

Муниципальное автономное дошкольное образовательное
Учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятель-
ности по художественно-эстетическому и социально-личностному развитию детей
№21 «Искорка», г. Бердск

Карточка игр и упражнений, направленных на развитие ориентировок в схеме собственного тела



Разработала воспитатель: Миклина М.А.

Бердск 2021

Упражнение «Что у меня на лице»

Цель: развитие умения ориентироваться в схеме лица.

Оборудование: зеркало.

Ход: глядя на себя в зеркало, ребенок определяет вначале, что находится у него посередине лица. А затем по просьбе взрослого начинает движение ладошек вверх или вниз относительно этой «центральной» части лица (как правило, для большинства детей — это нос). Задание может выглядеть примерно так: «Твоя ладошка едет от носа – вниз». При этом перечисляется, мимо каких частей лица «проезжает» ладошка. После этого, поскольку руки двигались вниз (в зависимости от различных причин, самим ребенком или взрослым), делается закономерный вывод, что все, мимо чего «проезжали» руки, находится ниже бровей. Аналогичным образом при движении рук вверх относительно, например, рта — вначале с использованием зеркала, формируется представление о том, какие части лица находятся выше рта. При этом также перечисляется, мимо каких частей лица «проезжает» ладошка. В данном случае она проезжает мимо: носа, щек, глаз, переносицы, бровей, лба, волос.

Инструкция: «Посмотри на себя в зеркало. Что находится у тебя посередине лица? Правильно, нос. Теперь положи свою ладошку на нос. Сейчас по моей команде твоя ладошка будет двигаться по лицу, вверх или вниз от носа. Итак, ладошка едет вверх от носа, какие части лица она «проезжает»? Вниз от бровей. Какие части лица «проехала» ладошка? Получается, что все эти части находятся ниже бровей. А теперь ладошка едет от рта вверх. Какие части лица она «проезжает»? Получается, что все эти части находятся выше рта».

Игра «Вы можете?»

Инструкция и ход игры: играть можно как в группе детей, так и с одним ребенком. Взрослый говорит:

«Давай встанем свободно, так, чтобы не мешать друг другу, а теперь:

– ты можешь закрыть уши руками?

– ты можешь закрыть рот руками?

– ты можешь прикрыть глаза руками?

– ты можешь коснуться пальцем подбородка?

– ты можешь коснуться ног руками?

– ...коснуться рук ладонями? коснуться пальцем носа? положить руки на живот? поднять руки высоко над головой? прикрыть руками колени? коснуться пальцем пупка? положить руки на плечи? широко развести руки?»

Если у детей это вызывает трудности, каждую инструкцию сопровождайте показом, в качестве усложнения эти же задания можно выполнять с закрытыми глазами.

Упражнение «Мое тело»

Цель: формирование представлений о схеме собственного тела.

Оборудование: зеркало.

Ход: взрослый и ребенок стоят перед зеркалом. С помощью прощупывания находят части тела.

Инструкция: «Мы с тобой сейчас будем знакомиться с собственным телом. Итак, давай найдем, где у нас находится голова. Шея. Что находится ниже шеи? (Плечи.) От плеч — две руки, правая (показать) и левая (*Ребенку предлагается рассмотреть руки*). Нижняя часть (показать) называется кистью руки. С внутренней стороны кисти — ладонь. Каждый палец имеет своё название (*назвать пальцы*).

Выполни движения по тексту.

Этот пальчик – маленький,
Мизинчик удаленький.
Безымянный – кольцо носит,
Ни за что его не бросит.
Ну а этот – средний, длинный.
Он как раз посередине.
Этот указательный,
Пальчик замечательный.
Большой палец, хоть не длинный,
Среди пальцев самый сильный.
Пальчики не ссорятся
Вместе дело спорится.

(На каждые две строчки палец, о котором говорится, сначала потянуть на себя, затем погладить. В конце сжать пальчики в кулачок, разжать и повертеть кистями)

Покажи, где туловище. Что находится на туловище впереди? (Грудь, живот.) А сзади? (Спина.) В самом низу — ноги. Нижняя часть ноги (показать) называется ступней. Почему? (От слова «ступать».)

Игра «Прикосновение»

Игра направлена на закрепление знаний о строении человеческого тела, на развитие тактильного восприятия.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция и ход игры: взрослый говорит ребенку:
«Встань, как тебе удобно.

А теперь ты можешь показать мне, как ты касаешься коленями пола (как ты касаешься пола руками, как ты касаешься спиной стены, как касаешься локтем колена, рукой запястья, рукой бока, носом двери, носом пола, ступнями пола, двумя ступнями пола, пяткой стены, двумя локтями стола, коленом подбородка, ухом сиденья стула, как высоко поднимаешь игрушки двумя руками, как высоко поднимаешь игрушки двумя ногами)?

А что еще ты хочешь мне показать?»

«Потешка»

Цель: формирования у ребенка представлений о частях лица.

Ход: взрослый читает сокращенный вариант потешки, при этом показывая на те части лица, о которых идет речь в стихотворении. При повторном чтении

взрослый побуждает ребенка к выполнению аналогичных действий. При наличии затруднений взрослый действует руками ребенка.

Инструкция: «Сейчас я буду читать стихотворение и показывать на части лица, а ты послушай. *Водичка, водичка, умой мое личико, чтоб глазки блестели, чтобы щечки горели, чтобы смеялся рот, чтобы кусался зубок.* А теперь давай будем показывать на части лица вместе».

Игра «С руки на ногу»

Игра предлагает необычный способ познакомиться с частями своего тела.

Возраст детей: от 2 лет.

Инструкция и ход игры: потребуется нарисованный человечек (мелом на доске, асфальте или фломастером на большом листе ватмана). Вполне возможно схематичное изображение, но оно должно включать в себя туловище, ноги, руки, кисти, ступни и голову. Взрослый говорит детям:

«Я хочу посмотреть, можете ли вы показывать ногами различные части тела человека. Можете ли вы встать на голову, а оттуда прыгнуть на шею? Прыгнуть с руки на бедро? Можете с бедра прыгнуть на ступню? С этой ступни перепрыгнуть на другую? Можете ли вы медленно пройти по ноге вверх до живота? А прыгнуть с живота на голову?»

Более простой вариант:

«А теперь встаньте перед своим человечком. Я буду называть различные части тела, а вам нужно будет до них допрыгнуть. Как только я хлопну в ладоши, нужно будет вернуться обратно. Готовы? Голова!»

Упражнение «Путаница»

Цель: развитие ориентировки в собственном теле, закрепление и уточнение названия частей тела, развитие внимания.

Ход: Педагог и ребенок становятся друг против друга. Педагог под музыку показывает на части тела, которые называет. Ребенок повторяет движения за взрослым. Далее упражнение усложняется: взрослый специально показывает не на те части тела, которые называет. Задача ребенка состоит в том, чтобы показать правильные части тела.

Инструкция: «Сейчас я буду показывать любую часть тела, а ты должен будешь за мной ее повторять. Итак, это голова, это нос, это правое ухо, это левый глаз, это рот, это правая рука, это левая рука и т.д. Теперь я буду называть часть тела, а показывать совсем другую. Ты должен показать ту часть тела, которую я назову».

«Прятки»

Игра направлена на развитие тактильного восприятия, что предполагает прикосновения к различным частям тела.

Возраст детей: от 2 лет.

Инструкция и ход игры: взрослый говорит детям:

«Давайте поиграем в прятки, но не в обычные, а будем прятать части нашего тела. Но нужно прятать так, чтобы никто их не увидел. Сначала спрячьте глазки, ротик, носик, колени, все пальцы, зубки, ножки, волосы. А теперь лягте на спинку, поднимите вверх руку, ступню, коленку, локоть, ногу, голову. А сейчас будем

учиться поднимать по две части одновременно. Поднимите руки, большие пальцы обеих рук, локти. И наконец – самое сложное: поднимите ступню и ладошку, коленку и голову, локоть и ногу, большой палец на руке и большой палец на ноге».

Упражнение «Выше – ниже»

Цель: формирование пространственных понятий «выше/ниже», «выше чем.../ниже чем...».

Оборудование: зеркало.

Ход: взрослый и ребенок перед зеркалом называют, находят и показывают, какие части тела находятся выше всего (голова, макушка), а какие ниже всего (ноги, ступни). Далее, закрепляются понятия «выше чем.../ниже чем...», «выше чем..., но ниже чем...». Затем упражнение повторяется без зеркала, а после с закрытыми глазами.

Инструкция: «Посмотри на себя в зеркало. Что в твоём теле находится выше всего? А что ниже всего? Хорошо. А что находится выше чем нос? Выше чем живот? Ниже чем плечи? Ниже чем подбородок? Выше чем плечи, но ниже чем глаза? и т.д.».

Упражнение «Моя правая рука, моя левая рука».

Цель: формирование представлений о правой и левой руке.

Оборудование: разноцветные браслетики по количеству детей.

Ход: взрослый раздаёт детям разноцветные браслетики и просит надеть их на левую руку, при этом объясняет, что левая сторона тела там, где левая рука, а правая – там, где правая рука. Далее взрослый спрашивает у детей, какие части тела находятся справа, а какие слева.

Инструкция: «Дети, я сейчас каждому из вас дам такой разноцветный браслетик, вам нужно будет его надеть на левую руку. Возьмите правой рукой браслетик и наденьте его на левую руку. Поднимите левую руку. Запомните, левая сторона тела та, где левая рука. Что находится на левой стороне тела? (левый глаз, левая бровь, левое ухо, левая щека, левая нога, левое колено, левая стопа, левый локоть, левое плечо, левая кисть, ладошка).

Поднимите правую руку. Запомните, правая сторона тела та, где правая рука.

Что находится на правой стороне тела? (правый глаз, правая бровь, правое ухо, правая щека, правая нога, правое колено, правая стопа, правый локоть, правое плечо, правая кисть, ладошка)».

Пальчиковая гимнастика «Найди ладошку»

Цель: закрепление представлений о правой и левой стороне тела.

Оборудование: пара ладошек, вырезанных из бумаги или картона, по количеству детей (Рисунок 1).

Ход: взрослый просит детей найти правую ладошку и положить ее слева от себя. После найти левую ладошку и положить ее на левую сторону. Далее педагог читает стихотворение, при этом выполняя движения пальчиками. После дети выполняют гимнастику вместе со взрослым.

Инструкция: «Найдите левую ладошку и положите ее слева от себя. Найдите правую ладошку и положите ее справа от себя.

Выполни движения по тексту.

Вышли пальчики гулять,	<i>(Ритмичные движения больших пальцев)</i>
А вторые - догонять,	<i>(Ритмичные движения указательных пальцев)</i>
Третьи пальчики - бегом.	<i>(Движения средних пальцев в быстром темпе)</i>
А четвёртые - пешком.	<i>(Медленное движение безымянных пальцев)</i>
Пятый пальчик поскакал,	<i>(Ритмичные касания мизинцами)</i>
Поскользнулся и упал.	<i>(Удар кистями рук).</i>

- Молодцы! Сложите ладошки друг на друга и положите на край стола».

