

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 545 «Рябинка»
620135, город Екатеринбург, улица Фрезеровщиков, 30 А тел. (343) 306-12-29
e-mail: mdou545@eduekb.ru
(МБДОУ детский сад № 545 «Рябинка»)

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол №1
От 31 августа 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
заведующий
МБДОУ детский сад № 545 «Рябинка»
В. Макушина /
Приказ №57 от 31 августа 2024 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ДЕТСКИЙ НЕЙРОФИТНЕС»
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С 3 ДО 7 ЛЕТ

Екатеринбург
2024

СОДЕРЖАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

№ п\п	Наименование раздела	Стр.
1	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	3
2	Глава 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ 1.1. Пояснительная записка. 1.2. Цель и задачи Программы. 1.3. Характеристика возрастных особенностей развития детей. 1.4. Принципы и подходы к формированию Программы. 1.5. Планируемые результаты освоения дополнительной Программы.	5 5 5 8 8
3	Глава 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ 2.1. Содержание образовательной Программы; приоритетные направления деятельности. 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы. 2.3. Способы поддержки детской инициативы. 2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.	9 15 16 16
4	Глава 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ 3.1. Кадровое обеспечение. 3.2. Материально-техническое обеспечение методическими материалами и средствами обучения. 3.3. Распорядок дня. 3.4. Учебный план.	17 17 18 18

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Детский нейрофитнес»
Вид программы	Дополнительная образовательная программа
Подвид программы	Дополнительное образование детей
Направленность Программы	Физкультурно-оздоровительная
Нормативно-правовая база	<p>Федеральный уровень:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» № 273 от 29 декабря 2012 года (ред от 08.08.2024 г.) 2. Приказ Минобрнауки от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (ред.17.02.2023г.) 3. СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». 4. Приказ Министерства просвещения РФ «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» от 25.11.2022 г. 5. Постановление Правительства Российской Федерации от 15 августа 2013 г. N 706 "Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг" <p>Региональный уровень:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области». <p>Уровень ДОУ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Устав МБДОУ детский сад № 545 «Рябинка» 2. Локальные акты, регламентирующие деятельность учреждения.
Цель	Развитие познавательных процессов, двигательной и эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста.
Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Провести фронтальную входную диагностику развития познавательных процессов, двигательной и эмоциональной сферы. 2. Развивать познавательные психические процессы и эмоциональную сферу дошкольников посредством специальных занятий. 3. На основе проведения промежуточной диагностики внести коррективы в программу. 4. Создать условия для включенности педагогов и родителей в процесс развития и коррекции (рекомендации, задания) 5. Отследить динамику процесса развития и коррекции познавательной, двигательной и эмоциональной сферы детей.
Целевые группы	Дети 3 -7 лет
Исполнители	Администрация МБДОУ детский сад № 545 «Рябинка»

основных мероприятий Программы	Педагог дополнительного образования Суворова Татьяна Анатольевна
Ожидаемые результаты	Положительная динамика сферы движений. Положительная динамика развития познавательных психических процессов. Положительная динамика развития эмоционально-волевых психических процессов.
Сроки реализации	9 месяцев
Система организации контроля исполнения Программы	Общий контроль реализации Программы осуществляет заведующий МБДОУ детский сад № 545 «Рябинка»

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

1.1. Пояснительная записка.

Период дошкольного детства является наиболее благоприятным для формирования необходимых психических процессов, развития двигательной и эмоциональной сферы. Именно в это время закладываются основы будущей учебной деятельности ребёнка. Эффективным является нейрофитнес, основанный на интегративном подходе к развитию нейронных связей мозга человека.

Методы нейрофитнеса основаны на исследованиях А. Р. Лурия, Л. С. Цветковой, Ж.М. Глозман, Т.В. Ахутиной и др.

В основе применения нейрофитнеса лежит теория о нейропластичности мозга.

1.2. Цель и задачи.

Цель: развитие познавательных процессов, двигательной и эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста.

Задачи:

1. Провести фронтальную входную диагностику развития познавательных процессов, двигательной и эмоциональной сферы.
2. На основе результатов диагностики составить план коррекционно-развивающих занятий.
3. На основе проведения промежуточной диагностики внести коррективы в программу.
4. Создать условия для включенности педагогов и родителей в процесс развития и коррекции (рекомендации, домашние задания).
5. Отследить динамику процесса развития и коррекции познавательной, двигательной и эмоциональной сферы детей.

1.3. Характеристика возрастных особенностей развития детей

Возраст 3–4 года. На данный возрастной промежуток разница в навыках у детей даже с небольшой хронологической разницей (3–6 месяцев) может быть очень существенной, так как это время интенсивного развития.

В норме в возрасте 3 лет фразовая речь, фраза преимущественно простая. Могут быть трудности с произнесением отдельных звуков. Доступен диалог. В запасе знаний имя, фамилия, возраст (могут назвать или показать на пальцах), имена родителей; понимание родственных отношений первого порядка (маме сын); доступно соотнесение цветов и, как правило, знание основных из них; сформированы представление об основных геометрических фигурах (круг, квадрат, треугольник), порядковый счет до пяти с внешней опорой. Доступно называние реальных изображений и опознание их по слову-наименованию.

В моторной сфере сформировано умение прыгать на двух ногах, доступны основные виды ползания. Возможно выполнение простых артикуляционных (язык высунуть, поднять, опустить, пощелкать, пощипать, надуть щеки) и пальчиковых проб (показать большой палец, указательный, сложить пальчики в колечки с большим). Доступно копирование круга и квадрата, прямых и изогнутых линий, закрашивание в пределах контура. Ребенок может собрать пирамидку из четырех колец, сложить разрезную картинку из двух частей.

Трехлетний ребенок уже способен к усвоению и выполнению простых правил, к

действиям в соответствии с инструкцией под контролем взрослого. Активно идет формирование кинестетических и тактильных функций, отмечаются становление и развитие мелкой моторики кисти, развиваются внимание, память, речь, происходит формирование предметного зрительного гнозиса. На поведенческом уровне дети в возрасте 3–3,5 года могут демонстрировать недостаточную сепарированность от мамы (сопротивляются попыткам оставить их одних на занятии, могут периодически выходить из тренингового зала и проверять присутствие родителей).

Часто проявляют оппозиционное поведение, негативизм, упрямство в соответствии с описанным в возрастной психологии кризисом трех лет (могут сознательно нарушать запреты и наблюдать за реакцией ведущих, настаивать на своем не потому, что это реально важно, а потому, что важен сам процесс отстаивания своих интересов).

Возраст 4–5 лет. В этом возрасте ребенок уже сам способен инициировать диалог, рассказать о себе, событиях дня; доступно понимание простых логико-грамматических конструкций. В запасе знаний основные сведения о себе: имя, фамилия, возраст, адрес частично (может назвать город или улицу). Знает имена родителей, устанавливает родственные отношения первого — второго порядка (папе — дочь, бабушке — внучка). Доступно соотнесение и называние основных цветов и оттенков, геометрических фигур: круг, квадрат, треугольник. Сформирован порядковый счет до 10. Может назвать текущее время года. Доступны опознание реальных, перечеркнутых и наложенных изображений, называние изображений и показ по слову-наименованию.

В моторной сфере сформировано умение прыгать на одной ноге, маршировать на месте, доступны основные виды ползания. Возможно выполнение простых и средней сложности артикуляционных (надуть щеки по отдельности, вытянуть язык «иголочкой», сложить в «чашечку») и пальчиковых проб (сделать «козу» — сложить пальчики в кулак, вытянув мизинец и указательный палец). Доступна проба на реципрокную координацию при сопряженном ее выполнении и простой вариант пробы на динамический праксис (две серии по два движения). Доступно копирование круга, квадрата и треугольника, прямых, изогнутых и прерывистых линий, закрашивание в пределах контура, рисование простых фигур по словесной инструкции, узнавание (соединение линиями) пространственно-ориентированных простых фигур (модифицированный тест Бентона).

Ребенок может собрать пирамидку из 5–7 колец, сложить разрезные картинки из 2–4 частей по образцу. Возможна оценка простых ритмических структур, предъявляемых в медленном темпе. Произвольное поведение, выполнение правил, соблюдение инструкций все еще требуют внешнего контроля, но уже в меньшей степени, чем у трехлетних детей. В возрасте 4–5 лет ребенок может самостоятельно назвать основные правила, оценить, как их выполняют другие (но не сам). Обычно дети этого возраста с определенного момента, начинают «помогать» ведущим следить за правилами, сообщать об их нарушении другими детьми.

Возраст 5-6 лет. В этом возрасте у ребёнка созревают функции предметного зрительного гнозиса, мелкая моторика кисти рук. Активно развиваются произвольное внимание, память, речь. Дети уже гораздо более самостоятельны. Они спокойно расстаются с родителями на время занятия. У них начинает проявляться стремление к соревновательности. Из программных элементов наибольший энтузиазм вызывают совместные двигательные игры. Игровое взаимодействие сопровождается речью. Дети начинают осваивать социальные отношения и понимать подчиненность позиций в различных видах деятельности взрослых.

Развивается изобразительная деятельность детей. В течении года дети могут создать

до двух тысяч рисунков. Рисунки приобретают сюжетный характер; достаточно часто встречаются многократно повторяющиеся сюжеты. Изображение человека становится более детализированным и пропорциональным.

Продолжает совершенствоваться восприятие цвета, формы и величины, строения предметов; систематизируются представления детей. Они называют не только основные цвета и их оттенки, но и промежуточные цветовые оттенки; форму прямоугольников, овалов, треугольников. Воспринимают величину объектов, легко выстраивают в ряд – по возрастанию или убыванию – до 10 различных предметов.

Однако дети могут испытывать трудности при анализе пространственного положения объектов, если сталкиваются с несоответствием формы и их пространственного расположения. Это свидетельствует о том, что в различных ситуациях восприятие представляет для дошкольника известные сложности, особенно если они должны одновременно учитывать несколько различных и при этом противоположных признаков. В старшем дошкольном возрасте продолжает развиваться образное мышление. Дети способны не только решить задачу, но и совершить преобразование объекта, указать, в какой последовательности объекты вступят во взаимодействие и т.п. Однако подобные решения окажутся правильными только в том случае, если дети будут применять адекватные мыслительные средства. Среди них можно выделить схематизированные представления, которые возникают в процессе наглядного моделирования; комплексные представления, отражающие представления детей о системе признаков, которыми могут обладать объекты, а также представления, отражающие стадии преобразования различных объектов и явлений: представления о смене времён года, дня и ночи, об увеличении и уменьшении объектов и т.д.

Как показали исследования отечественных психологов, дети старшего дошкольного возраста способны рассуждать и давать адекватные причинные объяснения, если анализируемые отношения не выходят за пределы их наглядного опыта.

Продолжает совершенствоваться речь, в том числе её звуковая сторона. Дети могут правильно воспроизводить шипящие, свистящие и сонорные звуки.

Продолжают развиваться устойчивость, распределение, переключаемость внимания. Наблюдается переход от непроизвольного к произвольному вниманию.

Возраст 6–7 лет. Ребенок способен как рассказать о себе, так и сам задать интересующие его вопросы. Доступно понимание логико-грамматических конструкций. Речь представлена развернутой фразой, чистая, без явных нарушений звукопроизношения (допустимо, если не произносит звук «р»). В запасе знаний о себе имя, фамилия, отчество, возраст, дата рождения, адрес, имена и отчества родителей, места их работы, понимание родственных отношений разного порядка (маме — сын, бабушке — внук, тете — племянник). Называет основные цвета и оттенки, геометрические фигуры, в том числе ромб, овал, прямоугольник, крест. Перечисляет времена года, определяет их по признакам, показывает на картинках (к 7 годам устанавливает последовательность времен года и знает дни недели).

Составляет рассказ по серии из 3–4 картинок. Считает до 10 и обратно, соотносит счет с количеством. Узнает перечеркнутые, наложенные, недорисованные и химерные изображения, называет и показывает по слову-наименованию реальные изображения, в том числе низкочастотные. Оценивает и воспроизводит по инструкции простые ритмические структуры.

В моторной сфере доступны проба на реципрокную координацию и проба на динамический праксис (две серии по три движения и графическая проба), все пробы на оральный праксис и праксис позы пальцев. Доступно самостоятельное рисование круга,

квадрата, треугольника и ромба, копирование сложных составных фигур, узнавание 88 (соединение линиями) пространственно-ориентированных простых фигур (модифицированный тест Бентона). Ребенок может собрать пирамидку из десяти колец, сложить разрезные картинки из 2–4 частей самостоятельно, из большего количества — с опорой на образец. Ребенок может оценить и воспроизвести по инструкции простые ритмические структуры. Доступна идентификация эмоционального состояния (набор картинок с аналогичной эмоцией).

Ребенок 6–7 лет может сам назвать знакомые правила поведения и оценить по ним не только других, но и уже частично себя, то есть возникает такое качество, как критичность. Под контролем взрослых появляется возможность составления простых планов (например, план выполнения задания, план покупок в магазине...) и их поэтапной реализации.

Можно отметить активное развитие фонематического слуха, пространственных и соматогностических представлений, реципрокной координации, формирование избирательности памяти, возможности полноценного удержания порядка элементов и т. д., которые окончательно созреют к 7 годам.

На поведенческом уровне в этом возрасте важно учитывать такой момент, как выраженность стремления к соперничеству. Дети становятся очень критичными к себе и другим, сложно переживают проигрыш, стремятся во всем оказаться первыми, часто даже вопреки инструкции к заданию. В случае неудачи наблюдаются бурные эмоциональные реакции с криками, плачем, иногда разрушительными действиями.

1.4. Принципы и подходы к реализации Программы

Принцип научности. Данный принцип предполагает при реализации Программы опору на научные основы.

Принцип индивидуализации - развитие ребенка, опираясь на индивидуальные способности и особенности.

Принцип психологической комфортности - создание спокойной доброжелательной Обстановки.

Принцип систематичности и последовательности.

Принцип создания ситуации успеха. Каждый ребенок успешен независимо от его уровня развития. У каждого своя индивидуальная траектория развития.

1.6. Планируемые результаты освоения дополнительной Программы.

1. Положительная динамика сферы движений.
2. Положительная динамика развития познавательных психических процессов.
3. Положительная динамика развития эмоционально-волевых психических процессов.

Результаты будут выражены в следующем:

- у детей повысится познавательная активность;
- дети научатся регулировать своё дыхание, делая его под счёт, с задержкой, с подъёмом рук и ног то на вдохе, то на выдохе;
- профилактика различных нарушений в работе различных органов снятие напряжения, предупреждение утомления, улучшение кровообращения;
- дети овладеют некоторыми специальными упражнениями на растягивание, основанных на естественном движении;

- улучшится координация движений;
- дети смогут ориентироваться в схеме собственного тела, в окружающем пространстве и на плоскости;
- речь, память, внимание, творческое и логическое мышление детей будут более развиты;
- дети научатся слушать взрослых и чётко отвечать на поставленные вопросы;
- понизится тревожность детей;
- повысится стрессоустойчивость организма детей.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Содержание образовательной Программы

Нейрофитнес — это комплекс занятий, направленный на активизацию естественных механизмов работы мозга через упражнения, интеллектуальные задания. В ходе занятий ребенок развивает сенсорную и пространственную ориентировку, у него формируется произвольное внимание, функция самоконтроля, развивается зрительно-моторная координация, согласованность, точность, плавность движений обеих рук и другие функции.

Блоки упражнений, используемых в работе и общие рекомендации по их выполнению.

Дыхательные упражнения направлены на восстановление нормального дыхания в покое, а также в комплексе с различными движениями, что способствует усиленному снабжению кислородом всех органов и тканей организма, оптимизации тонуса мышц, снижению возбудимости, улучшению общего состояния ребёнка.

Дыхание представляет собой процесс, который постоянно необходим человеку, во время дыхания происходит обильное насыщение мозга кислородом. Часто ребёнок, выполняя трудное задание перестаёт дышать на какое-то время, обделяя свой организм (и мозг) кислородом. Функция дыхания связана с функциями мозга и может вызвать их сбой, если происходит сбой в дыхании.

Дыхание оказывает релаксирующее воздействие. Дыхательные упражнения успокаивают и способствуют концентрации внимания. Одной из важнейших целей организации правильного дыхания у детей является формирование у них базовых составляющих произвольной саморегуляции, так как ритм дыхания — единственный из всех телесных ритмов, подчиняющийся сознательной и активной регуляции со стороны человека. Научив детей контролировать дыхание, осознанно его регулировать, можно

тем самым включить функции произвольной саморегуляции. Тренировка делает глубокое медленное дыхание простым и естественным, регулируемым произвольно.

Перевод дыхания из непроизвольной в произвольную функцию решается посредством её включения как одного из элементов в ряд двигательных упражнений. Здесь же происходит восстановление функций дыхания, как ритмологической составляющей движения.

Ребёнок учится регулировать своё дыхание, делая его на разный счёт, с задержкой, подъёмом одноимённых и разноимённых рук и ног - то на вдохе, то на выдохе.

Глазодвигательные упражнения.

Ребёнок к 3 годам уже должен уметь оценивать пространство и отслеживать его без поворота головы. Очень часто у детей сужены поля зрительного восприятия. Если объём зрительного восприятия сужен, ребёнок видит только то, что находится перед ним. Остальное он замечает только с помощью поворота головы и всего тела. Такой ребёнок может быть достаточно травматичен, очень быстро устаёт.

Имеющаяся у ребёнка фрагментарность будет не только в зрительной сфере, но, как правило, она проявится и в других сферах, например, в речевой. И точно так же, как ребёнок видит фрагментарно, он будет и слышать фрагментарно.

Элементарные движения слежения глазами за предметом, которые формируются к 3-му месяцу жизни, должны автоматизироваться. Очень часто сведения глаз к переносице (конвергенция), слежение за предметом в горизонтальной или вертикальной плоскости становятся для ребёнка трудновыполнимыми упражнениями. Глазодвигательные упражнения помогают расширить объём зрительного восприятия и косвенно влияют на другие психические функции (речь, внимание, память).

Есть противопоказания! Нельзя выполнять детям с нарушениями зрения!

Растяжки.

Растяжки - система специальных упражнений на растягивание, основанных на естественном движении. При их выполнении в мышцах должно быть ощущение мягкого растяжения. Выполнение растяжек способствуют преодолению разного рода мышечных дистоний (гипо- или гипертонусов), зажимов и патологических ригидных телесных установок; оптимизации и стабилизации мышечного тонуса и повышению уровня психической активности. Растяжки выполняются медленно, не рывками, в щадящем режиме.

Оптимизация и стабилизация тонуса являются одними из самых важных задач коррекции и сопровождения развития ребёнка. Любое отклонение от оптимального тонуса может являться как причиной, так и

следствием возникших изменений в соматическом, эмоциональном, познавательном статусе ребёнка и негативно сказываться на его общем развитии.

При диагональном растягивании, перекрещивании конечностей выравнивается тонус обеих половин туловища, происходит выработка правильного двигательного стереотипа, способствующего овладению навыками ползания, ходьбы с перекрёстными движениями конечностей. Некоторые движения оказывают воздействие на вегетативные нервные структуры. Специально подобранные упражнения способствуют регуляции вегетативных нарушений, созданию фундамента активной мышечной деятельности.

Осознание своего тела.

Осознание ребёнком своего тела происходит через освоение пространства собственного тела и пространства вокруг тела. Работа с пространством на уровне тела начинается с проработки верхней, нижней, задней, передней, правой, левой частей тела. Многие упражнения выполняются в трёх пространственных направлениях. Освоив горизонтальное положение тела (упражнения лёжа), ребёнок постепенно переходит к освоению вертикального положения тела (выполнение упражнений сначала сидя, затем стоя).

Осознание собственного желания (сильнее потянуть) помогает в становлении саморегуляции. Развитие способностей к расслаблению, релаксации также решает задачу умения контролировать свой тонус.

Упражнения двигательного репертуара.

В процессе выполнения упражнений двигательного репертуара происходит постепенное освоение пространства собственного тела и пространства вокруг собственного тела. Отработка в процессе ползания таких понятий, как «верх-низ», «впереди-позади», «право-лево», является хорошей профилактикой нарушений письма, чтения и счёта у старших дошкольников.

Выполнение последовательно выстроенных движений предполагает постоянную тренировку на удержание программы, что обеспечивает формирование функций произвольного самоконтроля.

Упражнения на развитие пространственных представлений.

Одним из важнейших показателей развития ребёнка и готовности его к школьному обучению является уровень сформированности пространственных представлений, определяющий успешность освоения базовых навыков письма, чтения и математики в начальной школе.

Недостаток развития пространственных представлений может вызвать такие проблемы, как нарушение пересказа текста и проблемы с чтением; нарушение счёта и трудности с вычислительными операциями; нарушения

письма и др. Нарушения могут более ярко проявляться в одной из сфер и слабо – в другой.

Трудности в освоении письма могут проявиться в пропуске, перестановке букв, слогов, вставке и пропуске гласных букв, в слитном написании слов с предлогами, в замене букв по пространственному сходству, зеркальном написании букв и цифр.

Трудности в освоении чтения могут проявляться в «угадывающем» чтении, в сложности удержания строчки в поле зрения (ребёнок теряет строчку, перескакивает на другую), понимания предлогов, сложных лексико-грамматических конструкций, встречающихся в тексте, и, как следствие, ребёнок с трудом будет понимать смысл прочитанного, не может пересказывать текст.

Трудности в освоении математики начинаются с проблем в усвоении разрядности числа, затем при решении примеров, где необходим переход через десяток. Позже могут возникнуть проблемы при решении задач, при вычитании в столбик.

Ребёнку с недостаточно сформированными пространственными представлениями сложно будет усваивать такие понятия, как «вверху», «внизу», «слева», «справа», «позади», «впереди», «сбоку», «между». В дошкольном возрасте чаще всего проблемы проявляются в восприятии и запоминании частей своего тела; трудности в определении левой и правой руки; в речи отсутствуют предлоги (например, «едет машину» вместо «едет в машине»); трудности в рисовании, лепке, конструировании.

Развитие пространственной ориентации в окружающем мире и представлений о пространстве у ребёнка начинается с познания схемы собственного тела и ориентировке в пространстве своего тела. С различения верхней и нижней, задней и передней частей собственного тела, левой и правой его сторон.

Первоначально дети различают направления, соотнося их с определёнными частями собственного тела: вверху-внизу (вверху – голова, внизу – ноги); спереди – сзади (спереди –лицо, сзади – спина); право – лево (право- правая рука, лево – левая рука).

Далее у ребёнка формируются представления о расположении объектов в пространстве по отношению к его собственному телу («стол слева от меня, шкаф позади меня, диван справа от меня» и др.)

Затем формируются представления о взаимоотношении между внешними объектами: «карандаш лежит под книжкой», «чашка стоит на столе». Понимание пространственных взаимоотношений любых объектов, окружающих ребёнка (предметы, люди), становится возможным, если усвоена ориентировка в пространстве собственного тела.

Далее формируется словесное обозначение пространственных взаимоотношений в речи ребёнка. Сюда относятся логико-грамматические

конструкции, смысл которых определяется окончаниями слов, способами их расстановки, предлогами (ручка короче карандаша, но длиннее ластика).

Таким образом, для успешного усвоения разных дисциплин ребёнок должен уметь ориентироваться в окружающем пространстве: от себя, от другого человека, от других предметов; ориентироваться на плоскости: лист, страница, бумага в клетку, в линейку; пользоваться пространственным словарём: предлогами, наречиями и другими частями речи, обобщённо отражающими знания о предметно-пространственном окружении.

Рисование двумя руками.

Рисование одновременно двумя руками позволяет улучшить у ребенка память, внимание, пространственные представления, мелкую моторику, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю. Во время выполнения этих упражнений эффективно развивается межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта. Кроме того, происходит тренировка периферического поля зрения, необходимого для быстрого чтения. При правильном выполнении этих упражнений расслабляются мышцы глаз, что способствует укреплению зрения ребенка.

Левое полушарие отвечает за абстрактно-логическое мышление, а правое – пространственно-образное мышление. Когда мы фантазируем, танцуем, рисуем и молчим - активно работает правое полушарие, а когда мы говорим, считаем, анализируем, то более активно работает левое полушарие.

Таким образом, происходит распределение активности между двумя полушариями головного мозга. Правое и левое полушарие мозга тесно связаны между собой нервными волокнами и чем их больше, тем эффективнее работает наш мозг.

Упражнения, выполняемые и левой, и правой рукой, способствуют укреплению нейронных связей и созданию новых, что способствует согласованной и эффективной работе нашего мозга.

Рисование одновременно двумя руками способствует развитию интеллекта и речи. Рисуя двумя руками одновременно, у ребенка включается механизм «единства мысли и движения», благодаря чему образуется большое количество нервных волокон, что способствует развитию сенсомоторной, пространственной и зрительно-моторной координации, повышается произвольность внимания и развивается усидчивость.

Врожденных связей между зрительным анализом и движением рук не бывает, они формируются постепенно, если ребенок регулярно выполняет упражнения в виде двигательного-графического копирования, его мозг учится оперативно переводит визуальную информацию в ее двигательный-графический аналог. Принцип работы заключается в том, чтобы обрисовывать по очертаниям рисунка двумя руками одновременно. Если сразу не получается, то сначала одной рукой, потом второй, а и потом двумя.

В основе данных упражнений лежит три основных принципа укрепления межполушарных связей:

- разнообразие. Мозг начинает активно развиваться тогда, когда мы сосредотачиваемся на выполнении непривычных движений. Это касается и мелкой моторики, и артикуляции новых звуков, движений рук и ног;
- одновременность действий. В процессе должны участвовать оба полушария, ведь левое, как известно, контролирует правую половину тела, а правое – левую, левое отвечает за речь, а правое – за координацию движений. Пример: игра в съедобное – несъедобное, когда играющие должны отбить или поймать мяч, сопровождая движения словами;
- работа обеими руками. Любые упражнения, выполняемые и левой, и правой рукой, способствуют укреплению нейронных связей и созданию новых. Это может быть и рисование, игра на музыкальном инструменте, возведение башенок из конструктора.

Структура занятия

Занятия всегда проводятся по одному и тому же сценарию. Занятия включают:

1. Приветствие. Ритуал приветствия активизирует на работу, служит сплочению группы.
2. Дыхательные упражнения - улучшают ритмирование организма, самочувствия.
3. Разминку. Разминка направлена на оптимизацию тонуса мышц, снятие напряжения. Тренируется вестибулярный аппарат, улучшается синхронность движения, повышается активность, укрепляются мышцы тела, улучшается настроение.
4. Артикуляционная гимнастика необходима для укрепления и развития речевого аппарата, улучшения произношения.
5. Массаж/самомассаж - стимулирующие упражнения, повышающие энергетический потенциал, также помогают размять мышцы и подготовить их к выполнению более сложных упражнений.
6. Упражнения двигательного репертуара. Это упражнения, которые выполняются с определенной целью и носят коррекционно-развивающий характер. Например, упражнения на совершенствование умения ориентироваться в пространстве.
7. Расслабление - успокоение возбужденных мышц; развитие умения сознательно расслаблять мышцы; развитие способности быстро восстанавливать силы после физических нагрузок.
8. Заключительный этап. Рефлексия. Прощание.

2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации Программы.

Методы и приемы обучения.

Методы	Приёмы
Наглядный	Наглядный показ упражнений.
Репродуктивный	Выполнение детьми по образцу.
Практический	Использование детьми на практике полученных знаний и увиденных упражнений.
Словесный	Краткое описание и объяснение действий. Беседа, рассказ, инструктаж.
Игровой	Использование сюжета игр для организации детской деятельности, персонажей для обыгрывания сюжета.
Частично-поисковый	Решение проблемных задач с помощью педагога. Выполнение вариативных заданий.
Метод стимулирования и мотивации деятельности	Игровые эмоциональные ситуации, похвала, поощрение.

2.3. Способы поддержки детской инициативы.

Принципы взаимодействия с детьми:

- сам ребенок – молодец, у него все получается, возникающие трудности преодолимы;
- постоянное поощрение всех усилий ребенка, его стремление узнать что-то новое и научиться новому;
- исключение отрицательной оценки ребенка и результатов его действий;
- сравнение всех результатов ребенка только с его собственными, а не с результатами других детей;
- каждый ребенок должен продвигаться вперед своими темпами и с постоянным успехом.

2.4. Взаимодействие с семьями воспитанников.

В процессе взаимодействия с родителями ставятся следующие задачи:

- создать атмосферу взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимоподдержки;
- повысить психолого-педагогическую компетентность родителей;
- поддерживать их уверенность в собственных педагогических возможностях и укрепление веры в возможности собственных детей.

Взаимоотношения с родителями строятся с учетом индивидуального подхода, доброжелательного стиля общения.

Методы работы с родителями:

- **наглядно-информационные** нацелены на знакомство родителей с условиями, задачами, содержанием и методами обучения детей по программе;
- **досуговые** – совместные занятия детей и родителей. Смысл в приобщении родителей к тому, чем с радостью занимаются их дети.

Примерный план взаимодействия с родителями детей.

Сентябрь	Беседа на родительских собраниях о пользе нейрофитнеса.
октябрь	Индивидуальные консультации
ноябрь	Индивидуальные консультации
декабрь	Совместные занятия с родителями
февраль	Индивидуальные консультации
март	Индивидуальные консультации
апрель	Открытые занятия для родителей
май	Отчет о выполнении программы

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ.

3.1. Кадровые условия

Реализация программы возложена на педагога, имеющего специальное психолого-педагогическое образование.

№ п/п	ФИО работника	дата рождения	стаж работы	образование
1	Пчелинцева Елена Анатольевна			

3.2. Материально-техническое обеспечение методическими материалами и средствами обучения.

Место размещения	Основное предназначение	Оборудование и игровые материалы
Физкультурный зал	Проведение образовательной деятельности	Мячи большие, мячи малые, скакалки, обручи, скамейки, деревянные ложки, различные развивающие интеллектуальные игры.

Методические материалы и средства обучения и воспитания

	Автор, название, издательство, год издания
Программно-методические пособия	<ol style="list-style-type: none">1. Е.А. Алябьева. Психогимнастика в детском саду. - М.: ТЦ Сфера, 2023. -88 с.2. Е.Ю. Балашова, М.С. Ковязина. Нейропсихологическая диагностика в вопросах и ответах. - М.: Генезис, 2023 г.3. В.С. Колганова, Е.В. Пивоварова. Нейропсихологические занятия с детьми. – М.: АЙРИС-пресс, 2024 г.- 416 с.4. А.В. Семенович. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. - М.: Генезис, 2024 г.- 474 с.5. М.И. Чистякова. Психогимнастика. М., 2022 г.

3.3. Распорядок дня.

Организация образовательного процесса в МБДОУ предусматривает личностно-ориентированные подходы к организации всех видов детской заказ родителей, время года, соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. (СанПиН 2.4.1.3049-13).

При организации *распорядка дня* детей в МАДОУ предусматривается сбалансированное чередование видов деятельности: непрерывной образовательной деятельности, образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов, самостоятельной.

3.4. Учебный план.

Реализация программы рассчитана на 9 месяцев два раза в неделю в I или II половине дня. Продолжительность занятий, включая организационные моменты:

- 1 год обучения (3-4 года) - 15 минут;
- 2 год обучения (4-5 лет) – 20 минут;
- 3 год обучения (5-6 лет) – 25 минут;
- 4 год обучения (6-7 лет) – 30 минут.

Наполнение содержания занятий определяется педагогом самостоятельно на основе результатов фронтальной диагностики.

Педагог сам вносит коррективы в содержание занятий по мере освоения материала и достижения детьми результатов по овладению необходимыми умениями и навыками

Учебный план

Возрастная группа	Общее количество образовательной деятельности в год	Периодичность образовательной деятельности	Длительность образовательной деятельности
от 3 до 4 лет (1 год обучения)	72	2 раза в неделю	15 минут
от 4 до 5 лет (2 год обучения)	72	2 раза в неделю	20 минут
от 5 до 6 лет (3 год обучения)	72	2 раза в неделю	25 минут
от 6 до 7 лет (4 год обучения)	72	2 раза в неделю	30 минут

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060030

Владелец Макушина Елена Владимировна

Действителен с 19.12.2024 по 19.12.2025