

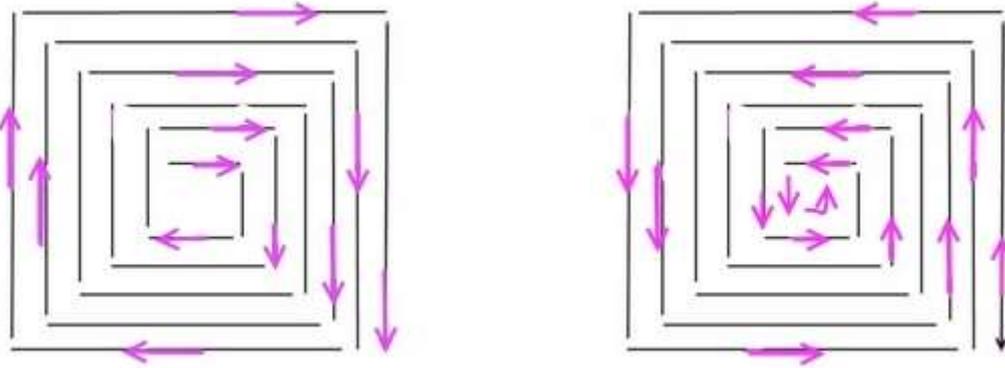
7 класс

Занятие по коррекции учебной мотивации и когнитивных процессов

Разминка. Психологический настрой на работу. Создание положительного настроения у учащихся. *(Повторяется в течение месяца!)*

А) Упражнение "Профилактика нарушения зрения".

Глазами нарисовать лабиринт, начиная с маленького и заканчивая самым большим квадратом. Затем наоборот - начиная с самого большого и заканчивая самым маленьким квадратом.



Б) Кинезиологические упражнения. *(Упражнения развивают, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма).*

Упражнения необходимо проводить ежедневно в течение шести-восьми недель по 10 - 15 минут в день.

- Зеркальное рисование.

Положите на стол чистый лист бумаги. Возьмите в обе руки по карандашу или фломастеру. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения вы почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

- Горизонтальная восьмерка.

Возьмите в руку карандаш и начертите на бумаге восьмерку (знак бесконечности), теперь - левой. А теперь правой и левой одновременно.

Задание №1. "РАСШИФРУЙ ПОСЛОВИЦУ"

Используя имеющийся ключ, надо расшифровать известную пословицу и сказать о чём она.

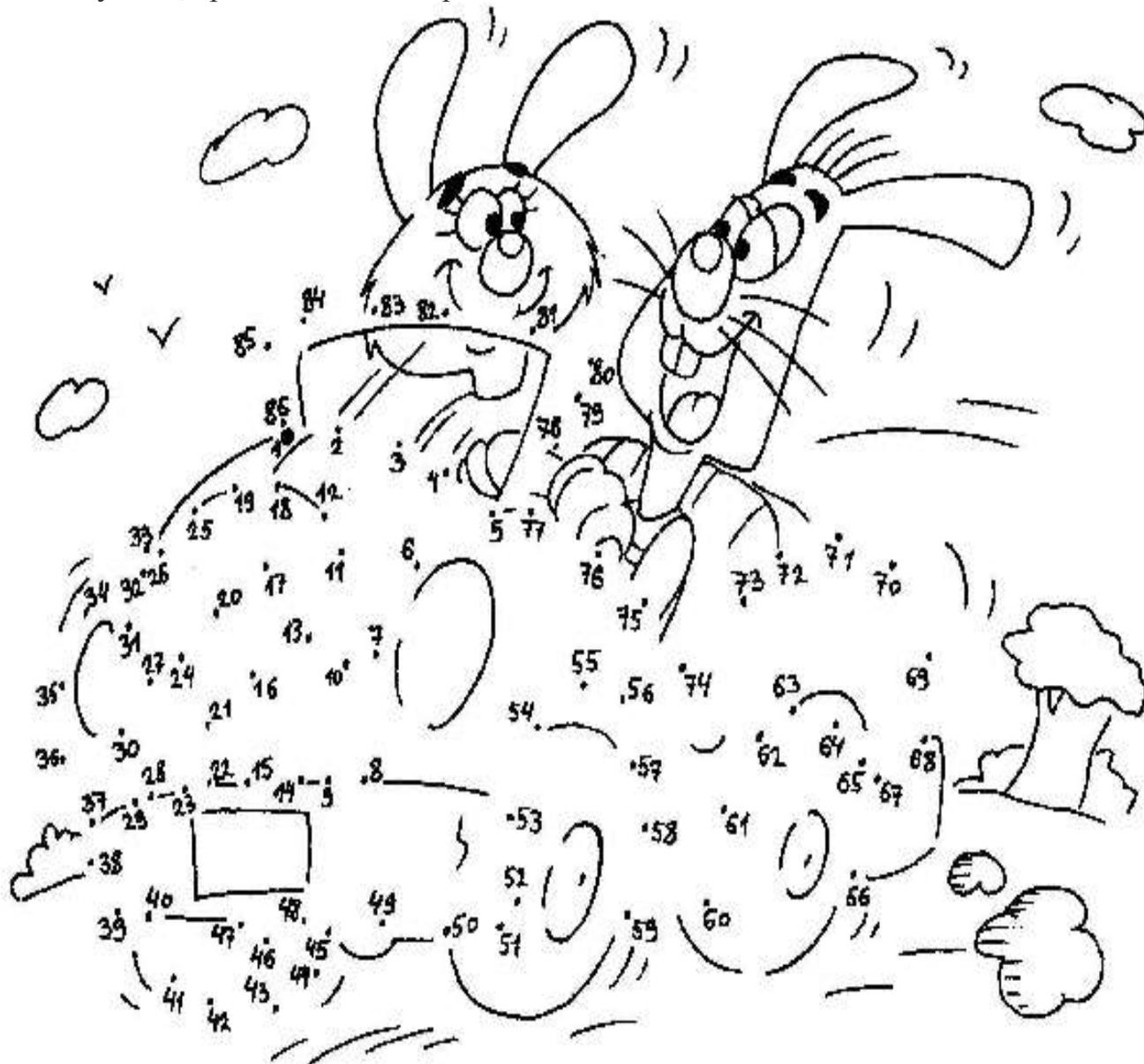
2	13	6		10	14	2	14	--	2	13
---	----	---	--	----	----	---	----	----	---	----

6		12	1	14	7	11
---	--	----	---	----	---	----

Ч	В	Н	Т	М	К	С	П	Л	Ж	Ь	У	Е	И	Ю	А
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Задание №2. «Нарисуй по точкам»

ЦЕЛИ: развитие мыслительных операций, внимания, умения ориентироваться на листе бумаги, зрительного восприятия.



Нарисуй по точкам и напиши небольшой рассказ о том, что изображено на рисунке.

Задание №3. "ПОМОГИ КАТЕ ВЫБРАТЬ ПРОФЕССИЮ"

Расскажи о каждой профессии с помощью вопросов:

- 1) Где нужно работать
- 2) Что делать?
- 3) Что для этого нужно? (предметы, машины, свойства характера и т.д.)



Здание №4

Посмотрите на этих человечков, запомните их движения, повторите по памяти.

КОМПЛЕКСЫ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ФИЗКУЛЬТМИНУТОК И ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ПАУЗ

Б ФИЗКУЛЬТУРНАЯ МИНУТКА ПРИ УТОМЛЕНИИ КИСТЕЙ



И. п. — сидя, руки вперед, ладони книзу. 1—поднять кисти пальцами вверх. 2 — сжать кулаки. 3 — выпрямить пальцы. 4 — «уронить» кисти. Повторить 3—4 раза. ТС. Затем руки вверх и потрясти расслабленными кистями.

И. п. — стоя, с опорой о сиденье стула или стол, т—4 — перекач с основания ладоней до кончиков пальцев (мягко). Повторить 4—6 раз. Затем встряхнуть расслабленными руками. ТМ.

И. п. — сидя, руки согнуть перед грудью, кисти соединены, пальцы разведены. Поочередно разъединять и соединять одноименные пальцы в само стоятельно заданной последовательности. Повторить 3—4 раза. ТС.



1. Домашнее задание.

1. Ежедневно повторяйте упражнения из разминки!
2. И если есть желание напишите есть ли какие-нибудь позитивные изменения?
3. Если хотите узнать ваши результаты выполнения упражнений, перешлите все ваши материалы на электронную почту natslim@sibmail.com

Удачи ребята!!!!

Наталья Викторовн