске).</li> <li>• Встаньте напротив центра «Ленивой 8-ки»; колени чуть согнуты, ноги расслаблены.</li> <li>• Сделайте предварительные и завершающие проверки, выявляющие то, насколько легко поворачивается голова до и после выполнения</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней аудиальной линии (включая развитие навыков внимания, узнавания, восприятия, различения и памяти);</li> <li>• стимулирования внутренней речи и способности к творческому мышлению;</li> <li>• слушания собственного голоса в процессе рассказа;</li> <li>• развития кратковременной и долговременной памяти;</li> <li>• интегрирования видения, слушания и движений;</li> <li>• восприятия глубины изображения и способности глаз работать согласованно.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• речь; • письмо (декодирование - способность слышать</li> </ul>

	<p>упражнения.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Оба глаза открыты; спроецируйте «Ленивую 8-ку» на какую-либо вертикальную поверхность вдали. Центр «8-ки» расположите по середине этой поверхности. Все тело должно двигаться как единое целое.</li> <li>• Голова «приклеена» к плечу (бумага, вложенная между головой и плечом, может помочь в формировании этого навыка). Рука рисует «Ленивую 8-ку», глаза следуют за ее движением и проецируют «8-ку» на расстояние. (Рука как бы «раздваивается» или оказывается вне фокуса, если оба глаза открыты).</li> </ul>	<p>отдельные слоги и слова; кодирование - соединение слогов в слова или слов в фразы);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• запоминание последовательности отдельных величин, например, в математике.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает способность поворачивать голову налево и направо, улучшает бинокулярное зрение;</li> <li>• расслабляет во время умственного сосредоточения;</li> <li>• координирует верхнюю и нижнюю части тела;</li> <li>• активизирует среднее ухо для развития чувства баланса, что хорошо помогает при укачивании или «морской болезни».</li> </ul>
2.	<p><b>Сова</b> Птица, в честь которой названо это упражнение, имеет большую голову, большие глаза и мягкие перья, дающие ей возможность летать бесшумно. Сова способна поворачивать голову более чем на 180°. Она может одновременно вращать головой и глазами, поэтому поле ее зрения очень широкое. Эта птица также обладает «радарным» слухом. Движения упражнения «Сова» предназначены для развития подобных умений: зрительных, слуховых, а также и для поворота головы. Это упражнение расслабляет напряжение в шее и плечах, которое возникает в состоянии стресса, особенно тогда, когда человек держит в руках тяжелую книгу, координирует глаза во время чтения или включает в работу навыки видения с близкого расстояния. Более того, «Сова» ослабляет напряжение шеи, вызванное свержокализацией при чтении. Это упражнение удлиняет мышцы шеи и плеч, восстанавливает в них нормальное кровообращение, повышает циркуляцию крови в мозге, и таким образом активизирует сосредоточение внимания и навыки понимания.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• С силой схватите одно плечо для того, чтобы расслабить мышцы шеи, которые обычно напрягаются в процессе слушания, устной речи или мышления.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней аудиальной линии (слуховое внимание, восприятие и память);</li> <li>• слушания звуков собственного голоса;</li> <li>• совершенствования внутренней речи, мышления;</li> <li>• развития произвольного движения глаз;</li> <li>• интеграции зрения и слуха с движениями тела как единого целого.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• речь и устное сообщение;</li> <li>• математические вычисления;</li> <li>• память (правописание и линейная информация);</li> <li>• работа с компьютером и другой техникой.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивает способность поворачивать голову в стороны;</li> <li>• усиливает, балансирует работу передних и задних мышц шеи;</li> <li>• формирует навыки сосредоточения зрения;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Голова медленно пересекает среднюю зону тела, поворачивается налево, затем направо; подбородок держится прямо.</li> <li>• Для расслабления мышц затылка и шеи сделайте выдох; голова при поворотах налево и направо достигает крайних позиций и опускается вниз, когда проходит через серединную линию тела. Повторите то же самое с другим плечом.</li> <li>• По мере расслабления мышц голову можно поворачивать значительно дальше влево и вправо, усиливая аудиальные позиции.</li> </ul>	<p>расслабляет мышцы шеи, челюстей, плеч в процессе сосредоточения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• центрирует голову (помогает расслабиться голове и переносить ее тяжесть на локти);</li> <li>• балансирует работу передних и задних мышц шеи (снижает напряжение, идущее от сверхнапряженной позы).</li> </ul>
<p><b>3.</b></p>	<p><b>Помпа</b> <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте и держитесь руками за стену или спинку стула. Расположите одну ногу позади корпуса тела, а другую впереди. Делайте выпады на колено ноги, выставленной вперед. Нога, расположенная позади, должна быть выпрямлена. Держите корпус прямо.</li> <li>• В начале упражнения пятка ноги, расположенной позади, поднята от пола, и вес тела приходится на ногу, выставленную вперед. Далее вес с этой ноги переносится на ногу, расположенную позади, а пятка, по возможности, опускается на пол.</li> <li>• Делайте выдох при движении, когда пятка опускается на пол, и вдох, когда нога расслабляется и пятка поднимается от пола. Повторите упражнение три раза или более.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Растягивайте сухожилия ног дальше, увеличивая для этого шаг и пытаясь пяткой достать пол.</li> <li>• Растяните мышцы верхней части ноги (подколенное сухожилие) сильнее, делая больший выпад на ногу, выставленную вперед, и, затем перенося вес тела на ногу, расположенную позади.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интеграции передних и задних отделов мозга;</li> <li>• развития выразительной речи и языковых способностей.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• понимающее чтение;</li> <li>• способности творческого письма;</li> <li>• способность к завершению начатого процесса;</li> <li>• улучшение социального поведения.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• увеличивает время сосредоточения внимания;</li> <li>• улучшает навыки сосредоточения и реагирования.</li> </ul>
<p><b>4.</b></p>	<p><b>Вращения шеи</b> «Вращения шеи» расслабляют мышцы шеи и снижают напряжение, возникающее из-за неспособности пересечь среднюю зрительную</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития бинокулярного зрения и способности писать и читать в среднем поле;</li> </ul>

	<p>линию и работать в среднем зрительном поле. Если это упражнение выполняется до уроков чтения или письма, оно стимулирует бинокулярное зрение и бинауральный слух. Вращайте головой только перед собой. Полные повороты головы назад обычно не рекомендуются.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Поворачивайте голову медленно из стороны в сторону, словно тяжелый мяч; дышите свободно.</li> <li>• Во время вращения шеи подбородок опущен как можно ниже, голова не достигает внешних концов ключиц.</li> <li>• Определите позиции, в которых напряжение или «стяжки» мышц шеи чувствуются особенно остро, и дольше держите голову в этих позициях до тех пор, пока мышцы не расслабятся. Дыхание глубокое.</li> <li>• Расслабьте плечи, поворачивайте голову из стороны в сторону при поднятых плечах, а затем - при опущенных.</li> <li>• Делайте «Вращение шеи» с закрытыми глазами, а затем открытыми.</li> <li>• При поворотах головы держите ее как бы дальше от тела, не прикасаясь и не роняя вниз на грудную клетку.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• центрации;</li> <li>• «заземления»;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• устное чтение;</li> <li>• чтение про себя;</li> <li>• речь и язык.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает дыхание;</li> <li>• тренирует умение расслабляться.</li> </ul>
5.	<p><b>Гравитационное скольжение</b></p> <p>«Гравитационное скольжение» - переформирующее движение, направленное на восстановление и интегрирование связей между подколенными сухожилиями, мышцами бедер и ягодиц. В этом движении используется равновесие и гравитация для ослабления напряжения в бедрах и икроножных мышцах. Упражнение помогает найти более удобную позу при сидении и стоянии. При выполнении этого упражнения учащийся сидит удобно, перекрестив ноги в лодыжках. Его тело и голова наклоняются вниз вслед за руками.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сделайте наклон вперед, как бы отдавая тело действию закона земного притяжения. В этом упражнении важно почувствовать, как верхняя часть тела, словно некий поток, отделяется от надежного основания - ног и бедер. Наклоны грудной клетки вперед растягивают</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• активизации ощущения баланса и чувства координации;</li> <li>• ощущения заземления и центрированности;</li> <li>• повышения зрительного внимания (интеграции задних и передних отделов мозга);</li> <li>• углубления дыхания и повышения энергии тела.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее чтение;</li> <li>• устные математические вычисления;</li> <li>• абстрактное мышление, связанное с содержанием информации.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p>

	<p>мышцы ног и спины, позволяя им расслабиться.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Наклонитесь вперед, опустите голову, позвольте рукам скользить в разные стороны как можно дальше. Делайте выдохи при наклонах вниз и вперед и вдох при подъеме тела и рук, которые движутся параллельно полу. Повторите упражнение трижды, затем измените перекрестное положение ног.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает самоуверенность, конфиденциальность и стабильность;</li> <li>• помогает самовыражению;</li> <li>• способствует движению верха и низа тела как единого целого;</li> <li>• расслабляет позу во время длительного сидения.</li> </ul>
<p>КОМПЛЕКС КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ПИСЬМА</p>		
<p><b>4.2.4. Координация «Руки - глаза»</b>  <i>Чистописание, письмо курсивом, рисование в левом, правом, верхнем и нижнем зрительных полях</i></p>		
<p>Однажды ученик обнаруживает, что символы (буквы или рисунки) могут иметь и передавать людям какое-то значение. Потребность общаться посредством символов - это первый шаг на пути овладения навыками письма. Работа крупной моторики является основой для развития ведущей руки и контроля за тонкой моторикой.</p>		
<p><b>1.</b></p>	<p><b>Ленивая 8-ка</b>  Рисование «Ленивых 8-к», или знака бесконечности, способствует развитию навыка пересечения среднего зрительного поля без перерывов, необходимого при чтении; активизирует оба глаза (правый и левый) и интегрирует оба зрительных поля (левое и правое). Восьмерка рисуется лежащей на боках: точка в ее центре соединяет прорисовываемые непрерывной линией окружности и разделяет зрительное поле на левое и правое.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте напротив центра «Ленивой 8-ки» и рисуйте ее на уровне глаз.</li> <li>• Примите удобную позу при рисовании: ноги - на ширине плеч для равновесия тела.</li> <li>• Начните рисовать левой рукой, чтобы сразу же активизировать правое полушарие.</li> <li>• Начните рисовать влево от центра - вверх против часовой стрелки, по окружности и вернитесь в центр. Далее рисуйте от центра вправо - вверх по часовой стрелке, в сторону по окружности, и вернитесь в исходную точку.</li> <li>• Следите глазами за «Ленивой 8-кой»; голова слегка следует за ее</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней визуальной линии и повышения межполушарной интеграции;</li> <li>• улучшения бинокулярного и периферического зрения;</li> <li>• повышения координации движений мышц глаз (особенно при прослеживании).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• механизмы чтения (движения глаз слева направо);</li> <li>• распознавание символов письменного языка;</li> <li>• понимающее чтение (работа долговременной ассоциативной памяти).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• расслабляет глаза, шею и плечи при сосредоточении;</li> <li>• улучшает восприятие глубины;</li> <li>• улучшает центрацию, баланс и координацию.</li> </ul>

	<p>траекторией.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сделайте по три «Ленивых 8-ки» каждой рукой отдельно, а затем двумя руками вместе.</li> </ul>	
<p><b>2.</b></p>	<p><b>Алфавит 8-ками</b> <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Вначале выполняется «Ленивая 8-ка» и только потом - «Алфавит 8-ками».</li> <li>• «Алфавит 8-ками» вначале рисуется на большой поверхности: доске или в воздухе соединенными вместе руками. Это активизирует большие мышцы рук, плеч и грудной клетки.</li> <li>• Обратите внимание на то, что буквы в левом визуальном поле пишутся, начиная от центра в сторону окружности «Ленивой 8-ки», и движутся «вверх, вокруг и вниз».</li> <li>• Буквы в правом поле начинаются от центра и движутся «вниз или вверх и вокруг».</li> <li>• Показывайте детям структурную схожесть между буквами (н-р, "г" и "т", а также "п").</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения кинестетико-тактильной средней зоны мозга при работе обоих полушарий в процессе письма;</li> <li>• повышения осознания периферического восприятия;</li> <li>• улучшения координации «руки – глаза»;</li> <li>• повышения способности узнавания и различения символов.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• мелкая моторика;</li> <li>• написание курсивом;</li> <li>• творческое письмо.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• расслабляет мышцы глаз, шеи, плеч, грудной клетки во время письма;</li> <li>• повышает сосредоточенность во время письма;</li> <li>• улучшает навыки координации «руки - глаза».</li> </ul>
<p><b>3.</b></p>	<p><b>Активизация рук</b> <b>АКТИВИЗАЦИЯ РУК</b></p> <p>«Активизация рук» представляет собой изометрическое упражнение, которое ученик может делать сам. Оно помогает расслабить мышцы верхней части грудной клетки и плеч. Мышечный контроль как за крупной, так и за мелкой моторикой как раз располагается в этих зонах. Чрезмерное сокращение или напряжение мышц тормозит действия, ответственные за письмо и контроль за "инструментами, которые мы держим в руках.</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития выразительной речи и языковых способностей;</li> <li>• расслабленного использования диафрагмы и повышения возможностей дыхания;</li> <li>• координации связи «руки - глаза» и при манипулировании инструментами.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p>

	<p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сосредоточьтесь на ощущениях в своих руках, когда они свободно висят по сторонам.</li> <li>• Активизируйте одну руку, как проиллюстрировано на рисунке; голова в это время расслаблена. Затем, после расслабления руки, сравните длину, расслабление и подвижность обеих рук, и только затем активизируйте другую руку.</li> <li>• Активизация проводится в четырех направлениях: в сторону от головы, вперед, назад и к уху.</li> <li>• Можно активизировать руку, опустив ее вниз. Делайте выдох во время активизации руки, медленно выдыхая на счет восемь или больше. Можете заметить, как улучшается расслабление, увеличивается координация и «жизненность» руки в процессе снятия с нее напряжения.</li> <li>• После выполнения этого упражнения можно поворачивать или потрясти плечами, обращая внимание на их расслабленное состояние.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• чистописание и письмо курсивом;</li> <li>• правописание;</li> <li>• творческое сочинение.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• оперирование техникой, машинами (процессорами).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• помогает пространственному восприятию при письме;</li> <li>• улучшает фокус зрения и позволяет сосредотачиваться без напряжения;</li> <li>• улучшает дыхание и способствует спокойному размышлению;</li> <li>• повышает способность адекватного выражения мыслей;</li> <li>• повышает энергию в руках и пальцах (избавляет от чрезмерного надавливания на ручку во время письма).</li> </ul>
4.	<p><b>Двойные рисунки</b></p> <p>«Двойные рисунки» - это билатеральное рисование в среднем поле (листа бумаги), предназначенное для осознания направления движения и ориентации тела в пространстве. Если у учащегося развито чувство различения левой и правой сторон в процессе рисования или письма, то он ощущает центр своего тела и соотносит движения (вперед, назад, вверх и вниз) по отношению к нему. Это чувство развивается у ребенка главным образом тогда, когда он неумело водит рукой и создает различные формы по памяти. «Двойные рисунки» ощущаются лучше при работе крупных мышц рук и плеч. Встаньте за учащимся, возьмите обе его руки в свои и нарисуйте ими что-нибудь несколькими простыми движениями. Научите его выполнять упражнение, соотнося движения с центральной линией тела. Сопровождайте движения словами: «В сторону, вверх, к себе, вниз». Пусть учащийся сидит, расслабившись, когда обе его руки движутся свободно зеркально симметрично по отношению друг к другу.</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• координации «руки - глаза» в разных зрительных полях;</li> <li>• пересечения средней кинестетической линии;</li> <li>• осознания пространства и зрительного различения;</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способность следовать глазами за движением рук в разных направлениях;</li> <li>• декодирование и кодирование зрительных символов;</li> <li>• письмо, правописание, математика.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• помогает осознанию работы левой и правой сторон тела;</li> <li>• улучшает периферическое зрение;</li> </ul>

	<p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Вначале свободными движениями обеих рук оформите в пространстве перед собой окружности (как при написании пальцами).</li> <li>• Начните с больших движений, в частности, рисуя на доске; шея и плечи расслаблены.</li> <li>• Обращайте внимание на процесс своей работы, а не результат. Избегайте при этом оценочного отношения: позитивного или негативного.</li> <li>• Поощряйте движения головы и глаз (в расслабленном состоянии, без напряжения).</li> <li>• Для демонстрации имейте при себе «Двойные рисунки» других учащихся.</li> <li>• Поощряйте новые варианты выполнения упражнения и экспериментирования с ним.</li> <li>• «Двойные рисунки» различных форм, таких, как завитки, треугольники, звезды, сердечки, деревья или лица, получаются забавными, если их рисовать спонтанно.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• помогает осознанию тела, координации и специализации связи «руки - глаза»;</li> <li>• развивает умения и навыки спортивных движений.</li> </ul>
<p><b>4.2.5. Творческое письмо</b></p> <p><i>Способность выразить личный опыт, воспринятый и накопленный мозгом посредством использования письменного языка</i></p>		
<p>Умение понимать и писать символы формируются одновременно и влияют на развитие друг друга. Письмо помогает выработать навыки внимания (сосредоточения), восприятия (значения) и различения (связь символа с возникающими ассоциациями и чувствами). Навыки письма должны быть согласованы с навыками чтения. Эти навыки лучше всего формировать на протяжении первых двух лет после того, как ребенок научится читать.</p>		
<p><b>1.</b></p>	<p><b>Энергетическая зевота</b></p> <p>Зевота - это природный зевательный рефлекс, который повышает циркуляцию крови в мозге и стимулирует работу всего тела. В идеале мы должны зевать свободно, но стараемся избегать этого, что создает устойчивое напряжение в мышцах и связках челюстей. В «Гимнастике Мозга» зевота - хорошая манера. Если плотно прикоснуться и держать напряженные места на скулах во время зевания, это поможет балансировать движение костей черепа и расслабит напряжение в мышцах головы и челюстей.</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшения сенсорного восприятия и моторной функции глаз и мышц, отвечающих за звучание и жевание;</li> <li>• улучшения процессов окисления в организме, надежного и спокойного функционирования тела;</li> <li>• улучшения зрительного внимания и восприятия; спокойной работы мышц лица;</li> <li>• улучшения вербальной и экспрессивной</li> </ul>

	<p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Представьте, что вы готовы зевнуть, закройте глаза и помассируйте зоны соединения нижних и верхних коренных зубов. Мышцы, расположенные вокруг верхних коренных зубов, участвуют в открывании рта, а те, которые располагаются выше нижних коренных зубов, отвечают за его закрывание.</li> <li>• Сделайте глубокий расслабляющий звук зевоты и массируйте эти мышцы.</li> <li>• Повторите упражнение 3-6 раз.</li> </ul>	<p>коммуникации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития способности выбирать нужную информацию.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• чтение вслух;</li> <li>• творческое письмо;</li> <li>• публичная речь.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• свободное видение и мышление во время умственной работы;</li> <li>• более звонкое пение.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает резонирование голоса;</li> <li>• помогает расслабить глаза (стимулирует выделение влаги в глазах);</li> <li>• стимулирует экспрессию и творчество;</li> <li>• улучшает равновесие тела.</li> </ul>
2.	<p><b>Расслабление стоп ног</b></p> <p>Упражнение «Расслабление стоп ног», как и «Помпа», направлено на переобучение процесса движения и восстановление естественной длины сухожилий стоп и нижней части ног. Связки и сухожилия сокращаются в ответ на информацию об опасности. Эта ответная реакция мозга сокращает и отклоняет тело назад. Придерживая сухожилия и растягивая икроножную мышцу, необходимо активизировать стопу и таким образом ослабить влияние охранного рефлекса («Tendon Guard Reflex»), отклоняющего тело назад.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• В позиции сидя положите лодыжку на другое колено, кончиками пальцев обхватите основание и место прикрепления сухожилия икроножной мышцы. Можно представить мышцу и ее сухожилия, идущие от колена к лодыжке. Найдите наиболее напряженные места в</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интеграции задних и передних отделов мозга;</li> <li>• развития выразительной речи и языковых навыков.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимание в процессе слушания и чтения;</li> <li>• способности творческого письма;</li> <li>• способность следовать логике задания и завершать его.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• облегчает наклон вперед при сохранении тела в расслабленном состоянии;</li> <li>• снимает напряжение в подколенных сухожилиях;</li> <li>• улучшает социальное поведение;</li> <li>• улучшает внимание;</li> </ul>

	<p>связках - в начале или в конце мышцы. Затем мягко придерживая их, растяните мышцу до полного ее расслабления.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Прижимая напряженные места в мышце, медленно и методично активизируйте далее стопу, приводя ее к себе и отводя от себя до тех пор, пока не станет легко выполнять это движение. Затем повторите упражнение по отношению к другой икроножной мышце и стопе.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• помогает взаимодействию и адекватному реагированию в ситуации общения.</li> </ul>
<p>3.</p>	<p><b>Помпа</b> <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте и держитесь руками за стену или спинку стула. Расположите одну ногу позади корпуса тела, а другую впереди. Делайте выпады на колено ноги, выставленной вперед. Нога, расположенная позади, должна быть выпрямлена. Держите корпус прямо.</li> <li>• В начале упражнения пятка ноги, расположенной позади, поднята от пола, и вес тела приходится на ногу, выставленную вперед. Далее вес с этой ноги переносится на ногу, расположенную позади, а пятка, по возможности, опускается на пол.</li> <li>• Делайте выдох при движении, когда пятка опускается на пол, и вдох, когда нога расслабляется и пятка поднимается от пола. Повторите упражнение три раза или более.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Растягивайте сухожилия ног дальше, увеличивая для этого шаг и пытаясь пяткой достать пол.</li> <li>• Растяните мышцы верхней части ноги (подколенное сухожилие) сильнее, делая больший выпад на ногу, выставленную вперед, и, затем перенося вес тела на ногу, расположенную позади.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интеграции передних и задних отделов мозга;</li> <li>• развития выразительной речи и языковых способностей.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• понимающее чтение;</li> <li>• способности творческого письма;</li> <li>• способность к завершению начатого процесса;</li> <li>• улучшение социального поведения.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• увеличивает время сосредоточения внимания;</li> <li>• улучшает навыки сосредоточения и реагирования.</li> </ul>
<p><b>4.3. КОМПЛЕКС КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ САМОСОЗНАНИЯ</b></p>		
<p><b>4.3.1. Пересечение средней слуховой линии</b> <b>Ясное слышание и устная речь</b> <i>Активное слушание, требующее внешней и внутренней обратной связи и связи, связанной с будущим</i></p>		

Активное слушание включает в себя как восприятие, так и обработку значения услышанного и является обязательным условием для успешной коммуникации. Во внешнем плане для слушания и устной речи необходимы ответные двигательные реакции. Внутренне человек должен объяснить себе мысли и ассоциации, чтобы быть способным реагировать на уровне своего опыта. Обратная и последующая связь обеспечивает понимание и возможность самовыражения.

<p><b>1.</b></p>	<p><b>Думающий колпак</b>          Это упражнение помогает учащимся сосредоточить внимание на собственном слухе и процессе слушания. Оно также снимает напряжение в мышцах головы. В этом упражнении большим и указательным пальцами мягко оттягивают назад и прижимают, массируя, раковины ушей. Массаж начинают сверху и идут вниз вдоль «свернутых» частей ушной раковины вплоть до мочек ушей.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Держите голову прямо, чтобы подбородку было удобно.</li> <li>• Упражнение повторяют трижды или более.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней аудиальной линии (имеющей отношение к слуховому вниманию, распознаванию, различению, восприятию, памяти);</li> <li>• слушания собственного голоса во время говорения;</li> <li>• успешной работы кратковременной памяти;</li> <li>• совершенствования внутренней речи и навыков мышления;</li> <li>• повышения умственных и физических способностей;</li> <li>• согласованного слушания обоими ушами;</li> <li>• включения ретикулярной формации (защиты от отвлекающих звуков).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• публичная речь, пение, игра на музыкальных инструментах;</li> <li>• внутренняя речь и вербальное общение;</li> <li>• письмо (декодирование и кодирование).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• вычисления в уме;</li> <li>• сосредоточение во время работы с компьютером и другой электронной техникой.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает дыхание и повышает энергию;</li> <li>• улучшает резонирование голоса;</li> <li>• расслабляет мышцы челюстей, языка и лица;</li> <li>• улучшает навыки поворота головы налево и направо;</li> <li>• усиливает фокус внимания;</li> </ul>
------------------	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает равновесие, особенно, в движущемся транспорте;</li> <li>• улучшает слуховое восприятие;</li> <li>• расширяет периферическое зрение.</li> </ul>
2.	<p><b>Перекрестный шаг</b> <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>
3.	<p><b>Слон</b> В упражнении «Слон» корпус, голова и рука, вытянутая вперед и закрывающая ухо, а также кисть работают как единое целое. В этой позе человек следует за траекторией движения воображаемой «Ленивой 8-ки»; глаза смотрят в направлении вытянутой кисти. Все тело движется как единое целое, без отдельных движений руки.</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней аудиальной линии (включая развитие навыков внимания, узнавания, восприятия, различения и памяти);</li> <li>• стимулирования внутренней речи и способности к творческому мышлению;</li> </ul>

	<p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Вначале покажите ученику, где можно рисовать «Ленивую 8-ку». Определите ее центр и стороны в пространстве (например, на классной доске).</li> <li>• Встаньте напротив центра «Ленивой 8-ки»; колени чуть согнуты, ноги расслаблены.</li> <li>• Сделайте предварительные и завершающие проверки, выявляющие то, насколько легко поворачивается голова до и после выполнения упражнения.</li> <li>• Оба глаза открыты; спроецируйте «Ленивую 8-ку» на какую-либо вертикальную поверхность вдали. Центр «8-ки» расположите по середине этой поверхности. Все тело должно двигаться как единое целое.</li> <li>• Голова «приклеена» к плечу (бумага, вложенная между головой и плечом, может помочь в формировании этого навыка). Рука рисует «Ленивую 8-ку», глаза следуют за ее движением и проецируют «8-ку» на расстояние. (Рука как бы «раздваивается» или оказывается вне фокуса, если оба глаза открыты).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• слушания собственного голоса в процессе рассказа;</li> <li>• развития кратковременной и долговременной памяти;</li> <li>• интегрирования видения, слушания и движений;</li> <li>• восприятия глубины изображения и способности глаз работать согласованно.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• речь; • письмо (декодирование - способность слышать отдельные слоги и слова; кодирование - соединение слогов в слова или слов в фразы);</li> <li>• запоминание последовательности отдельных величин, например, в математике.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает способность поворачивать голову налево и направо, улучшает бинокулярное зрение;</li> <li>• расслабляет во время умственного сосредоточения;</li> <li>• координирует верхнюю и нижнюю части тела;</li> <li>• активизирует среднее ухо для развития чувства баланса, что хорошо помогает при укачивании или «морской болезни».</li> </ul>
4.	<p><b>Крюки</b></p> <p>В упражнении «Крюки» замыкается цепь электрических процессов в теле и таким образом активизируется и концентрируется внимание и дезорганизованная энергия. Мозг и тело избавляются от избыточного напряжения, как только энергия начинает циркулировать через зоны, заблокированные под влиянием чрезмерно сокращенных мышц. В этом упражнении поза тела -соединенные руки и перекрещенные ноги, напоминающие «8-ку», способствует свободному течению энергии по телу (часть 1). Прикосновение кончиков пальцев друг к другу балансирует и объединяет работу двух полушарий (часть 2).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Часть 1. Сядьте, положив левую лодыжку поверх правой. Кисти рук разверните ладонями в стороны, «Заведите» их в центре друг за друга</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• эмоциональной центрации;</li> <li>• «заземления»;</li> <li>• повышения внимания (идет стимуляция ретикулярной формации);</li> <li>• свободного движения костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• четкое слышание и устная речь;</li> <li>• выполнение контрольных работ и умение отвечать на вызовы судьбы;</li> <li>• работа с клавиатурой (распределительной доской).</li> </ul>

	<p>навстречу ладонями, переплетите пальцы в замок и удобно выверните его на уровне груди. Посидите в этой позе в течение минуты расслабившись; дышите глубоко. Можно закрыть глаза.</p> <p>Дополнительно: язык прижимают к твердому небу при вдохе и расслабляют его при выдохе.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Часть 2. Разомкните ноги, прикоснитесь кончиками пальцев обеих рук друг к другу. Продолжайте дышать глубоко и, расслабившись, посидите на протяжении еще одной минуты.</li> </ul>	<p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает самоконтроль и ощущение границ тела;</li> <li>• улучшает баланс и координацию;</li> <li>• повышает ощущение комфорта в отношении к окружающей среде (снижение сверхчувствительности);</li> <li>• углубляет дыхание.</li> </ul>
<p><b>4.3.2. «Я - Концепция»: «солнечный свет Я»</b>  <b>Развитие сознания - цель и средство саморазвивающего учения</b></p>		
<p><i>Уверенность в рамках собственного личного пространства помогает чувствовать себя защищенным, подсказывает, когда стоит рисковать, и ведет к уважению личного пространства других людей. Личное пространство - это мгновенно реагирующая зона вокруг нашего тела, которая включает в себя все окружающее пространство, физически достижимое в разных направлениях. В этом пространстве человек «излучает» свои мысли, чувства и выражает свое «Я».</i></p>		
<p><b>1.</b></p>	<p><b>Позитивные точки</b>  Обучающийся легко прикасается кончиками пальцев обеих рук к точкам, расположенным непосредственно над глазами на лбу ровно посередине между линией роста волос и бровей.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подумайте о том, что бы вы хотели запомнить (например, написание слова) или сосредоточьте мысли на стрессовой ситуации (например, на выполнение письменной контрольной работы).</li> <li>• Закройте глаза и представьте себе какой-нибудь образ, либо ощутите, связанное с ним напряжение, а затем расслабление.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• усиления лобных долей мозга с тем, чтобы сбалансировать стресс, возникающий из-за специфических воспоминаний о ситуациях, людях, местах и навыках;</li> <li>• ослабления рефлекторной реакции непроизвольного действия, оторванного от мышления, возникающего в ответ на стресс.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ослабление процессов торможения в памяти («я знаю ответ», «он у меня на кончике языка»);</li> <li>• позитивное действие на процессы овладения письмом, математикой, социальными дисциплинами и на долговременную память.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• спортивные выступления;</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• публичная речь; выступление на сцене; чтение вслух.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает организационные способности;</li> <li>• улучшает навыки учения;</li> <li>• помогает выполнению контрольной работы.</li> </ul>
2.	<p><b>Крюки</b> В упражнении «Крюки» замыкается цепь электрических процессов в теле и таким образом активизируется и концентрируется внимание и дезорганизованная энергия. Мозг и тело избавляются от избыточного напряжения, как только энергия начинает циркулировать через зоны, заблокированные под влиянием чрезмерно сокращенных мышц. В этом упражнении поза тела -соединенные руки и перекрещенные ноги, напоминающие «8-ку», способствует свободному течению энергии по телу (часть 1). Прикосновение кончиков пальцев друг к другу балансирует и объединяет работу двух полушарий (часть 2).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Часть 1. Сядьте, положив левую лодыжку поверх правой. Кисти рук разверните ладонями в стороны, «Заведите» их в центре друг за друга навстречу ладонями, переплетите пальцы в замок и удобно выверните его на уровне груди. Посидите в этой позе в течение минуты расслабившись; дышите глубоко. Можно закрыть глаза. Дополнительно: язык прижимают к твердому небу при вдохе и расслабляют его при выдохе.</li> <li>• Часть 2. Разомкните ноги, прикоснитесь кончиками пальцев обеих рук друг к другу. Продолжайте дышать глубоко и, расслабившись, посидите на протяжении еще одной минуты.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• эмоциональной центрации;</li> <li>• «заземления»;</li> <li>• повышения внимания (идет стимуляция ретикулярной формации);</li> <li>• свободного движения костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• четкое слышание и устная речь;</li> <li>• выполнение контрольных работ и умение отвечать на вызовы судьбы;</li> <li>• работа с клавиатурой (распределительной доской).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает самоконтроль и ощущение границ тела;</li> <li>• улучшает баланс и координацию;</li> <li>• повышает ощущение комфорта в отношении к окружающей среде (снижение сверхчувствительности);</li> <li>• углубляет дыхание.</li> </ul>
3.	<p><b>Кнопки баланса</b> «Кнопки баланса» быстро балансируют три измерения тела, образованные: левой и правой сторонами, верхом и низом, передом и спиной. Восстановление баланса в работе затылочной области и</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пробуждения и фокусирования сознания, благодаря стимуляции полукружных каналов среднего уха и всей ретикулярной формации;</li> </ul>

<p>среднего уха помогает нормализовать работу всего тела. В этом упражнении учащийся касается «Кнопок баланса», расположенных в углублениях у основания черепа за ушами и позади сосцевидных мышц Шеи (4-5 см. от средней линии затылка).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Одной рукой массируйте точку «баланса», а другой прикоснитесь к пупку. Упражнение выполняется в течение 30 секунд. Затем поменяйте руку и массируйте другую точку «баланса». Держите подбородок прямо.</li> <li>• Для большей точности при массировании точек используйте два или более пальцев.</li> <li>• После стимуляции точек или прикосновения к ним в местах точек можно ощутить пульсацию.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• принятия решения, концентрации внимания и развития ассоциативного мышления;</li> <li>• изменения фокуса зрения при переводе взгляда от точки к точке;</li> <li>• повышения проприоцепции для восстановления баланса и равновесия;</li> <li>• расслабления напряжения при движении челюстей и костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимание подтекста, написанного «между строк»;</li> <li>• восприятие точки зрения автора;</li> <li>• критическое суждение и принятие решения;</li> <li>• навыки различения в работе по письму и математике.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• написание сообщений, работа референта, работа по телефону и с компьютером;</li> <li>• снижение ощущения боли и давления в ухе.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствует чувству успешности;</li> <li>• способствует открытой позиции и позиции принятия; в помогает «выправить» уровень глаз, ушей и головы;</li> <li>• расслабляет чрезмерно сосредоточенную позу тела и снижает гиперактивную мотивацию;</li> <li>• улучшает работу рефлексов, включая способность к перекрестному шагу.</li> </ul>
<p align="center"><b>4.3.3. Координация движений целостного тела для занятия спортом и игрой</b>  <i>Действие базовых рефлексов мозга и тела, необходимых при принятии решения в ситуациях двигательной активности</i></p>	

*Человек развивает в себе чувство некоторой физической территории в своем личном пространстве и ощущает его границы. Это надежное пространство включает в себе направления: налево и направо, вверх и вниз. Улучшенное зрительное и кинестетическое восприятие «объекта и фона», способствует более легкому прослеживанию глазами в этих направлениях и координации связи «глаза - руки» на игровом поле. Ученик может обнаружить большую свободу и координацию связей между мозгом и телом при выполнении целенаправленных движений*

<p><b>1.</b></p>	<p><b>Мысль о «Х»</b>          Перекрестье («Х») символизирует позитивную схему организации работы мозга, связанную с пересечением его средней латеральной линии (см. П. Деннисон, Г. Деннисон <i>Образовательная Кинестетика для детей</i>). После периодов одностороннего и перекрестного развития в младенческом возрасте мозг становится способным на уровне работы левого полушария контролировать правую сторону тела, а правого - левую сторону тела. Весь мозг посредством перекрестных движений учится работать как единое целое. Движения тела обеспечивают работу обоих полушарий мозга как для развития восприятия, так и выражения информации посредством речи. «Х» по своему действию похоже на упражнение «Ленивые 8-ки». Оно активизирует левое и правое полушария мозга для одновременного совершения движения и расслабления тела, а также организует работу обоих глаз для бинокулярного видения.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Символ перекрестия («Х») вызывает оптимальную ответную реакцию в ситуациях, когда требуется работа целостного мозга.</li> <li>• Рисунки «Х» могут быть наклеены на значках, чтобы учащиеся могли видеть их в любой нужный момент. Чем чаще учащиеся выполняют «Перекрестный шаг» и другие упражнения Гимнастики Мозга, тем более эффективным и активным напоминанием об «интеграции мысли и действия» станет символ «Х».</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b>  <b>для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития бинокулярного зрения;</li> <li>• развития бинаурального слуха;</li> <li>• совершенствования координации тела как единого целого;</li> <li>• развития централизованного видения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• письмо;</li> <li>• организованность в работе по математике и письму.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• совершенствует концентрацию внимания;</li> <li>• улучшает координацию движений в повседневной жизни и спорте;</li> <li>• развивает умение планировать и выделять главное в работе.</li> </ul>
<p><b>2.</b></p>	<p><b>Перекрестный шаг</b>  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> </ul>

	<p>дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</p> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>
3.	<p><b>Кнопки баланса</b></p> <p>«Кнопки баланса» быстро балансируют три измерения тела, образованные: левой и правой сторонами, верхом и низом, передом и спиной. Восстановление баланса в работе затылочной области и среднего уха помогает нормализовать работу всего тела. В этом упражнении учащийся касается «Кнопок баланса», расположенных в углублениях у основания черепа за ушами и позади сосцевидных мышц Шеи (4-5 см. от средней линии затылка).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Одной рукой массируйте точку «баланса», а другой прикоснитесь к пупку. Упражнение выполняется в течение 30 секунд. Затем поменяйте руку и массируйте другую точку «баланса». Держите подбородок прямо.</li> <li>• Для большей точности при массировании точек используйте два или более пальцев.</li> <li>• После стимуляции точек или прикосновения к ним в местах точек</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пробуждения и фокусирования сознания, благодаря стимуляции полукружных каналов среднего уха и всей ретикулярной формации;</li> <li>• принятия решения, концентрации внимания и развития ассоциативного мышления;</li> <li>• изменения фокуса зрения при переводе взгляда от точки к точке;</li> <li>• повышения проприоцепции для восстановления баланса и равновесия;</li> <li>• расслабления напряжения при движении челюстей и костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимание подтекста, написанного «между строк»;</li> <li>• восприятие точки зрения автора;</li> </ul>

	<p>можно ощутить пульсацию.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• критическое суждение и принятие решения;</li> <li>• навыки различения в работе по письму и математике.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• написание сообщений, работа референта, работа по телефону и с компьютером;</li> <li>• снижение ощущения боли и давления в ухе.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствует чувству успешности;</li> <li>• способствует открытой позиции и позиции принятия; в помогает «выправить» уровень глаз, ушей и головы;</li> <li>• расслабляет чрезмерно сосредоточенную позу тела и снижает гиперактивную мотивацию;</li> <li>• улучшает работу рефлексов, включая способность к перекрестному шагу.</li> </ul>
<p><b>4.</b></p>	<p><b>Рокер</b> Упражнение «Рокер» расслабляет нижнюю часть тела и область крестца. Оно «массирует» подколенные сухожилия, ягодичные мышцы и стимулирует нервы в бедрах, сдавливаемых от долгого сидения, например, за столом и в автомобиле. Когда крестцовая зона расслабляется и приходит в движение, активизируется «другой конец» центральной нервной системы - мозг. Это "стимулирует циркуляцию спинномозговой жидкости и тело работает еще более надежно.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для того, чтобы защитить копчик, «Рокер» лучше делать на мягкой поверхности.</li> <li>• Расположите руки и кисти так, чтобы поддерживать тело в этом положении.</li> <li>• Снимите напряжение вначале в одном бедре, а затем в другом, делая небольшие круговые вращения.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя в кресле, поддерживайте себя, держась за его ручки, и поднимая ноги, делайте круговые вращения.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• центрации и развития способности работать в среднем поле тела;</li> <li>• развития навыков учения;</li> <li>• навыков зрительного слежения за движениями, следующими слева направо;</li> <li>• навыков внимания и понимания.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнение различных операций с техникой: компьютером, машинами.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает сосредоточенность и центрирует тело;</li> <li>• позволяет прямо сидеть на стуле;</li> <li>• стабилизирует работу мышц области таза (расслабляет мышцы спины, снимает напряжение в бедрах);</li> <li>• расслабляет чрезмерно «сосредоточенную» позу;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Можно работать в парах: ведущий сидит рядом и поддерживает колени и спину партнера в то время, когда тот делает небольшие круговые вращения телом и таким образом массирует бедра и ягодицы.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «освобождает» напряжение в мышцах позади колен;</li> <li>• выравнивает уровень бедер, плеч и глаз;</li> <li>• делает дыхание более глубоким и улучшает резонирование голоса;</li> <li>• улучшает координацию всего тела;</li> <li>• повышает уровень энергии тела (снижает умственное утомление).</li> </ul>
<p><b>5.</b></p>	<p><b>Кнопки Космоса</b>          При выполнении упражнения «Кнопки Космоса» обе руки располагаются по срединной линии тела: одна над верхней губой - со стороны передней поверхности тела, другая рука на копчике - со стороны задней поверхности. В некоторых случаях люди могут почувствовать больший комфорт при прикосновении к любой точке на позвоночнике.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Вдохните» энергию всем позвоночником и почувствуйте расслабление.</li> <li>• Прикасайтесь к точкам около 30 секунд или более (на полные 4-6 циклов выдохов и вдохов).</li> <li>• Смена рук помогает активизировать оба полушария мозга.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития способности работать в среднем поле тела; • центрации и «заземления»;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы;</li> <li>• восприятия глубины и контекста изображения;</li> <li>• более устойчивого зрительного контакта с окружающим миром;</li> <li>• развития способности видеть на близком расстоянии и вдале.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организационные навыки (согласованное движение глаз по вертикали и горизонтали, например, при работе с вертикальными линиями и схемами в математике или письме);</li> <li>• способность не пропускать строчки во время чтения;</li> <li>• способность сосредотачиваться на задаче;</li> <li>• повышенный интерес и мотивация.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация и планирование творчества (поделок), дизайна, финансов или работа с компьютером.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• активизирует интуицию и знания;</li> <li>• помогает расслабиться; улучшает состояние мышц</li> </ul>

		бедер (снимает скручивания в сухожилиях); <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает состояние мышц головы (отсутствие чрезмерного наклона головы вперед);</li> <li>• помогает сидеть прямо и удобно на стуле;</li> <li>• повышает уровень внимания и снижает гиперактивное поведение).</li> </ul>
<b>6.</b>	<b>Энергетизатор</b> Учащийся удобно сидит на стуле, кладет голову на стол или парту. Его руки лежат на столе, перед плечами, пальцы направлены внутрь и немного вперед. Во время вдоха дыхание проходит по центральной линии тела подобно фонтану энергии и поднимает вначале лоб, голову, затем шею и, наконец, верхнюю часть спины. Диафрагма и грудь остаются открытыми, плечи расслабленными. Важно оставаться расслабленным при подъеме корпуса тела. Голова делает круговые движения по направлению к грудной клетке, поднимается, а затем опускается и кладется на стол. Такие движения головы вперед и назад повышают циркуляцию в передних долях головного мозга и улучшают понимание и рациональное мышление. <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Держите плечи развернутыми и расслабленными.</li> <li>• Помните, что нужно начинать дышать как бы от основания позвоночника.</li> <li>• Сосредоточьтесь на дыхании как источнике вашей силы (а не на работе мышц).</li> <li>• Повторите движение трижды, отслеживая каждый раз, насколько легче становится выполнять их после повторений.</li> </ul>	<b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения срединной линии тела;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы.</li> </ul> <b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• бинокулярное зрение, согласованная работа обоих глаз;</li> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• навыки речи и языка;</li> <li>• контроль за тонкой моторикой глаз и рук.</li> </ul> <b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает позу тела;</li> <li>• повышает концентрацию внимания;</li> <li>• улучшает дыхание и резонанс голоса.</li> </ul>
<b>4.4. КОМПЛЕКС КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ВЫПОЛНЕНИЯ ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ</b>		
<b>4.4.1. Запоминание и абстрактное мышление</b> <i>Мышление как интеграция внутренней речи и навыков представления</i>		
Внутренняя речь необходима для интерпретации абстрактных идей, и для того, чтобы обеспечить такое развитие языка, когда словарь		

<p>чтения становится богаче словаря коммуникации (что в норме происходит после шести лет). Слуховой и зрительный опыт должны быть интегрированы для того, чтобы накапливать информацию в долговременной памяти и в последствии использовать ее для анализа и воспроизведения при вербальном общении.</p>		
<b>1.</b>	<p><b>Перекрестный шаг</b> <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>
<b>2.</b>	<p><b>Кнопки баланса</b> «Кнопки баланса» быстро балансируют три измерения тела, образованные: левой и правой сторонами, верхом и низом, передом и спиной. Восстановление баланса в работе затылочной области и среднего уха помогает нормализовать работу всего тела. В этом упражнении учащийся касается «Кнопок баланса», расположенных в углублениях у основания черепа за ушами и позади сосцевидных мышц Шеи (4-5 см. от средней линии затылка).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пробуждения и фокусирования сознания, благодаря стимуляции полукружных каналов среднего уха и всей ретикулярной формации;</li> <li>• принятия решения, концентрации внимания и развития ассоциативного мышления;</li> <li>• изменения фокуса зрения при переводе взгляда от точки к точке;</li> <li>• повышения проприоцепции для восстановления</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Одной рукой массируйте точку «баланса», а другой прикоснитесь к пупку. Упражнение выполняется в течение 30 секунд. Затем поменяйте руку и массируйте другую точку «баланса». Держите подбородок прямо.</li> <li>• Для большей точности при массировании точек используйте два или более пальцев.</li> <li>• После стимуляции точек или прикосновения к ним в местах точек можно ощутить пульсацию.</li> </ul>	<p>баланса и равновесия;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• расслабления напряжения при движении челюстей и костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимание подтекста, написанного «между строк»;</li> <li>• восприятие точки зрения автора;</li> <li>• критическое суждение и принятие решения;</li> <li>• навыки различения в работе по письму и математике.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• написание сообщений, работа референта, работа по телефону и с компьютером;</li> <li>• снижение ощущения боли и давления в ухе.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствует чувству успешности;</li> <li>• способствует открытой позиции и позиции принятия; в помогает «выправить» уровень глаз, ушей и головы;</li> <li>• расслабляет чрезмерно сосредоточенную позу тела и снижает гиперактивную мотивацию;</li> <li>• улучшает работу рефлексов, включая способность к перекрестному шагу.</li> </ul>
3.	<p><b>Позитивные точки</b> Обучающийся легко прикасается кончиками пальцев обеих рук к точкам, расположенным непосредственно над глазами на лбу ровно посередине между линией роста волос и бровей.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подумайте о том, что бы вы хотели запомнить (например, написание слова) или сосредоточьте мысли на стрессовой ситуации (например, на выполнение письменной контрольной работы).</li> <li>• Закройте глаза и представьте себе какой-нибудь образ, либо ощутите, связанное с ним напряжение, а затем расслабление.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• усиления лобных долей мозга с тем, чтобы сбалансировать стресс, возникающий из-за специфических воспоминаний о ситуациях, людях, местах и навыках;</li> <li>• ослабления рефлекторной реакции непроизвольного действия, оторванного от мышления, возникающего в ответ на стресс.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ослабление процессов торможения в памяти («я знаю</li> </ul>

		<p>ответ», «он у меня на кончике языка»);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• позитивное действие на процессы овладения письмом, математикой, социальными дисциплинами и на долговременную память.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• спортивные выступления;</li> <li>• публичная речь; выступление на сцене; чтение вслух.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает организационные способности;</li> <li>• улучшает навыки учения;</li> <li>• помогает выполнению контрольной работы.</li> </ul>
4.	<p><b>Вращения шеи</b></p> <p>«Вращения шеи» расслабляют мышцы шеи и снижают напряжение, возникающее из-за неспособности пересечь среднюю зрительную линию и работать в среднем зрительном поле. Если это упражнение выполняется до уроков чтения или письма, оно стимулирует бинокулярное зрение и бинауральный слух. Вращайте головой только перед собой. Полные повороты головы назад обычно не рекомендуются.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Поворачивайте голову медленно из стороны в сторону, словно тяжелый мяч; дышите свободно.</li> <li>• Во время вращения шеи подбородок опущен как можно ниже, голова не достигает внешних концов ключиц.</li> <li>• Определите позиции, в которых напряжение или «стяжки» мышц шеи чувствуются особенно остро, и дольше держите голову в этих позициях до тех пор, пока мышцы не расслабятся. Дыхание глубокое.</li> <li>• Расслабьте плечи, поворачивайте голову из стороны в сторону при поднятых плечах, а затем - при опущенных.</li> <li>• Делайте «Вращение шеи» с закрытыми глазами, а затем открытыми.</li> <li>• При поворотах головы держите ее как бы дальше от тела, не</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития бинокулярного зрения и способности писать и читать в среднем поле;</li> <li>• центрации;</li> <li>• «заземления»;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• устное чтение;</li> <li>• чтение про себя;</li> <li>• речь и язык.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает дыхание;</li> <li>• тренирует умение расслабляться.</li> </ul>

	прикасаясь и не роняя вниз на грудную клетку.	
<b>4.4.2. Творческое мышление</b> <i>Интеграция опыта восприятия жизни других людей с собственными мыслями и опытом жизни</i>		
Сосредоточенность, внимание и концентрация требуют интеграции наиболее важных составляющих - опыта жизни (действия, воображения или способности к замещению) и новой информации («воспринятой» задними отделами мозга и выраженной на уровне языка благодаря работе лобных долей мозга). Такая интеграция способствует процессу обработки нового и запоминанию его как знания, имеющего личностный смысл		
1.	<p><b>Перекрестный шаг</b>  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>
2.	<p><b>Гравитационное скольжение</b>          «Гравитационное скольжение» - переформирующее движение, направленное на восстановление и интегрирование связей между подколенными сухожилиями, мышцами бедер и ягодиц. В этом</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• активизации ощущения баланса и чувства координации;</li> <li>• ощущения заземления и центрированности;</li> </ul>

	<p>движении используется равновесие и гравитация для ослабления напряжения в бедрах и икроножных мышцах. Упражнение помогает найти более удобную позу при сидении и стоянии. При выполнении этого упражнения учащийся сидит удобно, перекрестив ноги в лодыжках. Его тело и голова наклоняются вниз вслед за руками.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сделайте наклон вперед, как бы отдавая тело действию закона земного притяжения. В этом упражнении важно почувствовать, как верхняя часть тела, словно некий поток, отделяется от надежного основания - ног и бедер. Наклоны грудной клетки вперед растягивают мышцы ног и спины, позволяя им расслабиться.</li> <li>• Наклонитесь вперед, опустите голову, позвольте рукам скользить в разные стороны как можно дальше. Делайте выдохи при наклонах вниз и вперед и вдох при подъеме тела и рук, которые движутся параллельно полу. Повторите упражнение трижды, затем измените перекрестное положение ног.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• повышения зрительного внимания (интеграции задних и передних отделов мозга);</li> <li>• углубления дыхания и повышения энергии тела.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее чтение;</li> <li>• устные математические вычисления;</li> <li>• абстрактное мышление, связанное с содержанием информации.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает самоуверенность, конфиденциальность и стабильность;</li> <li>• помогает самовыражению;</li> <li>• способствует движению верха и низа тела как единого целого;</li> <li>• расслабляет позу во время длительного сидения.</li> </ul>
3.	<p><b>Энергетизатор</b></p> <p>Учащийся удобно сидит на стуле, кладет голову на стол или парту. Его руки лежат на столе, перед плечами, пальцы направлены внутрь и немного вперед. Во время вдоха дыхание проходит по центральной линии тела подобно фонтану энергии и поднимает вначале лоб, голову, затем шею и, наконец, верхнюю часть спины. Диафрагма и грудь остаются открытыми, плечи расслабленными. Важно оставаться расслабленным при подъеме корпуса тела. Голова делает круговые движения по направлению к грудной клетке, поднимается, а затем опускается и кладется на стол. Такие движения головы вперед и назад повышают циркуляцию в передних долях головного мозга и улучшают понимание и рациональное мышление.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Держите плечи развернутыми и расслабленными.</li> <li>• Помните, что нужно начинать дышать как бы от основания позвоночника.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения срединной линии тела;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• бинокулярное зрение, согласованная работа обоих глаз;</li> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• навыки речи и языка;</li> <li>• контроль за тонкой моторикой глаз и рук.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает позу тела;</li> <li>• повышает концентрацию внимания;</li> <li>• улучшает дыхание и резонанс голоса.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Сосредоточьтесь на дыхании как источнике вашей силы (а не на работе мышц).</li> <li>• Повторите движение трижды, отслеживая каждый раз, насколько легче становится выполнять их после повторений.</li> </ul>	
<b>4.</b>	<p><b>Рокер</b> Упражнение «Рокер» расслабляет нижнюю часть тела и область крестца. Оно «массирует» подколенные сухожилия, ягодичные мышцы и стимулирует нервы в бедрах, сдавливающих от долгого сидения, например, за столом и в автомобиле. Когда крестцовая зона расслабляется и приходит в движение, активизируется «другой конец» центральной нервной системы - мозг. Это "стимулирует циркуляцию спинномозговой жидкости и тело работает еще более надежно.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для того, чтобы защитить копчик, «Рокер» лучше делать на мягкой поверхности.</li> <li>• Расположите руки и кисти так, чтобы поддерживать тело в этом положении.</li> <li>• Снимите напряжение вначале в одном бедре, а затем в другом, делая небольшие круговые вращения.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя в кресле, поддерживайте себя, держась за его ручки, и поднимая ноги, делайте круговые вращения.</li> <li>• Можно работать в парах: ведущий сидит рядом и поддерживает колени и спину партнера в то время, когда тот делает небольшие круговые вращения телом и таким образом массирует бедра и ягодичцы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• центрации и развития способности работать в среднем поле тела;</li> <li>• развития навыков учения;</li> <li>• навыков зрительного слежения за движениями, следующими слева направо;</li> <li>• навыков внимания и понимания.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнение различных операций с техникой: компьютером, машинами.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• повышает сосредоточенность и центрирует тело;</li> <li>• позволяет прямо сидеть на стуле;</li> <li>• стабилизирует работу мышц области таза (расслабляет мышцы спины, снимает напряжение в бедрах);</li> <li>• расслабляет чрезмерно «сосредоточенную» позу;</li> <li>• «освобождает» напряжение в мышцах позади колен;</li> <li>• выравнивает уровень бедер, плеч и глаз;</li> <li>• делает дыхание более глубоким и улучшает резонирование голоса;</li> <li>• улучшает координацию всего тела;</li> <li>• повышает уровень энергии тела (снижает умственное утомление).</li> </ul>
<p><b>4.4.3. Быстрое чтение</b> <i>Развитие способностей быстрого и быстрого чтения</i></p>		

*При скором чтении человек «пробегает» глазами по строчкам, одновременно впитывая информацию. Беглое чтение печатного текста позволяет обобщить содержание материала без лишней информации. Быстрое чтение необходимо при повторении и отборе фактического материала, например, имен и цифр. Человек с развитой способностью к скорочтению может варьировать скорость восприятия материала в зависимости от стиля изложения автора и важности изучаемого предмета.*

<p><b>1.</b></p>	<p><b>Ленивая 8-ка</b>          Рисование «Ленивых 8-к», или знака бесконечности, способствует развитию навыка пересечения среднего зрительного поля без перерывов, необходимого при чтении; активизирует оба глаза (правый и левый) и интегрирует оба зрительных поля (левое и правое).          Восьмерка рисуется лежащей на боках: точка в ее центре соединяет прорисовываемые непрерывной линией окружности и разделяет зрительное поле на левое и правое.  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте напротив центра «Ленивой 8-ки» и рисуйте ее на уровне глаз.</li> <li>• Примите удобную позу при рисовании: ноги - на ширине плеч для равновесия тела.</li> <li>• Начните рисовать левой рукой, чтобы сразу же активизировать правое полушарие.</li> <li>• Начните рисовать влево от центра - вверх против часовой стрелки, по окружности и вернитесь в центр. Далее рисуйте от центра вправо - вверх по часовой стрелке, в сторону по окружности, и вернитесь в исходную точку.</li> <li>• Следите глазами за «Ленивой 8-кой»; голова слегка следует за ее траекторией.</li> <li>• Сделайте по три «Ленивых 8-ки» каждой рукой отдельно, а затем двумя руками вместе.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней визуальной линии и повышения межполушарной интеграции;</li> <li>• улучшения бинокулярного и периферического зрения;</li> <li>• повышения координации движений мышц глаз (особенно при прослеживании).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• механизмы чтения (движения глаз слева направо);</li> <li>• распознавание символов письменного языка;</li> <li>• понимающее чтение (работа долговременной ассоциативной памяти).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• расслабляет глаза, шею и плечи при сосредоточении;</li> <li>• улучшает восприятие глубины;</li> <li>• улучшает центрацию, баланс и координацию.</li> </ul>
<p><b>2.</b></p>	<p><b>Перекрестный шаг</b>  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul>

	<p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>
3.	Сова	
4.	<p><b>Помпа</b></p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте и держитесь руками за стену или спинку стула. Расположите одну ногу позади корпуса тела, а другую впереди. Делайте выпады на колено ноги, выставленной вперед. Нога, расположенная позади, должна быть выпрямлена. Держите корпус прямо.</li> <li>• В начале упражнения пятка ноги, расположенной позади, поднята от пола, и вес тела приходится на ногу, выставленную вперед. Далее вес с этой ноги переносится на ногу, расположенную позади, а пятка, по возможности, опускается на пол.</li> <li>• Делайте выдох при движении, когда пятка опускается на пол, и вдох, когда нога расслабляется и пятка поднимается от пола. Повторите упражнение три раза или более.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Растягивайте сухожилия ног дальше, увеличивая для этого шаг и</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• интеграции передних и задних отделов мозга;</li> <li>• развития выразительной речи и языковых способностей.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимающее слушание;</li> <li>• понимающее чтение;</li> <li>• способности творческого письма;</li> <li>• способность к завершению начатого процесса;</li> <li>• улучшение социального поведения.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• увеличивает время сосредоточения внимания;</li> <li>• улучшает навыки сосредоточения и реагирования.</li> </ul>

	<p>пытаясь пяткой достать пол.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Растяните мышцы верхней части ноги (подколенное сухожилие) сильнее, делая большой выпад на ногу, выставленную вперед, и, затем перенося вес тела на ногу, расположенную позади.</li> </ul>	
<p><b>4.4.4. Выполнение контрольных работ</b> <i>«Полет творчества»</i></p>		
<p>Информация, которая была выучена или пережита, накапливается в центрах мозга, отвечающих за долговременную память. Способность к воспроизведению и использованию этой информации, особенно в ситуации, где проверяются на прочность наши навыки и способности, требует сосредоточенности и включенности в работу без ошибок, излишнего возбуждения и отвлечения</p>		
<p><b>1.</b></p>	<p><b>Кнопки Космоса</b> При выполнении упражнения «Кнопки Космоса» обе руки располагаются по срединной линии тела: одна над верхней губой - со стороны передней поверхности тела, другая рука на копчике - со стороны задней поверхности. В некоторых случаях люди могут почувствовать большой комфорт при прикосновении к любой точке на позвоночнике.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Вдохните» энергию всем позвоночником и почувствуйте расслабление.</li> <li>• Прикасайтесь к точкам около 30 секунд или более (на полные 4-6 циклов выдохов и вдохов).</li> <li>• Смена рук помогает активизировать оба полушария мозга.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития способности работать в среднем поле тела; • центрации и «заземления»;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы;</li> <li>• восприятия глубины и контекста изображения;</li> <li>• более устойчивого зрительного контакта с окружающим миром;</li> <li>• развития способности видеть на близком расстоянии и вдаль.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организационные навыки (согласованное движение глаз по вертикали и горизонтали, например, при работе с вертикальными линиями и схемами в математике или письме);</li> <li>• способность не пропускать строчки во время чтения;</li> <li>• способность сосредотачиваться на задаче;</li> <li>• повышенный интерес и мотивация.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация и планирование творчества (поделок), дизайна, финансов или работа с компьютером.</li> </ul>

		<p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• активизирует интуицию и знания;</li> <li>• помогает расслабиться; улучшает состояние мышц бедер (снимает скручивания в сухожилиях);</li> <li>• улучшает состояние мышц головы (отсутствие чрезмерного наклона головы вперед);</li> <li>• помогает сидеть прямо и удобно на стуле;</li> <li>• повышает уровень внимания и снижает гиперактивное поведение).</li> </ul>
2.	<p><b>Перекрестный шаг</b>  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для активизации кинестетических ощущений поочередно дотрагивайтесь руками до противоположных колен, движущихся навстречу рукам.</li> </ul> <p><b>ВАРИАЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Сидя на полу или стуле, делайте попеременные перекрестные движения руками и ногами.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам в разных направлениях.</li> <li>• Прикасайтесь руками к противоположным ногам за.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг медленно - противоположные руку и ногу ведите навстречу друг другу до полного соединения (для измерения фокуса).</li> <li>• Делайте перекрестный шаг прыжками (или слегка подпрыгивая). (Такой перекрестный шаг особенно способствует центрированию тела, а также снижает зрительный стресс).</li> <li>• Для улучшения навыков равновесия делайте перекрестные шаги с закрытыми глазами или представляя, что вы плаваете.</li> <li>• Делайте перекрестный шаг под разную музыку и разные ритмы.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ для:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения визуально-аудиально-кинестетической и тактильной средней линии тела;</li> <li>• движения глаз слева направо;</li> <li>• улучшения бинокулярного зрения.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правописание;</li> <li>• письмо;</li> <li>• слушание;</li> <li>• чтение и понимание.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает координацию движений левой и правой сторон тела;</li> <li>• укрепляет дыхание и повышает жизненные силы;</li> <li>• развивает координацию и осознание пространства;</li> <li>• улучшает слух и зрение.</li> </ul>
3.	<b>Вода</b>	

<p><b>4.</b></p>	<p><b>Ленивая 8-ка</b>  Рисование «Ленивых 8-к», или знака бесконечности, способствует развитию навыка пересечения среднего зрительного поля без перерывов, необходимого при чтении; активизирует оба глаза (правый и левый) и интегрирует оба зрительных поля (левое и правое).  Восьмерка рисуется лежащей на боках: точка в ее центре соединяет прорисовываемые непрерывной линией окружности и разделяет зрительное поле на левое и правое.  <b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Встаньте напротив центра «Ленивой 8-ки» и рисуйте ее на уровне глаз.</li> <li>• Примите удобную позу при рисовании: ноги - на ширине плеч для равновесия тела.</li> <li>• Начните рисовать левой рукой, чтобы сразу же активизировать правое полушарие.</li> <li>• Начните рисовать влево от центра - вверх против часовой стрелки, по окружности и вернитесь в центр. Далее рисуйте от центра вправо - вверх по часовой стрелке, в сторону по окружности, и вернитесь в исходную точку.</li> <li>• Следите глазами за «Ленивой 8-кой»; голова слегка следует за ее траекторией.</li> <li>• Сделайте по три «Ленивых 8-ки» каждой рукой отдельно, а затем двумя руками вместе.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• пересечения средней визуальной линии и повышения межполушарной интеграции;</li> <li>• улучшения бинокулярного и периферического зрения;</li> <li>• повышения координации движений мышц глаз (особенно при прослеживании).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• механизмы чтения (движения глаз слева направо);</li> <li>• распознавание символов письменного языка;</li> <li>• понимающее чтение (работа долговременной ассоциативной памяти).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• расслабляет глаза, шею и плечи при сосредоточении;</li> <li>• улучшает восприятие глубины;</li> <li>• улучшает центрацию, баланс и координацию.</li> </ul>
<p><b>5.</b></p>	<p><b>Кнопки Земли</b>  Для выполнения этого упражнения обе руки располагаются впереди тела по его срединной латеральной линии. Средняя линия и «точка опоры» внизу тела информирует мозг о его расположении в пространстве по отношению к другим объектам. При направлении внимания на эту линию учащийся может организовать свое зрительное поле для сбалансированной работы глаз, рук и положения тела относительно воспринимаемого объекта. В упражнении «Кнопки Земли» кончики пальцев одной руки прикасаются к точке под нижней губой, а пальцы другой к макушке лобковой кости (около 15 см. ниже</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития способности работать в среднем поле;</li> <li>• центрации;</li> <li>• заземления (слежение внизу для развития навыков видения с близкого расстояния вдаль).</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организационные навыки (движение глаз по вертикали и по горизонтали, способность не терять строчку и колонку во время чтения, письма и работы по</li> </ul>

	<p>пупка). Ощущение связи между верхом и низом тела позволит координировать их, и таким образом повысит ощущение устойчивости положения тела.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• К точке прикасаются в течение 20-30 секунд или более (за время 4-6 полных циклов дыхания).</li> <li>• Важно дышать медленно и глубоко, ощущая расслабление во всем теле.</li> <li>• Вместо того, чтобы прикасаться к лобковой кости, некоторым людям более комфортно прикосновение ладонью к области ниже пупка, пальцы при этом лежат на средней линии тела и направлены вниз.</li> </ul>	<p>математике);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие навыков чтения вблизи и вдали (бумага или книга, доска);</li> <li>• способность не терять строчку во время чтения;</li> <li>• чтение, исключая дезориентацию.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ С НАВЫКАМИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• организация творчества, работа с книгами и т.д.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умственное «пробуждение» (снимает умственное утомление); держит линию бедер и линию головы;</li> <li>• «открывает» глаза (устраняет привычку смотреть «уставившись»);</li> <li>• заземляет и координирует все тело.</li> </ul>
<p><b>6.</b></p>	<p><b>Крюки</b></p> <p>В упражнении «Крюки» замыкается цепь электрических процессов в теле и таким образом активизируется и концентрируется внимание и дезорганизованная энергия. Мозг и тело избавляются от избыточного напряжения, как только энергия начинает циркулировать через зоны, заблокированные под влиянием чрезмерно сокращенных мышц. В этом упражнении поза тела -соединенные руки и перекрещенные ноги, напоминающие «8-ку», способствует свободному течению энергии по телу (часть 1). Прикосновение кончиков пальцев друг к другу балансирует и объединяет работу двух полушарий (часть 2).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Часть 1. Сядьте, положив левую лодыжку поверх правой. Кисти рук разверните ладонями в стороны, «Заведите» их в центре друг за друга навстречу ладонями, переплетите пальцы в замок и удобно выверните его на уровне груди. Посидите в этой позе в течение минуты расслабившись; дышите глубоко. Можно закрыть глаза.</li> </ul> <p>Дополнительно: язык прижимают к твердому небу при вдохе и расслабляют его при выдохе.</p>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• эмоциональной центрации;</li> <li>• «заземления»;</li> <li>• повышения внимания (идет стимуляция ретикулярной формации);</li> <li>• свободного движения костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• четкое слышание и устная речь;</li> <li>• выполнение контрольных работ и умение отвечать на вызовы судьбы;</li> <li>• работа с клавиатурой (распределительной доской).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает самоконтроль и ощущение границ тела;</li> <li>• улучшает баланс и координацию;</li> <li>• повышает ощущение комфорта в отношении к окружающей среде (снижение сверхчувствительности);</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Часть 2. Разомкните ноги, прикоснитесь кончиками пальцев обеих рук друг к другу. Продолжайте дышать глубоко и, расслабившись, посидите на протяжении еще одной минуты.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• углубляет дыхание.</li> </ul>
<b>4.5. КОМПЛЕКС КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ НАВЫКОВ ЗАБОТЫ О ЛИЧНОЙ ЭКОЛОГИИ</b>		
<b>4.5.1. Продуктивная работа с клавиатурой и видеозэкраном</b> <i>Способность к гомеостазу</i>		
<p>У чувствительных людей электронная техника может вызывать зрительный, слуховой или другой физиологический стресс. Экраны видеоаппаратуры дают только плоскостное изображение и ограничивают развитие бинокулярного и периферического зрения. Постоянный звук работающей техники «отключает» навыки слушания, а электромагнитное поле радиотехники может негативно повлиять на работу меридианов тела.</p>		
<b>2.</b>	<p><b>Крюки</b>  В упражнении «Крюки» замыкается цепь электрических процессов в теле и таким образом активизируется и концентрируется внимание и дезорганизованная энергия. Мозг и тело избавляются от избыточного напряжения, как только энергия начинает циркулировать через зоны, заблокированные под влиянием чрезмерно сокращенных мышц. В этом упражнении поза тела -соединенные руки и перекрещенные ноги, напоминающие «8-ку», способствует свободному течению энергии по телу (часть 1). Прикосновение кончиков пальцев друг к другу балансирует и объединяет работу двух полушарий (часть 2).</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Часть 1. Сядьте, положив левую лодыжку поверх правой. Кисти рук разверните ладонями в стороны, «Заведите» их в центре друг за друга навстречу ладонями, переплетите пальцы в замок и удобно выверните его на уровне груди. Посидите в этой позе в течение минуты расслабившись; дышите глубоко. Можно закрыть глаза.  Дополнительно: язык прижимают к твердому небу при вдохе и расслабляют его при выдохе.</li> <li>• Часть 2. Разомкните ноги, прикоснитесь кончиками пальцев обеих рук друг к другу. Продолжайте дышать глубоко и, расслабившись, посидите на протяжении еще одной минуты.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• эмоциональной центрации;</li> <li>• «заземления»;</li> <li>• повышения внимания (идет стимуляция ретикулярной формации);</li> <li>• свободного движения костей черепа.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• четкое слышание и устная речь;</li> <li>• выполнение контрольных работ и умение отвечать на вызовы судьбы;</li> <li>• работа с клавиатурой (распределительной доской).</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает самоконтроль и ощущение границ тела;</li> <li>• улучшает баланс и координацию;</li> <li>• повышает ощущение комфорта в отношении к окружающей среде (снижение сверхчувствительности);</li> <li>• углубляет дыхание.</li> </ul>

3.	<p><b>Вращения шеи</b> «Вращения шеи» расслабляют мышцы шеи и снижают напряжение, возникающее из-за неспособности пересечь среднюю зрительную линию и работать в среднем зрительном поле. Если это упражнение выполняется до уроков чтения или письма, оно стимулирует бинокулярное зрение и бинауральный слух. Вращайте головой только перед собой. Полные повороты головы назад обычно не рекомендуются.</p> <p><b>УЧЕБНЫЕ ИНСТРУКЦИИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Поворачивайте голову медленно из стороны в сторону, словно тяжелый мяч; дышите свободно.</li> <li>• Во время вращения шеи подбородок опущен как можно ниже, голова не достигает внешних концов ключиц.</li> <li>• Определите позиции, в которых напряжение или «стяжки» мышц шеи чувствуются особенно остро, и дольше держите голову в этих позициях до тех пор, пока мышцы не расслабятся. Дыхание глубокое.</li> <li>• Расслабьте плечи, поворачивайте голову из стороны в сторону при поднятых плечах, а затем - при опущенных.</li> <li>• Делайте «Вращение шеи» с закрытыми глазами, а затем открытыми.</li> <li>• При поворотах головы держите ее как бы дальше от тела, не прикасаясь и не роняя вниз на грудную клетку.</li> </ul>	<p><b>АКТИВИЗИРУЕТ МОЗГ</b> для</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развития бинокулярного зрения и способности писать и читать в среднем поле;</li> <li>• центрации;</li> <li>• «заземления»;</li> <li>• расслабления центральной нервной системы.</li> </ul> <p><b>УЧЕБНЫЕ НАВЫКИ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• устное чтение;</li> <li>• чтение про себя;</li> <li>• речь и язык.</li> </ul> <p><b>СВЯЗЬ ПОВЕДЕНИЯ И ПОЗЫ ТЕЛА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• улучшает дыхание;</li> <li>• тренирует умение расслабляться.</li> </ul>
<b>5. РЕЛАКСАЦИЯ</b>		
1.	<p><b>Поймай мышь</b> <b>Инструкция:</b> Представьте себе, что вы прямо сейчас и прямо здесь будете ловить мышь. Что это будет за мышь? Хорошенькая белая мышка или серовато-коричневая домашняя мышь? Представьте себе маленького зверька с остренькой мордочкой и симпатичными серыми глазками, быстро перебирающего по полу четырем крошечными лапками. Вы должны передвигаться совершенно бесшумно, чтобы не спугнуть этого маленького зверька. Крадитесь как можно медленнее за своей мышкой, пройдите через всю комнату, подойдите к своему месту, и пусть ваша мышка останется сидеть перед вами. Если хотите,</p>	<p><i>Для детей это приятный перерыв в работе, позволяющий им потом снова собрать свое внимание и энергию. После этой игры они будут значительно лучше выполнять задания, требующие сосредоточенности.</i></p>

	<p>то можете, сидя на своем месте, взять ее в руки и погладить, или же просто внимательно смотрите, как она сидит и с любопытством оглядывается по сторонам... (Дождитесь, пока все дети вернутся на свои места.) Попрощайтесь теперь со своей мышкой и мысленно проследите за тем, как все мышки побегут к двери. Я немного приоткрою дверь, так что все они смогут выбежать наружу.</p>	
2.	<p><b>Тряпичная кукла и солдат</b>  <b>Инструкция:</b> Пожалуйста, все встаньте и расположитесь так, чтобы вокруг каждого из вас было свободное место. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку, как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь, примерно вот так... (Покажите детям эту позу.)  А теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. (Покажите детям и эту позу.) Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными...  Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. (10 секунд.)  Теперь опять станьте тряпичной куклой, мягкой, расслабленной и подвижной.  Снова станьте солдатом... (10 секунд.)  Теперь опять тряпичной куклой...  Просите детей попеременно быть солдатом и тряпичной куклой до тех пор, пока у Вас не сложится впечатление, что они уже вполне расслабились.  Теперь встряхните руками, как будто вы хотите стряхнуть с них капельки воды. Стряхните капельки воды со спины... Теперь тряхните воду с волос... Теперь — с верхней части ног и ступней...</p>	<p><i>Эта простая игра поможет детям расслабиться в тех случаях, когда они сильно напряжены. Быстро напрячь мускулы и затем их отпустить — это испытанный и надежный способ расслабиться.</i></p>
3.	<p><b>Водопад</b>  <b>Инструкция:</b> Сядьте поудобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните...  Представь себе, что ты стоишь возле водопада. Но это не обычный</p>	<p><i>Эта игра на воображение поможет детям расслабиться. После нее стоит заниматься чем-нибудь спокойным, позволяющим детям использовать свою интуицию.</i></p>

	<p>водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представь себя под этим водопадом и почувствуй, как этот прекрасный белый свет струится по твоей голове... Ты чувствуешь, как расслабляется твой лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи. Белый свет течет по твоим плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными.</p> <p>Белый свет стекает с твоей спины, и ты замечаешь, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной. А свет течет по твоей груди, по животу. Ты чувствуешь, как они расслабляются и ты сам собой, без всякого усилия, можешь глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет тебе ощущать себя очень расслабленно и приятно.</p> <p>Пусть свет течет также по твоим рукам, по ладоням, по пальцам. Ты замечаешь, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к твоим ступням. Ты чувствуешь, что и они расслабляются и становятся мягкими.</p> <p>Этот удивительный водопад из белого света обтекает все твое тело. Ты чувствуешь себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом ты все глубже расслабляешься и наполняешься свежими силами... (30 секунд.)</p> <p>Теперь поблагодари этот водопад света за то, что он тебя так чудесно расслабил... Немного потянись, выпрямись и открой глаза.</p>	
4.	<p><b>Улыбка</b></p> <p><b>Инструкция:</b> Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...</p> <p>Во время каждого выдоха ты можешь почувствовать, как твое лицо все больше и больше расслабляется. Пусть с каждым выдохом расслабляется твой рот, нос, уши, лоб, глаза...</p> <p>Теперь вдохни глубоко-глубоко и задержи дыхание. Откинь голову назад, сделай сильный выдох, выдувая воздух как можно выше, чтобы он долетел до потолка...</p> <p>Повтори это еще раз.</p> <p>Глубоко вдохни... Задержи воздух... Запрокинь голову... Сильно выдохни, выдувая воздух до потолка...</p>	<p><i>Эта игра-фантазия создает хорошее настроение, а также вызывает прилив бодрости и готовность воспринимать новое. Ее хорошо использовать в перерывах между занятиями.</i></p>

	<p>Теперь снова вдохни. И когда будешь сейчас выдыхать, постарайся улыбнуться. Почувствуй, как во время улыбки растягиваются твои губы, и как напрягаются мышцы щек...</p> <p>Сделай это еще раз и попробуй улыбнуться пошире. Представь себе, что видишь перед собой на рисунке красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой дружеской улыбке. (Повторяйте этот шаг до тех пор, пока Вы не увидите улыбку на лицах всех детей.)</p> <p>Когда ты сейчас снова улыбнешься, почувствуй, как улыбка переходит в твои руки, доходит до ладоней. Возможно, ты заметишь в ладонях легкое покалывание. Дыши и улыбайся... И ощущай, как твои руки и ладони наполняются улыбающейся силой солнышка.</p> <p>Когда ты улыбнешься снова, почувствуй, как твоя улыбка спускается все ниже и доходит до ног, до самых кончиков ступней. Ощути тепло солнца под подошвами ног. Возможно, ты заметишь, как твои ноги и ступни начнут слегка подрагивать от этой улыбающейся солнечной силы.</p> <p>Ощути улыбку во всем своем теле. Улыбаясь, ты хорошо чувствуешь себя с ног до головы, ощущаешь радость всеми клеточками своего тела.</p> <p>Теперь снова глубоко вдохни и задержи на мгновение дыхание. Представь, что в твоей груди находится большой золотой шар. Это настоящее солнце внутри тебя, внутри твоего сердца. Когда ты будешь сейчас выдыхать, пусть это солнце улыбается. Снова набери побольше воздуха, задержи дыхание и почувствуй, как солнце внутри тебя широко и дружелюбно улыбается. И когда ты еще пару раз так же глубоко вдохнешь и позволишь солнцу улыбнуться, ты сможешь заметить, как спокойно, безмятежно и радостно стало у тебя на душе. И ты сможешь потом вызывать в себе это приятное чувство, вспоминая картину улыбающегося солнца.</p> <p>Теперь немного потянись и выпрямись. Открой глаза и снова окажись с нами в этой комнате.</p>	
5.	<p><b>Пять этажей</b></p> <p><b>Инструкция:</b> Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...</p>	<p><i>Здесь мы приглашаем детей в короткий и освежающий сон наяву. Во время него они могут отдохнуть и внутренне собраться.</i></p>

	<p>Теперь представь себе, что ты стоишь перед дверью лифта. Ты нажимаешь на кнопку и вызываешь лифт... Дверь открывается, и ты в него заходишь. Рядом с кнопками ты обнаруживаешь 5 табличек. На первой из них написано "Классная комната" (это наш класс), на второй — "Чудесное спокойное место", на третьей — "Приятный умный человек, с которым можно хорошо поговорить". На четвертой табличке написано "Потрясающее приключение", на пятой — "Встреча с другом, которого ты давно не видел".</p> <p>Выбери этаж, на который тебе больше всего хочется попасть, и нажми на кнопку. Следи за тем, как медленно закрывается дверь лифта, и постарайся ощутить, как лифт медленно едет к выбранному тобой этажу. Вот ты уже приехал, и дверь медленно открывается.</p> <p>Выйди из лифта и осмотрись вокруг. Делай то, что тебе хочется здесь делать. У тебя есть около минуты, но в твоём воображении за эту минуту пройдет гораздо больше времени. Его будет достаточно для того, чтобы ты успел сделать там все, что тебе нужно. (1-2 минуты.)</p> <p>Теперь приходит время возвращаться назад. Попрощайся с этим местом и со всеми, кого ты там встретил. Дверь лифта осталась для тебя открытой. Зайди в кабину и из нее еще раз взгляни на место, где ты был. Теперь нажимай на кнопку, около которой написано "Классная комната". Смотри, как закрывается дверь, и почувствуй, как лифт медленно опускается вниз. После того, как дверца откроется, открой глаза, потянись, выпрямись. И вот ты снова здесь, бодрый и свежий.</p>	
6.	<p><b>Смеяться запрещается</b></p> <p><b>Инструкция:</b> Сядьте, пожалуйста, широким кругом. Кто-то один встанет посередине и будет водить. Его задача состоит в том, чтобы выбрать кого-нибудь из сидящих и заставить его заговорить или улыбнуться. Для достижения своей цели он может пробовать все, что угодно, однако он не должен ни до кого дотрагиваться, и, разумеется, сам он не имеет права говорить. Те, кто сидит в кругу, не должны отворачиваться или закрывать глаза.</p> <p>Каждый водит не более одной минуты. Если за это время водящий не сумеет рассмешить или заставить заговорить кого-либо, пусть с тем же ребенком попробуют свои силы еще 1-2 водящих. Если же водящий</p>	<p><i>Это хороший способ успокоить возбужденную группу и создать у нее сосредоточенное и радостное настроение. В ходе игры каждый ребенок получает возможность восстановить свои силы и заново сконцентрировать внимание.</i></p>

	добивается успеха, он меняется местами с тем, кто заставил улыбнуться или заговорить.	
<b>6. РИТУАЛ ПРОЩАНИЯ</b>		
1.	Игра «Салют» Все участники занятия кладут свои ладошки на ладонь ведущего. По сигналу 1-2-3 все опускают свои руки и все вместе поднимают их вверх, запуская салют с криком: «Ура!»	<i>Выход из рабочего состояния</i>