



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД  
КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 360**  
620085, г. Екатеринбург, ул. Патриса Лумумбы, 35-а  
тел./факс: (343)297-09-80

ПРИНЯТА  
на заседании Педагогического Совета  
Протокол №1 от 31.09.2022 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Заведующим МБДОУ - детского сада  
комбинированного вида № 360  
О. С. Берхольд  
Приказ № 58- о от «01» сентября 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
«Нейрогимнастика – «ФИТНЕС МОЗГА»»**

Возраст воспитанников: 5,5 - 7 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Митрофанова Ольга Анатольевна,  
педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2022 г

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ	Номер страницы
<b>I.</b>	<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>  1.1 Актуальность, направленность и новизна ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ) ПРОГРАММЫ «Нейрогимнастика – «ФИТНЕС МОЗГА»»	3
	1.2. Цели и задачи реализации Программы	5
	1.3.Отличительные особенности Программы	5
	1.4. Формы и режим занятий	5
	1.5. Планируемые результаты обучения	6
	1.6. Формы подведения итогов реализации Программы	6
<b>II</b>	<b>УЧЕБНО- ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН</b>	
	2.1. Учебный план	7
	2.2. Календарно-тематическое планирование	7
<b>III.</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	
	Кинезиологические упражнения	13
	Когнитивные игры	14
	Психокоррекционные игры	14
<b>IV.</b>	<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ</b>	15

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Нейрогимнастика – «ФИТНЕС МОЗГА» (далее – Программа) является нормативно - управленческим документом Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения – детский сад комбинированного вида № 427 (далее – МБДОУ). Программа описывает курс активизации полноценной работы левого и правого полушарий головного мозга у детей старшего дошкольного возраста, с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей. Представляет собой систему организации образовательной деятельности педагога с воспитанниками в рамках образовательных областей «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное», «Речевое развитие», «Физическое развитие».

Основанием для разработки Программы являются нормативные правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р.
- Приказ Министерства просвещения РФ от 29 ноября 2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (зарегистрирован в Минюсте России 29 ноября 2018г. № 52831).
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 года № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования».
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О методических рекомендациях по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».
- Приложение, утвержденное приказом Министерства здравоохранения социального развития РФ от 26 августа 2010 года N 761н «Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих».
- Устав МБДОУ – детского сада комбинированного вида № 427 (утв. Распоряжением Управления образования Администрации города Екатеринбурга № 4305/46/36 от 25.12.2017 г.) с изменениями (дополнениями) к нему.

### 1.1. Актуальность, направленность и новизна Программы

В последние десятилетия психологи, педагоги, врачи констатируют катастрофическое нарастание у детей следующих патофеноменов: обилие сосудистых и костно-мышечных проблем, снижение иммунитета. Масса детей демонстрирует задержки и искажения психоречевого развития, несформированность произвольной саморегуляции и т.д. В совокупности это приводит к эмоционально-личностной и когнитивной неготовности к обучению и адекватной адаптации к социуму.

Приоритетное участие нейропсихологии — науки о формировании мозговой организации психических процессов человека в решении широкого круга дизонтогенетических проблем обусловлено в первую очередь удручающими реалиями процессов развития в современной детской популяции. Нейропсихологический анализ проблем отклоняющегося развития, активно развивающийся в нашей стране с начала 1980-х годов, сразу зарекомендовал себя как наиболее надежный и продуктивный. Это закономерно, поскольку в его основе лежит мощная методологическая и научно-практическая база, разработанная в общей нейропсихологии, нейропсихологии детского возраста, теории нейропсихологической реабилитации. Широко известны и активно внедряются в практику коррекционно-абилитационные методы,

разработанные Л.С. Цветковой и ее учениками, Т.В. Ахутиной и Н.М. Пылаевой, А.А. Цыганок, Н.К.Корсаковой и Ю.В. Микадзе и др. Эффективность нейропсихологических технологий признаются сегодня всеми специалистами, работающими над проблемой психолого-педагогического сопровождения процессов развития.

С точки зрения нейропсихологического подхода это во многом связано с высокочастотной актуализацией в современной детской популяции «дисгенетического синдрома»: внутриутробной и/или возникающей в младенчестве дисфункции, органической или функциональной, наиболее рано созревающих подкорковых структур мозга. Его негативные последствия для онтогенеза в целом нейропсихологически заключаются в нарушениях и/или искажениях становления подкорково-корковых и межполушарных взаимодействий, функциональной специализации правого и левого полушарий мозга.

Одним из методов, успешно используемых нейропсихологами, является **метод замещающего онтогенеза (МЗО)** - нейропсихологическая технология, содержащая инвариантный комплекс этапов (диагностика -профилактика-коррекция-абилитация-прогноз) психолого-педагогического сопровождения детей с различными типами развития: от вариантов нормативного и отклоняющегося до грубых форм патологического. Основная его цель- развитие мозгового (и шире — нейропсихосоматического) обеспечения психического онтогенеза.

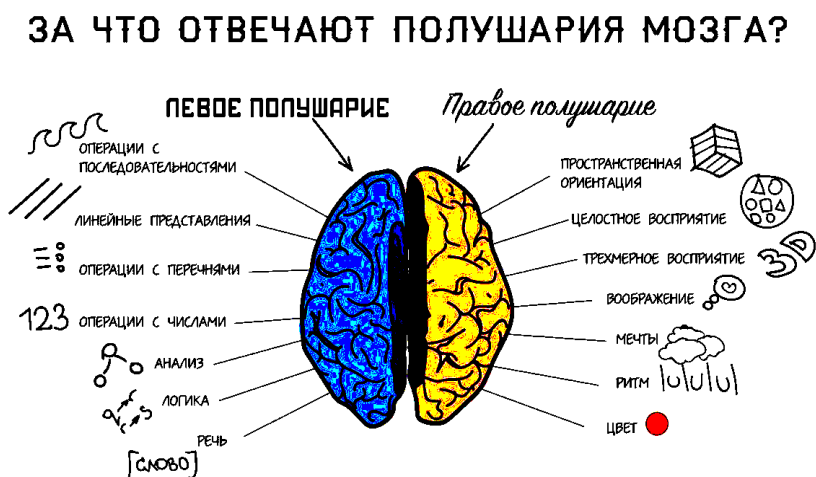
**Актуальность, педагогическая целесообразность Программы** обусловлена тем, что использование нейропсихологического подхода в работе с дошкольниками позволяет нормализовать процессы психического онтогенеза и скомпенсировать дисгенетический синдром.

Всем известна польза утренней гимнастики для организма человека, она помогает телу быстро перейти из энергосберегающего режима сна в режим активного бодрствования. Однако не только тело нуждается в «разогреве», но и мозг человека нуждается в настройке и подготовке к эффективной работе.

Программа «Нейрогимнастика - ФИТНЕС МОЗГА», упражнения которой активизирует полноценную работу левого и правого полушария головного мозга, помогают управлять эмоциональной, физической и умственной жизнью. Данная гимнастика способствует лучшему **восприятию информации.**

На рисунке 1. видно, как работают полушария головного мозга человека. Левое полушарие мозга отвечает за управление правой половиной тела, а правое полушарие мозга - левой, то есть, когда мы действуем правой рукой, активизируем левое полушарие, а когда двигаем левой рукой, то активизируем правое полушарие. То же самое касается глаз, ног и т.д. Так же **левое полушарие отвечает за абстрактно-логическое мышление**, а **правое за пространственно-образное мышление.** Когда мы анализируем, считаем и говорим, то более активно работает левое полушарие, а когда рисуем, фантазируем, танцуем и молчим – активно правое полушарие.

Рис.1. Функции левого и правого полушарий



Распределение активности между полушариями постоянно чередуется. Максимальная же эффективность работы мозга (творчество, интуитивные прозрения) достигается в моменты **одновременной активности обоих** полушарий.

Подводя итог выше сказанному, главными задачами для настройки и подготовки мозга к работе будут **восстановление связи и баланса активности между левым и правым полушарием мозга** (в большинстве случаев активизация правого полушария); а также восстановление связи и баланса активности между **передней и задней** частями мозга.

**Новизна программы** обусловлена тем, что использование нейropsychологического подхода в подготовке ребенка к школе в **ДОШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ** позволяет на ранних этапах нормализовать процессы психического онтогенеза и скомпенсировать дисгенетический синдром.

## 1.2. Цели и задачи реализации Программы

**Цель:** создание условий, способствующих развитию внимания и восприятия как психических процессов, сформированности функций произвольной регуляции и самоконтроля, улучшению работоспособности.

**Задачи возраста:** научиться организации своей деятельности и саморегуляции для освоения новых знаний и успешной адаптации.

### **Задачи программы:**

- *Обучающие:* научиться рационально организовывать свою деятельность.
- *Развивающие:* совершенствовать память, внимание, мышление, развивать восприятие, творческие способности, воображение, речь.
- *Психологические:* формировать адекватную самооценку, развивать потенциальные возможности, формировать навыки поведения в обществе. Развивать саморегуляцию.

**1.3. Отличительные особенности** заключаются в том, что данная программа позволяет через игровые упражнения нормализовать психические процессы и способствует формированию сбалансированной работы головного мозга.

Программа предназначена для дошкольников от 5, 5-ти до 7-ми лет, посещающих подготовительную группу МБДОУ № 360, применима как для детей групп компенсирующей направленности, так и для детей, посещающих группы общеразвивающей направленности.

**Срок реализации программы** - 1 год.

## 1.4. Формы и режим занятий

Занятия построены в игровой форме, исключен процесс утомления сменой деятельности. У детей сохраняется высокая активность, работоспособность на протяжении времени, отведенного на выполнение заданий. Образовательная деятельность построена по принципу «от простого к сложному» в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей детей.

### **Структура занятия.**

Каждое занятие состоит из 3-х частей:

1. Кинезиологические упражнения, направленные на коррекцию и развитие 1-го функционального блока мозга - блок регуляции тонуса и бодрствования; упражнения, повышающие энергию тела, упражнения для повышения позитивного мышления. Упражнения, нормализующие мышечный тонус (растягивающие упражнения).
2. Когнитивные игры, направленные на развитие 2-го функционального блока мозга- приема, переработки и хранения информации; работа с тренажером «Фитнес мозга».
3. Игры психокоррекционной направленности, направленные на развитие 3-го функционального блока мозга - блок программирования, регуляции и контроля сложных форм деятельности (уровень произвольной саморегуляции и самоорганизации).

### **Принципы работы:**

1. Принцип индивидуального подхода. Учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся и индивидуальных особенностей.
2. Принцип дифференцированного обучения позволяет разрешить противоречие между существующими различиями в интересах, склонностях, способностях участников группы.
3. Принцип личностно-ориентированного подхода в обучении. Ориентация образовательно-воспитательного процесса на личность ребенка, максимальное развитие его индивидуальности.
4. Принцип развивающего обучения. Развивающая творческая среда, в основу которой заложены различные развивающие игры, что обеспечивает развитие у учащихся способностей и познавательного потенциала.

### **Принципы проведения занятий:**

1. Системность подачи материала.
2. Наглядность обучения.
3. Цикличность построения занятий.
4. Доступность.
5. Проблемность.
6. Развивающий и воспитательный характер учебного материала.

### **Формы работы с детьми в рамках Программы**

Для эффективной работы формируются группы по количеству до 7 человек.

Занятия проводятся с октября по май месяц, 2 раза в неделю по 30 минут, за два занятия реализуются все три направления работы.

### **1.5. Планируемые результаты освоения программы**

В результате реализации программы планируется достижение следующих результатов:

**Личностные результаты:** развитие адаптационных возможностей ребенка, формирование коммуникативных навыков, способностей саморегуляции. Развитие памяти, внимания, мышления, речи.

**Метапредметные результаты:** умение устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы; развитие творческого подхода к решению задач.

### **1.6. Формы подведения итогов реализации Программы**

Этот вид работы включает в себя входную (в начале года) и итоговую (проводится в конце обучения по Программе – проверка освоения программы) диагностику познавательных процессов; эмоциональной, личностной и волевой сферы. Ее результаты могут быть использованы в индивидуальном подходе к ребенку на занятиях, в консультировании родителей и педагогов.

Бланк диагностики представлен в ПРИЛОЖЕНИИ

### **1.7. Материально-техническое обеспечение:**

Для реализации данной программы требуется кабинет для занятий, столы, стулья по количеству детей, индивидуальные рабочие тетради «Фитнес мозга», цветные карандаши, нейромоторные тренажеры и нейроскалки по количеству детей.

## II. УЧЕБНО- ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 2.1 Учебный план

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Название раздела, темы	Всего учебных недель	Количество учебных недель	Режим занятий, Время	Формы контроля
1 год	1.10	30.05	Нейроразвитие и нейрокоррекция психических процессов	33	66	2 занятия в неделю по 30 минут	Результаты входящей, и заключительной нейродиагностики. Динамическое наблюдение от занятия к занятию.

Образовательная нагрузка	
Учебная нагрузка в месяц количество /минут	240 минут
Учебная нагрузка в год количество /мин	1980 минут

### 2.2. Календарно- тематическое планирование

Месяц, неделя	Содержание занятия		Количество часов
	Психологические задачи:	Практика:	
Октябрь 1 неделя	1.Познакомить детей друг с другом. 2. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 3. Входящая диагностика познавательных процессов и навыков коммуникации.	1. Игра «Снежный ком» 2. Психодиагностика развития нейропсихологических процессов (свойства внимания, памяти, развитие речи, мышления) 3. Кто Я? Какой Я?	2
Октябрь 2 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности. 3. Формирование представлений о себе.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> Игра «Перекрестные шаги»  <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет, Занятие №1»  <b>Психокоррекционные игры:</b> «Конкурс на лучший комплимент»	2
Октябрь 3 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> Упражнение «Ленивая восьмерка» Упражнение «Энергетическая зевота»	2

	<p>2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности.</p> <p>3. Формирование уверенности в себе, своих возможностях, формирование позитивной самооценки.</p>	<p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 2</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> За что ты можешь себя поблагодарить?</p>	
Октябрь 4 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Развитие коммуникативных умений и навыков, умение работать в группе.</p> <p>3. Привлечь внимание детей к эмоциональному миру человека.</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> Упражнение «Кнопки Земли», «Ушки»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 3</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Как избежать ссоры»</p>	2
Ноябрь 1 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности.</p> <p>3. Формирование представлений о себе.</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> Дыхательные упражнения (1-ый вариант) Упражнение «Двойной рисунок»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 4</p> <p><b>Игры с нейротренажером</b> (с колпачками)</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Поездка в другой город»</p>	2
Ноябрь, 2 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Развитие коммуникативных умений и навыков, умение работать в группе.</p> <p>3. Привлечь внимание детей к эмоциональному миру человека.</p> <p>4. Актуализация понятия "позитивное отношение к миру и ситуации".</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> Дыхательные упражнения (1-ый вариант) Самомассаж головы</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 5</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Ищем позитив»</p>	2
Ноябрь, 3 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Привлечение внимания к эмоциональному миру человека.</p> <p>3. Формирование умения справляться со своими негативными эмоциями.</p> <p>4. Обсуждение: что плохого в негативном поведении?</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> Дыхательные упражнения (2-ый вариант) Самомассаж головы «Щечки»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 6</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Я плачу когда...»</p>	2



Ноябрь, 4 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Знакомство с эмоцией «гнев».</p> <p>3. Развитие умения распознавать это эмоциональное состояние и учитывать его в процессе общения с другими людьми.</p> <p>4. Формирование навыка умения справляться со своими негативными эмоциями.</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> <b>Дыхательные упражнения</b> (2-ый вариант) «Очки»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 7</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Позы»</p>	2
Декабрь, 1 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности.</p> <p>3. Формирование уверенности в себе, своих возможностях, формирование позитивной самооценки</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> Самомассаж ушей «Кнопки мозга»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 8</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Царственная походка»</p>	2
Декабрь, 2 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности.</p> <p>3. Формирование представлений о себе.</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> Самомассаж ушей «Кнопки мозга» «Лягушка»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 9</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> Кнопки на себе»</p>	2
Декабрь, 3 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Привлечение внимания к эмоциональному миру человека.</p> <p>3. Формирование умения справляться со своими негативными эмоциями.</p> <p>4. Обсуждение: что плохого в негативном поведении?</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> «Двойной рисунок» «Кольцо»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 10</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Мои ошибки»</p>	2
Декабрь, 4 неделя	<p>1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов.</p> <p>2. Развитие пространственных представлений.</p> <p>3. Развитие умения распознавать это эмоциональное состояние и учитывать его в процессе общения</p>	<p><b>Кинезиологические упражнения:</b> «Позитивные точки» «Кошка»</p> <p><b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 11</p> <p><b>Психокоррекционные игры:</b> «Позлись»»</p>	2

	с другими людьми. 4.Формирование навыка умения справляться со своими негативными эмоциями.		
Январь, 2 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2.Развитие пространственных представлений. 3.Развитие умения распознавать это эмоциональное состояние и учитывать его в процессе общения с другими людьми. 4.Формирование навыка умения справляться со своими негативными эмоциями.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Позитивные точки» «Путаница»  <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 12  <b>Психокоррекционные игры:</b> «дорогие мне люди»»	2
Январь, 3 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности. 3. Формирование представлений о себе.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Шляпа мышления» «Молоток – пила» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 13  <b>Психокоррекционные игры:</b> «что думают обо мне окружающие?»	2
Январь, 4 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2.Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности. 3. Формирование уверенности в себе, своих возможностях, формирование позитивной самооценки.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Шляпа мышления» «Нос – ухо»  <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 14  <b>Психокоррекционные игры:</b> «дорогие мне люди»»	2
Февраль, 1 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2.Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности. 3. Формирование уверенности в себе, своих возможностях, формирование позитивной самооценки.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Крюки Дениссона» «Кулак - ребро –ладонь»  <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 15  <b>Психокоррекционные игры:</b> «посмотри на себя со стороны»»	2

Февраль, 2 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности. 3. Формирование представлений о себе.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Крюки Дениссона» «Виват-окей» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 16 <b>Психокоррекционные игры:</b> «мой самый радостный день»»	2
Март, 1 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Сформировать положительное отношение к познавательной деятельности. 3. Формирование представлений о себе.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Сова» «Лезгинка» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 17 <b>Психокоррекционные игры:</b> «качества людей»»	2
Март, 2 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие речи. 3. Развивать невербальное и вербальное общение. 4. Развивать навыки самоконтроля.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Сова» «Живот-макушка» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 18 <b>Психокоррекционные игры:</b> «если бы я был тобой»	2
Март, 3 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие речи. 3. Формирование самостоятельности, уверенности в себе.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Заземлитель» «Описываем круги» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 19 <b>Психокоррекционные игры:</b> «какая твоя обида»	2
Март, 4 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие пространственных представлений. 3. Развитие коммуникативной и эмоциональной сферы детей.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Заземлитель» «Замок» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 20 <b>Психокоррекционные игры:</b> «Кто мне очень нравится и за что?»»	2

Апрель, 1 неделя	Психологические задачи: 1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. развитие пространственных представлений. 3. Формирование представлений о себе	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Описываем круги» «Собачка – пистолет» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 21  <b>Психокоррекционные игры:</b> «Лесенка»	2
Апрель, 2 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие речи. 3. Создавать нравственные основы личности ребенка.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Описываем круги» «Алфавит» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 22  <b>Психокоррекционные игры:</b> «место за столом»	2
Апрель, 3 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие речи. 3. Формирование самостоятельности, уверенности в себе.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> «Замок» «Лесенка» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 23 <b>Психокоррекционные игры:</b> «похвали себя»	2
Апрель, 4 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие внимания. 3. Развитие коммуникативной и эмоциональной сферы детей.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> Упражнения на нейроскалке «Разноцветный текст» <b>Когнитивные игры:</b> Тетрадь «Фитнес мозга 5-7 лет», Занятие № 24 <b>Психокоррекционные игры:</b> «приоритеты»	2
Май, 1 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие внимания. 3. Формирование представлений о семейном укладе, уважительных взаимоотношениях в семье.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> Упражнения на нейроскалке «Слон» <b>Когнитивные игры:</b> Работа с нейротренажерами <b>Психокоррекционные игры:</b> «мое настроение»	2
Май, 2 неделя	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие познавательных психических процессов. 2. Развитие речи. 3. Создавать нравственные основы личности ребенка.	<b>Кинезиологические упражнения:</b> Упражнения на нейроскалке <b>Когнитивные игры:</b> Таблицы Шульте, корректурные пробы, рисование двумя руками <b>Психокоррекционные игры:</b> «Отрицательные черты»	2
Май, 3	1. Создание благоприятной атмосферы на занятии. Развитие	<b>Кинезиологические упражнения:</b> Упражнения на нейроскалке	2

неделя	познавательных психических процессов. 2. Развитие речи. 3. Формирование самостоятельности, уверенности в себе.	<b>Когнитивные игры:</b> Таблицы Шульте, корректурные пробы, рисование двумя руками <b>Психокоррекционные игры:</b> «три желания»	
Май, 4 неделя	<b>ДИАГНОСТИКА</b>	«слушаем тишину» «как избежать ссоры» «улучшим настроение» «разные приветствия»	2

### III СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 1. Раздел: Кинезиологические упражнения

**Нейропсихологические задачи:** нормализация работы всех блоков головного мозга, формирование целостного восприятия информации.

**Практика:**

##### **I. Упражнения, развивающие межполушарное взаимодействие.**

Упражнения способствуют одновременной работе двух глаз, рук, ног, ушей, интеграции двух полушарий мозга и включают механизм «единства мысли и движения». В результате человек может двигаться и думать одновременно, обрабатывать информацию как от целого к частному, так и от частного к целому, легко пересекать срединную линию тела, что является необходимым требованием для свободного чтения, письма и множества других навыков.

##### **II. Упражнения, повышающие энергию тела**

Обеспечивают необходимую скорость протекания нервных процессов между клетками головного мозга. Улучшают эмоции и саморегуляцию.

##### **III. Упражнения, нормализующие мышечный тонус (растягивающие упражнения).**

Они направлены на расслабление сухожилий и снятие мышечного напряжения. Способствуют снятию стресса, улучшению внимания и концентрации.

**IV. Упражнения для повышения позитивного мышления.** Они стабилизируют нервные процессы, в результате чего ребенок учится сохранять спокойствие в стрессовой ситуации. Описание игр и упражнений представлены в ПРИЛОЖЕНИИ

## **2. Раздел: Когнитивные игры**

**Психологические задачи:** развитие умения анализировать информацию, быстро думать в условиях ограничения времени.

**Практика:** Тренажер для развития интеллекта «Фитнес мозга» разработан на основе ведущих разработок японского нейрочеловека Р.Кавашимы, а также Э.Хойля, Г.Лорейна. Рабочая тетрадь для дошкольников от 5-7 лет с продуманной системой упражнений. Все задания даны в порядке усложнения. (Тетрадь представлена в ПРИЛОЖЕНИИ)

Каждое занятие включает развивающие упражнения:

- ✓ нахождение отличий/сходства (мыслительные операции, когнитивные навыки);
- ✓ лабиринты (сконцентрированность, зрительная память);
- ✓ таблицы Шульте (переключаемость, периферийное зрение);
- ✓ рисование двумя руками (межполушарное взаимодействие);
- ✓ корректурные пробы, логические таблицы, состав чисел, моторика

## **3. Раздел: Психокоррекционные игры**

**Психологические задачи:** Привлечение внимания к эмоциональному миру человека.

Формирование представлений о себе, социальных отношениях, развитие уверенности в себе.

**Практика:**

1. Кто Я? Какой Я?
2. Буду добрым и хорошим;
3. Я взрослею и т.д.

#### **IV СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе.- М.: Вако, 2004.
2. Семаго Н.Я. Методика формирования пространственных представлений у детей дошкольного и младшего школьного возраста.- М.: Айрис, 2007.-112с.
3. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста. -М.: Генезис, 2008.-319с.
4. Семенович А.В.Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. -М.: Генезис,2010.-474с.
5. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников.-М.: Сфера,2002.-80с.
6. Ульева Е.А. 100 увлекательных игр для уверенности в себе. – М. : Мозаика-синтез, 2016-112 с.
7. Ульева Е.А. 100 увлекательных игр для отличной учебы. – М. : Мозаика-синтез, 2016-112 с.
8. Хомская Е.Д. Нейропсихология .-СПб.: Питер,2007.-496с.
9. Цвынтарный В.В.Играем пальчиками — развиваем речь. — М.: Центрполиграф,2002.-32 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 250909761868982735986085883867123389650980454271

Владелец Авраменко Виктория Станиславовна

Действителен с 03.08.2022 по 03.08.2023