

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«Детский сад № 54»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБДОУ «Детский сад №54»
Протокол №1 от « 13» 08 2019 г.

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий МБДОУ «Детский сад №54»
_____ Н.С. Афолина
« 14» 08 2019 г.



Программа дополнительного образования

«Непоседы»

(на 1 год, для детей 5 – 7 лет)

Авторы:
Стрелкова Н.Н:
руководитель физического воспитания;
Смирнова О.А.:
педагог – психолог

ЗАТО Северск – 2019

СОДЕРЖАНИЕ

- 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**
- 2. УЧЕБНО –ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**
- 3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**
- 4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**
- 5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**
- 6. ПРИЛОЖЕНИЕ**

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Состояние психофизического здоровья старших дошкольников в последнее время стало одной из насущных проблем педагогики и общественности. К числу наиболее распространенных болезней у детей относится синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ). В России нет единых данных о распространении этого синдрома. Впервые описание заболевания, характеризующегося двигательной расторможенностью, дефицитом внимания и импульсивностью, появилось около 150 лет назад. Терминологию синдрома многократно меняли. СДВГ представляет собой наиболее распространенную форму хронических нарушений в детском возрасте, а в пубертатном периоде дает достаточно высокий процент антисоциальных расстройств. Большая социальная значимость и высокая частота данного синдрома среди детей определяют актуальность его изучения в последние годы. На этом синдроме сконцентрированы интересы различных специалистов – психологов, педагогов, дефектологов, детских неврологов, а также родителей этих детей. Выделяют три типа СДВГ:

1. Смешанный тип: гиперактивность в сочетании с нарушениями внимания. Это самая распространенная форма СДВГ.
2. Невнимательный тип: преобладают нарушения внимания. Этот тип наиболее сложен для диагностики.
3. Гиперактивный тип: доминирует гиперактивность. Это наиболее редкая форма.

В дошкольном возрасте отмечается незрелость двигательных и психических функций, в подростковом возрасте проявляются нарушения адаптационных механизмов, что может стать причиной правонарушений. В связи с этим данная патология представляет собой социальную проблему. Поэтому возникла необходимость комплексного подхода к решению данной проблемы именно в детском саду, так как максимальная выраженность проявлений синдрома совпадает с критическими периодами становления ЦНС у детей: 3 года, 6 – 7 лет. Весь детский опыт, приобретаемый в процессе социализации, связан с развитием и совершенствованием произвольных движений. Развивая двигательную сферу ребенка, мы идем по естественному пути, опосредованно влияя на развитие психических свойств и процессов. Опираясь на вышесказанное, была разработана коррекционно – развивающая программа «Непоседы» педагога – психолога и руководителя физического воспитания для детей с гиперактивностью и дефицитом внимания.

Достижение положительных результатов в развитии личности здорового ребенка может быть лишь в том случае, если за время его пребывания в дошкольном учреждении осуществляется разноплановая работа по развитию детей через педагогическое взаимодействие специалистов. Существенной стороной влияния физических упражнений на организм ребенка, является повышение эмоционального тонуса. Физические упражнения при правильно

психолого – педагогическом подходе являются мощным стимулирующим фактором. Во время двигательной деятельности у ребенка улучшается настроение, появляется чувство радости и удовольствия. Педагогу необходимо грамотно и пропорционально распределять не только физические, но и психические нагрузки на растущий организм ребенка, т.е. совмещать физическое и психическое развитие.

Программа дополнительного образования «Непоседы» социально-педагогической направленности **направлена** на полноценное психофизическое развитие детей старшего дошкольного возраста, составлена на основе реализации задач МБДОУ «Детский сад № 54». В основе программы лежат теоретические положения об особенностях развития детей дошкольного возраста с гиперактивностью и этапах коррекционной работы с ними. Е.К. Лютова и Г.Б.Монина (2000 г.), а также положения о роли игры в психокоррекционном процессе, Л.С.Выготский (1966 г.), Д.Б.Эльконин (1978 г.), М.А.Панфилова (2000 г.).

Новизна программы дополнительного образования «Непоседы» заключается в использовании инновационных подходов к формированию у ребенка с СДВГ необходимых психических процессов (внимание, память, мышление, восприятие); в создании благоприятной атмосферы освоения изучаемого материала, способствующей успешной адаптации и личностному росту детей в социуме.

Актуальность программы:

1. В целостном подходе к личности ребенка с учетом естественной динамики его развития;
2. В использовании лично – ориентированного подхода при организации деятельности детей;
3. В применении разнообразных методов и приемов обучения; создании ситуаций, позволяющих детям проявлять свои способности, возможности, интересы; обеспечении вариативности, создании ситуации успеха;
4. В выборе эффективных путей укрепления психофизического здоровья детей;
5. В удовлетворении детей в общении и движении;
6. В проектировании предметно – развивающей среды, направленной на укрепление психофизического здоровья воспитанников
7. Во взаимосвязи и преемственности в работе педагога – психолога и руководителя физического воспитания, что позволяет обеспечить развивающее воспитание старших дошкольников, имеющих СДВГ, всестороннее развитие их интеллектуально – волевых качеств.

В основе программы лежит **идея** создания оптимальных условий для коррекционно – развивающей работы с детьми, имеющими проявления СДВГ. В идее создания программы педагогическая целесообразность.

Педагогическая целесообразность:

- 1) В расширении условий для развития личности ребенка;

- 2) В удовлетворении детей в общении и движении;
- 3) В возможности реализации личностно – ориентированного подхода, творческого потенциала педагога;
- 4) В повышении профессиональной компетентности педагога (деятельного и личностного компонента).

В основе программы лежат **принципы**: системности, комплексности развития, онтогенетический принцип, общедидактические принципы - наглядность, доступность, сознательность, индивидуальный подход. Системность и комплексность учебной работы, конкретность и доступность коррекционно – развивающего материала реализуется благодаря системе повторения усвоенных навыков, опоры на уже имеющиеся знания и умения, что в конечном итоге обеспечивает развитие произвольности и саморегуляции, контроля над собой и происходящим вокруг. Принцип доступности, находит свое отражение в учете возрастных особенностей детей старшего возраста с проявлением СДВГ, состояния их двигательных, игровых навыков. Комплексный подход обеспечивает всестороннее развитие ребенка, предполагает преемственность в работе специалистов. Реализация принципа комплексности предусматривает взаимосвязь в работе педагога – психолога, руководителя физического воспитания, воспитателей. Работа построена на основе целостного подхода к личности ребенка с учетом естественной динамики его развития. Основной акцент при этом направлен на совершенствование психомоторной функции, а двигательные игры способствуют формированию положительной самооценки и эмоциональной устойчивости у детей 5 – 7 лет

Целью данной программы является создание условий, способствующих: элиминации эмоционального напряжения; сформированности функций произвольной регуляции и самоконтроля в поведении; развитию внимания, улучшению работоспособности; детей имеющих проявления гиперактивности, через двигательную активность и снятие психоэмоционального напряжения.

Предложенная комплексность педагогического взаимодействия направлена на укрепление психофизического здоровья детей с СДВГ, на решение задач познавательного развития, нравственного воспитания детей. Известно, что чем раньше мы дадим гамму разнообразных впечатлений чувственного опыта, тем более гармоничным, естественным и успешным будет дальнейшее развитие ребенка, становление его личности в обществе. Ребенок дошкольного возраста сравним с «губкой», которая впитывает в себя буквально все, что он видит в окружающем: копирует движения, ритм, манеру выражений эмоций взрослого. Улучшение состояния здоровья ребенка, имеющего СДВГ, в значительной мере зависит от доброго, спокойного и последовательного отношения к нему.

Задачи:

- воспитывать уверенность в себе;
- развивать внимание, произвольность, самоконтроль;

- развивать коммуникативные навыки, навыки взаимодействия в коллективе;
- развивать приемлемые способы выплескивания отрицательной энергии, снятие отрицательных эмоций;
- укреплять психофизическое здоровье воспитанников;
- совершенствовать психомоторные функции детского организма;
- развивать эмоциональную сферу, навыков общения посредством использования образов, моделирование эмоций, создание положительного эмоционального настроения.
- регулировать и нормализовать мышечный тонус с помощью растяжек, реципрокных упражнений.
- развивать способность контролировать собственное дыхание, умение регулировать свои действия, подчиняться правилам, строго следовать инструкции (волевая регуляция).
- развивать двигательную координацию, ловкость движений.

Отличительной особенностью данной программы, является характер проведения занятий. Каждое занятие включает в себя игры, направленные на развитие внимания, контроля над импульсивностью через двигательную деятельность, а также психогимнастические и телесно – ориентированные игры.

Для эффективности занятий с детьми, имеющими проявления гиперактивности необходимо:

- Акцентировать внимание на положительных качествах и поступках ребенка;
- Оказывать поддержку в общении;
- Формулировать четко и понятно ребенку правила поведения на занятиях;
- Придерживаться эмоционально – нейтрального тона общения;
- Быть последовательным и терпеливым.

Возраст детей - учебный материал программы дополнительного образования рассчитан на детей старшего дошкольного возраста, имеющие проявления гиперактивности с дефицитом внимания (5 – 7 лет). Состав группы постоянный. Набор осуществляется на основе проведения психолого – педагогической диагностики, запросов родителей и педагогов. Количество обучающихся: 10 – 12 детей.

Срок реализации программы – 1 год.

Режим занятий:

- 4 раза в месяц, с кратностью проведения 1 раз в неделю;

Объем учебного материала рассчитан в соответствии с возрастными и физиологическими нормативами, что позволяет избежать переутомления и дезадаптации. В предложенной системе проводится одно занятие в неделю в первой половине дня продолжительностью 30 минут.

Формы организации:

- Индивидуальная;
- Подгрупповая;
- Работа в парах

Ожидаемые результаты:

- Успешная социальная адаптация в ДОО;
- Понимающая, принимающая и поддерживающая позиция педагогов;
- Элиминация гиперактивности и импульсивности;
- Элиминация гнева и агрессии.

Способы определения результативности:

- Педагогическое наблюдение;
- Психолого – педагогическая диагностика;
- Диагностика физического развития;
- Анкетирование родителей « Мой шустрик».

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- День открытых дверей;
- Фоторепортажи, опубликованные в газете МБДОУ «Малинка», на сайте ДОУ;
- Отчет педагогов (учебно – исследовательская конференция: « Сохранение и укрепление психофизического здоровья воспитанников»).
- анкетирование родителей данной группы « Непоседы»;
- психолого-педагогическая диагностика(Метод наблюдения, методики на обследование внимания, памяти, анкетирование родителей, педагогов)

2.УЧЕБНО –ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

В сентябре проводится обследование состояния психофизических функций для определения уровня развития детей.

В октябре начинаются подгрупповые занятия с детьми. Вся работа в группе строится на материале следующих лексических и тематических тем:

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ неделя	Тема занятий	Срок проведения	Количество часов (минут)		Количество часов всего (минут)
			теория	практика	
1	Вводное занятие	октябрь	10	20	30
2	«Дары осени»		10	20	30
3	«Домашние животные»		10	20	30
4	«Дикие животные»		10	20	30
1	«Прогулка в	ноябрь	10	20	30

	осенний лес»				
2	«Транспорт»		10	20	30
3	«Мир игрушек»		10	20	30
4	«Семья»		10	20	30
1	«Зима»	декабрь	10	20	30
2	«Зимующие птицы»		10	20	30
3	«Зимние забавы»		10	20	30
4	«Новый год»		10	20	30
2	«Рождественские сказки»	январь	10	20	30
3	«Животные и птицы холодных стран		10	20	30
4	Животные и птицы жарких стран		10	20	30
1	«Посуда»	февраль	10	20	30
2	«Одежда»		10	20	30
3	«Мир профессий»		10	20	30
4	«Защитники Отечества»		10	20	30
1	«Мой город»	март	10	20	30
2	«Мамин праздник»		10	20	30
3	«Мебель»		10	20	30
4	«Весна идет»		10	20	30
1	«Юмор»	апрель	10	20	30
2	«Космос»		10	20	30
3	«Перелетные птицы»		10	20	30
4	«Дружба»		10	20	30
1	«День Победы»	май	10	20	30
2	«Цветы»		10	20	30
3	Итоговое занятие		10	20	30
Итого	30 занятий		5 часов	10 часов	15 часов

Основой перспективного и календарного планирования является тематический подход. Он позволяет организовать коммуникативные ситуации, в которых педагог помогает детям укреплять их психофизическое здоровье.....

Учебно-тематический план

Месяц	тема	Примерное содержание
Октябрь	1 занятие Вводное занятие	Приветствие. Игры «Сделай как я» - диагностика двигательной памяти.

		<p>Педагогическая диагностика</p> <p>1. Психолого – педагогическая диагностика: № 1 «Найди и вычеркни» ,«Нарисуй, что запомнил» - № 2 «Проставь знаки» № 3 «Запомни и расставь точки» №4«Домик»</p> <p>2. Диагностика физического развития воспитанников.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Тест «Бег на 150 метров» (для определения физической работоспособности и скоростной выносливости). 2. Тест «Подъем в сед за 30 секунд» (для измерения скоростно – силовой выносливости мышц брюшного пресса). 3. Тест «Прыжок в длину с места» (для измерения динамической силы мышц нижних конечностей). 4. Тест «Наклон вперед сидя» (для измерения активной гибкости позвоночника и тазобедренных суставов). <p>Тест «Челночный бег 10 раз по 5 метров»(для оценки скоростной выносливости и ловкости, связанных с изменением направления</p> <p>Релаксация: «В саду» (освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц).</p> <p>Прощание.</p> <p>Анкетирование родителей, воспитателей.</p>
<p>2 занятие « Дары осени»</p>		<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Лучики» (оптимизация тонуса мышц)</p> <p>Беседа по теме. Ди «Что нам осень принесла» (закрепление знаний детей об окружающем мире).</p> <p>Полоса препятствий: двигательные действия «Перекаты со спины на живот, ходьба по гимнастическому бревну с мешочком на голове – повторить 2 – 3 раза).</p> <p>Дыхательное упражнение: «Ноздри» (развитие физиологического дыхания).</p> <p>Координация речи с движением «Компот»</p> <p>Эстафетный бег «Веселые повара» (одна команда готовит овощной суп, вторая команда варит фруктовый компот)</p> <p>Игра «Замри» Дети двигаются по залу в рассыпную топающим шагом. <u>Педагог</u> :Я - грибник, а вы - грибы. Ну-ка, прячьтесь за дубы! Раз, два, три, четыре, пять. Я иду грибы искать(<i>Дети</i></p>

		<p><i>приседают, сложив ладошки над головой «домиком», и замирают. Педагог «ищет грибы» и уводит с собой пошевелившихся.</i></p> <p>Релаксация: «В саду» (освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц).</p> <p>Прощание.</p>
	3 занятие « Домашние животные»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Вырасти хочу скорей» (растяжка мышц тела).</p> <p>Беседа по теме. Ди: «Домашние – не домашние» (развивает внимание, скорость обработки услышанной информации, способность к общению).</p> <p>Игра на снятие мышечного напряжения «Два барана»</p> <p>Зрительное внимание «Что перепутал художник?»</p> <p>Двигательный игротренинг на фитболах « Раз, два три, любимое домашнее животное изобрази!» (дети под музыку прыгают на фитболах, по команде изображают любимое домашнее животное»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Му - молока кому?» (развитие речевого дыхания).</p> <p>Игра «Чья команда скорее соберется»</p> <p>Массаж в парах «Хрюшечки»</p> <p>Релаксация: «Кошечка» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
	4 занятие «Дикие животные»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Зубки» (растяжка мышц челюсти).</p> <p>Беседа по теме. Ди : «Дикое – не дикое» (развивает внимание, скорость обработки услышанной информации, способность к общению).</p> <p>Игра с мячом «Кенгуру»</p> <p>Общая артикуляционная гимнастика.</p> <p>Игра «Замри» Дети двигаются по залу враспынную топаящим шагом. Педагог :Я -грибник, а вы - грибы.Ну-ка, прячьтесь за дубы!</p> <p>Раз, два, три, четыре, пять. Я иду грибы искать(<i>Дети приседают, сложив ладошки над головой «домиком», и замирают. Педагог «ищет грибы» и уводит с собой пошевелившихся.</i></p> <p>Подвижная игра « Охотники и звери»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Ежик» (развитие речевого дыхания).</p> <p>Речь с движением « У оленя дом большой»</p> <p>Релаксация: «Звери и птицы спят» (расслабление мышц тела).</p>

		Прощание.
Ноябрь	5 занятие «Прогулка в осенний лес»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Половинка» (оптимизация тонуса мышц).</p> <p>Музыкально-ритмические движения: Ходьба с остановками (перед корягой, кочкой и т.п.), перешагивают или перепрыгивают через нее и идут дальше. в лес.</p> <p>Беседа по теме. Закрепление признаков времени года и знаний об обитателях леса.</p> <p>Игра – имитация: «Отгадай животное» (по принципу игры «Крокодил») – внимание, воображение.</p> <p>Зрительное внимание: «Чего не стало?»</p> <p>Гимнастика горла: «Воронята»</p> <p>Полоса препятствий «Ходьба по «кочкам» - переход с одного пролета гимнастической стенки на другой – спрыгивание с батута в обозначенное место»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Ау» (нормализацию функции дыхания).</p> <p>Подвижная игра «Дуб, береза, ель»</p> <p>Релаксация «Дерево» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
	6-е занятие «Транспорт»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Море волнуется» (растяжка мышц тела).</p> <p>Беседа по теме. Игра с мячом «Транспорт назви» (закрепление знаний детей о видах транспорта).</p> <p>Двигательная разминка «Автомобиль – самолет - паропход» (по типу игры «Семь прыжков» - автор: Т.А.Боровик).</p> <p>Физическое упражнение в парах «Тачка».</p> <p>Дыхательное упражнение: «Машина» (развитие речевого и физиологического дыхания).</p> <p>Эстафетный бег «Самолеты» бег в обруче.</p> <p>Упражнение для тренировки дыхательных мышц «Самолет» (упражнение выполняется стоя, вдох произвольный, выдох – небольшие наклоны в стороны с произнесением звука «У-У-У», прямые руки разведены в стороны).</p> <p>Релаксация: «Кораблик» (расслабления мышц рук, ног, корпуса).</p> <p>Прощание.</p>
	7-е занятие	Приветствие.

<p>« Мир игрушек»</p>	<p>Растяжка: «Спорт» (оптимизация тонуса мышц).</p> <p>Беседа по теме: «Какие бывают игрушки и для чего они нужны» (умение общаться, закрепление знаний, расширение кругозора).</p> <p>Игра на развитие концентрации и устойчивости внимания «заводные игрушки»</p> <p>Пальчиковая гимнастика.</p> <p>«Украсим одежду для куклы» (геометрические фигуры разного цвета)</p> <p>Упражнение «Чего не стало?»</p> <p>Дыхательная гимнастика «Хлопушка» - и.п. – стоя, ноги врозь, руки в стороны, выдох хлесткое движение руками навстречу друг другу, скрещивая, произнося «ха» на каждый удар.</p> <p>Физические упражнения с мячом «Мой любимый звонкий мяч» - отбивать мяч по гимнастической скамье – забрасывать в баскетбольное кольцо от груди»</p> <p>Подвижная игра «Кого называли, тот ловит»</p> <p>Упражнение на развитие равновесия «Оловянный солдатик» - стоять на одной ноге 10 сек.</p> <p>Релаксация: «Спать пора...» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
<p>8-е занятие « Семья»</p>	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Это кто у нас проснулся» (растяжка мышц тела).</p> <p>Музыкально-ритмическая разминка «Мама, папа, я – у нас спортивная семья»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Добавь слог» (развитие речевого дыхания).</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Как у нас семья большая», «Семья»</p> <p>Слуховое внимание «О ком стихи?»</p> <p>Зрительное внимание. Разрезные картинки (профессии мам).</p> <p>Артикуляционная гимнастика «Вкусное варенье, приготовила моя бабуля, всем на обедение»</p> <p>Эстафетный бег «Дружная семья» - (дети, выполняя двигательное задание – бег между предметами, из вырезных картинок, выкладывают «маму, папу, ребенка»)</p> <p>Релаксация: «Колыбельная для гнома» (расслабление мышц тела).</p>

		Прощание.
Декабрь	9-е занятие «Зима»	<p>Приветствие. Растяжка: «Сожми снежок» (напряжение и расслабление мелких мышц кисти руки). Беседа по теме. Закрепление знаний о признаках времени года. Речь с движением «Снежная баба». Зрительное внимание «Собери снеговика» Дыхательная гимнастика «Сдуй снежинку» с ладошки Речь с движением «Снег» Игровые упражнения «Проведи шайбу клюшкой между сугробами», «Забей шайбу в ворота» Упражнения для укрепления мышц глаз «Снежинка» Релаксация: «Снежинки» (расслабление мышц тела). Прощание.</p>
	10. занятие «Зимующие птицы»	<p>Приветствие. Растяжка: «Сжать кольцо поможет нам» (растяжка мелких мышц кисти рук). Пальчиковая гимнастика: «Эта птичка...» (развитие мелких мышц кисти). Беседа по теме. Игра с мячом «Зимующие – не зимующие» (развивает внимание, скорость обработки услышанной информации, способность к общению). Полоса препятствий: лазанье по гимнастической лестнице, переход с пролета на пролет, спрыгивание с батута в обозначенное место, ходьба по канату боком приставным шагом Подвижная игра « Воробьи и вороны» Дыхательное упражнение: «Крылья» (развитие физиологического дыхания). Упражнение для укрепления мышц стопы «Клюв» Коммуникативное упражнение «Дрозд» (взаимодействие взрослого и ребенка). Прощание.</p>
	11.занятие «Зимние забавы»	<p>Приветствие Растяжка: «Фонарики» (растяжка мышц рук). Беседа по теме. Пальчиковая гимнастика «Украсим елку разноцветными шарами» Ориентировка в пространстве (вверху, внизу, вправо, влево) Речь с движением «Снегири»</p>

		<p>Подвижная игра «Покажи зимний вид спорта» (дети по схемам под музыку имитируют движения спортсменов: фигуристов, лыжников, хоккеистов, конькобежцев).</p> <p>Упражнение для тренировки дыхательных мышц «Лыжник»</p> <p>Игра –хоровод с ускорением. «Мы сейчас пойдем все вправо...»</p> <p>Релаксация: «Горка» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
	<p>12. занятие. « Новый год»</p>	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Высоко – низко» (напряжение и расслабление мышц тела).</p> <p>Беседа по теме. Загадки про Новый год.</p> <p>Музыкально- двигательная разминка «Новогодний карнавал» по показу педагога.</p> <p>Коллективное творчество «Гирлянда» (из бумаги)</p> <p>Зрительное внимание «Что изменилось на елочке?»</p> <p>Общая артикуляционная гимнастика</p> <p>Речь с движением «Снежная баба»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Елка»</p> <p>Эстафетный бег « Снежный лабиринт» - по команде первый ребенок змейкой пролезает из обруча в обруч, обегает ориентир, обратно возвращаются бегом, касанием руки передают эстафету следующему.</p> <p>Дыхательное упражнение: «Хлопушка» (развитие силы голоса, физиологического дыхания, самооценка).</p> <p>Релаксация: «Елка под снегом» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
<p>Январь</p>	<p>13. занятие «Рождественские сказки»</p>	<p>Приветствие:</p> <p>Растяжка: «Звезда» (оптимизация тонуса мышц).</p> <p>Беседа по теме «Что за праздник «Рождество?»»</p> <p>Музыкально – двигательная разминка: «Снежная фантазия»</p> <p>Речь с движением «У оленя дом большой»</p> <p>Игровые упражнения: «Снежный ком» - прокатывают мяч между предметами, с обозначенного места прокатывают в цель, «перекидка» - дети в парах перебрасывают снежки через сетку.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц глаз « Две снежинки»</p>

		<p>Подвижная игра: «На тебе «ляпку», отдай ее другому»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Рождественские песни» Пропевание гласного звука, начиная низким голосом и заканчивая высоким (развитие силы голоса).</p> <p>Релаксация: «Ковер - самолет» (развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности, снятие психоэмоционального напряжения).</p> <p>Прощание.</p>
	<p>14 занятие «Животные и птицы холодных стран»</p>	<p>Приветствие</p> <p>Растяжка: «Высоко – низко» (напряжение и расслабление мышц тела).</p> <p>Беседа по теме «Кто живет в холодных странах?».</p> <p>Загадки.</p> <p>Музыкально- двигательная разминка «Где - то на белом свете»</p> <p>Упражнение для укрепления дыхательных мышц - «Присядай и считай» - (и.п. стоя, руки к плечам, вдох произвольный, выдох присед, руки вперед, проговаривая цифру счета).</p> <p>Игровые двигательные упражнения «Пингвины» - прыжки с мячом зажатом между колен- 3 подхода по 20 метров; «Белые медведи» - подтягивание по гимнастической скамье на животе, ходьба по бревну с мешочком на голове , попадание в цель с расстояния 3 – 4 метра</p> <p>Подвижная игра «Зимний футбол»</p> <p>Релаксация: «Олени» (освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц рук).</p> <p>Прощание.</p>
	<p>15 занятие «Животные и птицы жарких стран»</p>	<p>Приветствие</p> <p>Растяжка: «Море волнуется» (растяжка мышц тела).</p> <p>Беседа по теме «В жарких странах кто живет?».</p> <p>Загадки.</p> <p>Музыкально – двигательная разминка « Если долго – долго, можно в Африку попасть»</p> <p>Функциональное упражнение «Слоны» (удержание программы, концентрация внимания).</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Сафари - парк» (развитие мелких мышц кисти).</p> <p>Игровые упражнения «Лиана» – лазание по веревочный лестнице, по гимнастической лестнице – вис на гимнастической лестнице.</p> <p>Упражнение для укрепления мышц стопы «Змейка»</p>

		<p>Подвижная игра «Кенгуру – ловишка».</p> <p>Дыхательная гимнастика «Жужа» - и.п. – о.с. вдох через нос, руки вперед – вверх. Выдох – быстрые круговые движения руками назад со звуком «ж – ж – ж». На один выдох несколько круговых движений.</p> <p>Релаксация: «Слон» (снятие психоэмоционального напряжения).</p> <p>Прощание.</p>
Февраль	16. занятие «Посуда»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Ротик» (растяжка мышц челюсти).</p> <p>Беседа по теме. Загадки. Игра с мячом (образование существительных с уменьшительно – ласкательным суффиксом, например: чашка – чашечка).</p> <p>Упражнение «Что лишнее»</p> <p>Эстафетный бег «Через лабиринт» - по команде первый ребенок бежит, пролезая из обруча в обруч, добегают до обруча, в котором лежат вырезные картинки, ребенок должен выбрать картинку с одеждой, обратно возвращается по тому же маршруту, передает эстафету следующему ребенку касанием руки.</p> <p>Дыхательное упражнение: «Каша кипит» (развитие физиологического дыхания)</p> <p>Игровое упражнение «пронеси, не урони» - дети идут по ограниченной площади опоры, в руках держат ложку, в которой лежит теннисный шарик.</p> <p>Артикуляционная гимнастика «Чашка», «Вкусное варенье»</p> <p>Релаксация: «Раз, два, три, четыре, пять» (расслабление мышц рук).</p> <p>Прощание.</p>
	17. занятие «Одежда»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Обе ноги» (напряжение и расслабление мышц ног).</p> <p>Беседа по теме. Загадки.</p> <p>Музыкально- двигательная разминка «Разноцветные карусели» - (упражнения с легкими платками)</p> <p>Работа с разрезными картинками.</p> <p>Игра на внимание «Колпак мой треугольный»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Колечки» (развитие мелких мышц рук).</p> <p>Двигательное задание ходьба по бревну с колпачком на голове,</p>

		<p>Игровое упражнение «Попади в шляпу» - дети бросают мешочки в шляпу, которую держит в руке педагог.</p> <p>Подвижная игра «Переправа»</p> <p>Дыхательное упражнение: «Укололи пальчик» (развитие дыхания и голоса).</p> <p>Упражнения для укрепления мышц стопы «Собери платочек в маленький комочек»</p> <p>Релаксация: «Раз, два, три, четыре, пять» (расслабление мышц рук).</p> <p>Прощание.</p>
	18. занятие « Мир профессий»	<p>Приветствие.</p> <p>Беседа по теме. Игра с мячом «Кто, что делает?» (закрепление знаний детей о профессиях).</p> <p>Двигательная разминка на фитболах - под музыку дети прыгают врассыпную, по окончании музыки педагог показывает схему, на который человек, выполняет определенное действие, дети должны назвать профессию.</p> <p>Игры для тигры «Угадай»</p> <p>Речь с движением «Маленький художник»</p> <p>Упражнение на укрепление мышц дыхания «Дровосек»</p> <p>Эстафетный бег «Машинисты» - по команде первый ребенок ползет паучком до тоннеля, пролезает через него, обратно возвращается по тому же маршруту, касанием руки передает эстафету следующему ребенку</p> <p>Коммуникативное упражнение «Пила» (взаимодействие детей).</p> <p>Прощание.</p>
	19. занятие « Защитники Отечества»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Звезда» (оптимизация тонуса мышц).</p> <p>«Военные» (развитие мелкой моторики).</p> <p>Беседа по теме.</p> <p>Музыкально - разминка с гантелями «Богатырская наша сила»</p> <p>Подвижная игра на внимание «Найди свое место в строю»</p> <p>Полоса препятствий – ходьба по кочкам, лазание по гимнастической лестнице переходя с одного пролета на другой – спрыгивание с батута в обозначенное место – метание мешочка в вертикальную и горизонтальную цель.</p> <p>Игра на внимание «Море, берег, парус»</p>

		<p>Подвижная игра « Мяч капитану» Дыхательное упражнение: «Пароход» (развитие физиологического дыхания, силы голоса). Релаксация: «Солдат и тряпичная кукла» (расслабление мышц тела). Прощание.</p>
Март	20. занятие « Мой город»	<p>Приветствие. Музыкально- двигательная разминка « Город просыпается, люди улыбаются» выполняется по показу педагога Беседа по теме «Мой город Северск» (закрепление и расширение знаний детей о родном городе). Игра на внимание « У дядюшки Трифона» Речь с движением « Экскурсия в зоопарк» Двигательные задания «Мы – футболисты» - ведение мяча по прямой, змейкой. Дыхательное упражнение: «С кистями» (развитие физиологического дыхания). Игровое упражнение «Пенальти» Танцевально-игровое творчество Релаксация: «Строим дом» (массаж рук). Прощание.</p>
	21. занятие «Мамин праздник»	<p>Приветствие. Музыкально – двигательная разминка «Мамины помощники». Беседа по теме. Д/и «Скажем маме добрые слова» (подбор прилагательных). Речь с движением «Хозяюшка» Пальчиковая гимнастика «Дело было вечером...» (развитие мелких мышц кисти). Эстафета «Наперегонки» - первый ребенок зажимает между колен банкетку, прыгает до стойки, кладет банкетку в обруч, берет мяч, бежит, отбивая его двумя руками; второй ведет мяч, затем прыгает и т.д. Дыхательное упражнение: «Кто дольше пропоет» (развитие речевого дыхания). Игровое задание «Веселый боулинг» Релаксация: «Любопытная Варвара» (расслабление мышц шеи). Прощание.</p>
	22. занятие «Мебель»	<p>Приветствие Музыкально – двигательная разминка « Прогулка в супермакет». Беседа по теме. Игра с мячом «Мяч лови, мебель</p>

		<p>назови» (закрепление знаний детей).</p> <p>Игра на внимание « Стул – кресло – кровать»</p> <p>Дыхательная гимнастик «Устали» и.п. – о.с., вдох произвольный, поднять согнутую руку, тыльной стороной кисти провести по лбу, вдох – расслабленно «сбросить» руку вниз, произнести «Фу – ух».</p> <p>Упражнение на пресс в парах – 20 раз</p> <p>Эстафета «Тоннель по кругу»: «Через обручи пролезай, от друзей не отставай! Кто быстрее тоннель пройдет, того тогда победа ждет! (команды стоят по кругу, каждый держит перед собой обруч на полу вертикально. По сигналу первый кладет обруч на пол и начинает пролезать через «тоннель», дойдя до своего обруча, поднимает его, следующий кладет обруч на пол и начинает движение...).</p> <p>Релаксация: «Наши руки отдыхают...» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
	23 занятие «Весна идет»	<p>Приветствие.</p> <p>Музыкально - двигательная разминка «Зажигай!»</p> <p>Беседа по теме. Д/и «Признаки весны назови» (закрепление знаний о признаках времени года).</p> <p>Растяжка: «Снеговик» (оптимизация тонуса мышц).</p> <p>Игра на внимание, ориентировку в пространстве « Озеро и ручьи»</p> <p>Игровое упражнение а парах «Паучок и мосток»</p> <p>Подвижная игра « Тучки и дождинки»</p> <p>Упражнение для укрепления мышц глаз « Капельки»</p> <p>Пластический этюд «Веснянка»</p> <p>Релаксация: «Подснежник» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
Апрел ь	24. занятие «Юмор»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Вырасти хочу скорей» (растяжка мышц тела).</p> <p>Беседа по теме.</p> <p>Музыкально- двигательная разминка на внимание «Озорные дети».</p> <p>Зрительное внимание «Найди пару»</p> <p>Эстафетный бег « Забавный хоккей» - по команде первый ребенок выполняет ведение воздушного шарика клюшкой, вокруг ориентира, кладет шарик в корзину, обратно возвращается бегом, передает</p>

		<p>клюшку следующему ребенку и т.д.</p> <p>Упражнение на укрепление мышц дыхания «Кнопка смеха» - и.п. – о.с., вдох через нос, выдох – смех при надавливании указательным пальцем на кончик носа.</p> <p>Челночный бег « Выложи слово – Смех»</p> <p>Релаксация: «Любопытная Варвара» (расслабление мышц шеи).</p> <p>Прощание.</p>
	25 занятие «Космос»	<p>Приветствие.</p> <p>Растяжка: «Лучики» (оптимизация тонуса мышц).</p> <p>Беседа по теме.</p> <p>Музыкально- двигательная разминка «Путешествие по планетам».</p> <p>Дыхательное упражнение «В космосе» - после вдоха – задержать дыхание, руки над головой, ладони вместе.</p> <p>Полоса препятствий: «Тренировка космонавта» - перекаты со спины на живот, лазание по веревочной лестнице, прыжки на батуте – спрыгивание в обозначенное место.</p> <p>Подвижная игра « Ждут нас быстрые ракеты»</p> <p>Речь с движением: «По порядку все планеты назовет любой из вас : раз – Меркурий, два – Венера, три – Земля, четыре – Марс, пять – Юпитер, шесть – Сатурн, семь – Уран, восьмой – Нептун. И девятая планета под названием Плутон!».</p> <p>Релаксация: «Невесомость» (расслабление мышц тела).</p> <p>Прощание.</p>
	26. занятие «Перелетные птицы»	<p>Приветствие.</p> <p>Игропластика под музыку «В мире животных».</p> <p>Беседа по теме.</p> <p>Игра с мячом на внимание «Рыба, птица, зверь»</p> <p>Двигательные задания: «Школа мяча» веление мяча на месте в движении, забрасывание в баскетбольное кольцо. Упражнения на пресс в парах – 20 раз.</p> <p>Подвижная игра «Перелет птиц»</p> <p>Речь с движением «Ласточка»</p> <p>Дыхательное упражнение «Сдуй» - о.с.- перышко лежит на ладони полусогнутой руки, поднятой чуть выше уровня губ. Вдох произвольный, выдох через сложенные трубочкой губы с такой силой, чтобы перышко слетело на пол.</p> <p>Релаксация: «Раскачивающееся дерево»</p>

		(расслабление мышц тела). Прощание.
	27 занятие « Дружба»	Приветствие. Растяжка: «Кивки» (растяжка мышц шеи). Беседа по теме. Пословицы и поговорке о дружбе. Игра: «Головомяч» (элиминация импульсивности, навыки сотрудничества друг с другом). Музыкально- двигательная разминка «Вместе весело шагать» Игра на внимание « Давайте, все делать, как я!» Эстафета «Переправа» - «По мосточку проползи, легко по кочкам скачи, переправа, ох, не легка, поможет вам друга рука» - каждый ребенок подтягивается на животе по гимнастической скамье, оббегает стойку, прыгает на двух ногах из обруча в обруч. Дыхательное упражнение: «Шарик» (развитие произвольности и самоконтроля, ритмирование организма). Упражнение на пресс в парах – 20 раз. Подвижная игра « Имя друга называй, мяч ему бросай!» Релаксация: «Пляж» (развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности). Прощание.
Май.	28 занятие «День Победы»	Приветствие. Растяжка: «Звезда» (оптимизация тонуса мышц). Беседа по теме: «Никто не забыт и ничто не забыто» Музыкально двигательная разминка «Защитники страны» Двигательное задание «Опасная зона» - по сигналу ребенок пробегает под вращающейся скакалкой Игра на внимание «У ребят порядок строгий» по команде дети перестраиваются в шеренгу, колонну, парами, в круг. Эстафета «Переправа через болото» - по команде одна подгруппа начинает с помощью «дощечек» переправляться из одной стороны зала в другую, стараясь не «упасть в болото» Дыхательное упражнение «Морзянка» - и.п. о.с., вдох через нос, с продолжительным произнесением звука «М – м – м» и легким постукиванием по крыльям носа. Релаксация: «Солдаты» (развитие мышечного

		контроля, элиминация импульсивности). Прощание.
29 занятие «Цветы»		Приветствие. Растяжка: «Травинка на ветру» (оптимизация тонуса мышц). Беседа по теме. Загадки. Музыкально- двигательная разминка с обручами «Волшебный букет» Слуховое внимание «Когда это бывает» Зрительное внимание «Что перепутал художник» Двигательное задание: подтягивание по скамье на животе, мешочек лежит на спине, ходьба с мешочком на голове, забрасывание мешочка в вертикальную цель с обозначенного места Дыхательное упражнение «Подуй на одуванчик» Подвижная игра на фитболах «Разноцветные букеты» - по сигналу дети прыгают на фитболах, по команде «букет» дети по цветам фитболов образуют пары, тройки, четверки. Игропластика « Цветок» Релаксация «Росток» (развитие мышечного контроля, элиминация импульсивности). Прощание.
30 занятие Итоговое занятие		Приветствие. Игры «Сделай как я» - диагностика двигательной памяти. Педагогическая диагностика Психолого – педагогическая диагностика: № 1 «Найди и вычеркни» ,«Нарисуй, что запомнил» - № 2 «Проставь знаки» № 3 «Запомни и расставь точки» №4«Домик» Диагностика физического развития воспитанников. 5. Тест «Бег на 150 метров» (для определения физической работоспособности и скоростной выносливости). 6. Тест «Подъем в сед за 30 секунд» (для измерения скоростно – силовой выносливости мышц брюшного пресса). 7. Тест «Прыжок в длину с места» (для измерения динамической силы мышц нижних конечностей). 8. Тест «Наклон вперед сидя» (для измерения активной гибкости позвоночника и тазобедренных суставов).

		<p>Тест «Челночный бег 10 раз по 5 метров»(для оценки скоростной выносливости и ловкости, связанных с изменением направления</p> <p>Релаксация: «В саду» (освоение и закрепление позы покоя и расслабления мышц).</p> <p>Прощание.</p> <p>Повторное анкетирование родителей, воспитателей.</p>
--	--	--

3.СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

В процессе организации работы по дополнительной образовательной программе решается комплекс задач:

- 1) образовательная,
- 2) оздоровительная,
- 3) воспитательная.

В группе оздоровительных задач особое место занимает охрана и укрепление здоровья воспитанников, всестороннее физическое совершенствование всех функций организма, повышение его активности и общей работоспособности. Решение образовательных задач предусматривает формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, развитие внимания, памяти, произвольности и самоконтроля, развитие коммуникативных навыков.

С воспитательными задачами связано разностороннее развитие детей (умственное, нравственное, эстетическое), формирование у них интереса и потребностей к систематическим занятиям.

Методы и приемы

1. Использование в коррекции гиперактивности **растяжек**, которые нормализуют гипертонус и гипотонус мышц. Любое отклонение от оптимального тонуса является как причиной, так и следствием возникших изменений в психической и двигательной активности ребёнка, негативно сказывается на общем ходе его развития. Наличие гипотонуса обычно связано со снижением психической и двигательной активности ребёнка, с высоким порогом и длительным латентным периодом возникновения всех рефлекторных и произвольных реакций. Гипотонус сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Наличие гипертонуса, как правило, проявляется в двигательном беспокойстве, эмоциональной лабильности, нарушении сна. Для таких детей характерно отставание в формировании произвольного внимания, дифференцированных двигательных и психических реакций, что придаёт психомоторному развитию своеобразную неравномерность и может спровоцировать возникновение синдрома дефицита внимания и гиперактивности. Все двигательные, сенсорные и эмоциональные

реакции на внешние стимулы у гиперактивного ребёнка возникает быстро, после короткого латентного периода, и так же быстро угасают. Такие дети с трудом расслабляются. Именно поэтому в самом начале занятий ребёнку необходимо дать почувствовать его собственный тонус и показать варианты работы с ним на самых наглядных и простых примерах. Регуляция силы мышечного тонуса должна проходить в соответствии с законами развития движений: от головы и шеи к нижним конечностям (цефало-каудальный закон), от шеи и плеч к кистям и отдельным пальцам и соответственно от колен к пальцам ног (проксимодистальный закон).

2. Использование **дыхательных упражнений**. Умение произвольно контролировать дыхание способствует ритмированию организма, развивает самоконтроль и произвольность.
3. Проведение **подвижных игр с правилами**. Гиперактивные дети не могут длительно подчиняться групповым правилам, быстро утомляются, не умеют выслушивать и выполнять инструкции. С этой целью в программу были включены игры с правилами, задания, где необходимо строго следовать инструкции.
4. Включение в программу коррекции упражнений на **координацию движений и равновесие**. Дети с СДВГ испытывают большие трудности в выполнении заданий на удержание равновесия, ходьбу по линии. Это проявляется в пошатывании, падениях, использовании рук для установления равновесия.
5. Предоставление на коррекционных занятиях условий для реализации избыточной **двигательной активности**, что поможет в свою очередь «выплеснуть» накопившуюся энергию. С этой целью предлагается интенсивный бег, подвижные игры.
6. **Релаксация**. Релаксационные упражнения способствуют состоянию расслабленности, которое возникает после снятия напряжения.

В содержании программы дополнительного образования детей предусмотрены различные формы организации и проведения занятий с детьми.

Форма организации:

- **Сюжетно – тематическая организация** занятий позволяет каждому ребёнку чувствовать себя комфортно, уверенно, так как в игре максимально реализуются потенциальные возможности детей, играя, ребенок познает мир.
- **Комплексно – игровой метод** наиболее целесообразен для развития познавательных процессов и двигательных навыков воспитанников. Такое построение занятий позволяет добиться внимания на протяжении всего занятия и соответственно повышает результативность в усвоении знаний.

Каждое занятие включает в себя:

1. Приветствие;

2. Растяжка;
3. Вводная часть;
4. Игровые упражнения;
5. Подвижные игры;
6. Глазодвигательные и дыхательные упражнения;
7. Релаксация;
8. Элементы психомышечной тренировки
9. Прощание.

Значительная роль в работе по развитию внимания принадлежит играм, созданным на основе стихотворного текста. Эти игры учат детей координировать движения со словом, что способствует развитию творческого воображения.

Объем учебного материала рассчитан в соответствии с возрастными и физиологическими нормативами, что позволяет избежать переутомления и дезадаптации. В предложенной системе проводится одно занятие в неделю в первой половине дня продолжительностью 30 минут.

Основной идеей разработки данных занятий является использование коррекционно – развивающих игр, с помощью которых развиваются, как двигательные умения и навыки, так происходит становление психических процессов: памяти (моторно – слуховой, зрительной), воображения (творческого и произвольного), внимания и таких его свойств, как переключение и устойчивость. В работе с детьми такими играми можно регулировать процессы возбуждения и торможения, постепенно формировать координацию движений, учить передвигаться и ориентироваться в пространстве. Такие игры позволяют сформировать у ребенка, имеющего проявления гиперактивности рефлекс сосредоточения, а это в дальнейшем поможет развивать произвольное внимание. Коррекционно – развивающие игры содействуют и эстетическому воспитанию дошкольников, учат эмоциональной отзывчивости, прививают любовь к прекрасному, развивая тем самым художественный вкус. Стихотворная форма проведения игр привлекает детей своей живностью, без специальных установок настраивают детей на занятия. Главный принцип достижения эффективности в таких играх, является индивидуальный подход к каждому ребенку с учетом его возрастных и психофизических возможностей. Мы считаем, что систематическая и целенаправленная координированная деятельность педагога – психолога и руководителя физического воспитания поможет преодолеть как психические, так и двигательные нарушения.

4. Методическое обеспечение программы дополнительного образования

Методы обучения:

1. Словесный
2. Наглядный

3. Игровой (при выборе игр для ребенка с СДВГ необходимо придерживаться несколько правил: в игре должны быть четкие и понятные инструкции;

- игра должна быть короткой по времени и удовлетворять потребность ребенка в двигательной активности;
- результат игры должен наступать очень скоро;
- необходимо иметь в запасе несколько коротких игр и чередовать их, не позволяя ребенку уставать от однообразия.

Методы исследования:

1. Педагогическое наблюдение
2. Анкетирование родителей
3. Диагностика детей.

Приемы обучения:

1. Создание мотивации
2. Схема или предметная наглядность
3. Показ
4. Игровая ситуация
5. Пояснение, объяснение
6. Побуждение
7. Дозировка

Рекомендации по проведению занятий:

1. Помещение (кабинет психолога, спортивный зал) готовится к занятию с учетом педагогических и гигиенических требований.
2. Использование ТСО зависит от содержания занятия с детьми.
3. Для снятия мышечного и психологического напряжения в структуре занятий необходимо предусматривать специальные упражнения.
4. Используемый на занятиях инвентарь и оборудование должно соответствовать требованиям безопасности.
5. При организации занятий с детьми строго придерживаться требований инструкции по охране жизни и здоровья детей и ТБ.
6. Стиль общения педагога с детьми должен иметь доверительно – диалоговый характер.
7. Следует обеспечить приподнятое эмоциональное состояние на протяжении всего занятия для получения ребенком радости общения.

Оборудование:

На занятиях с детьми используется спортивный инвентарь и оборудование, рекомендованной основной образовательной программой «Детство» под редакцией Т.И. Бабаевой, А.Г. Гогоберидзе и нетрадиционный, специально изготовленный материал.

Дидактическое оснащение:

1. Наглядно – дидактические пособия: «Виды спорта», «Полезные привычки», «Основы безопасности»;
2. Карты – схемы;
3. Наборы физкультурных пособий;

4. Мольберт

ТСО:

1. Аудиотехника;
2. Фотоаппарат;
3. Видеокамера;
4. Ноутбук;
5. Интерактивная доска.

Методическое обеспечение:

1. Тематическое планирование;
2. Перспективное планирование;
3. Методические рекомендации;
4. Методическая литература.

Работа по данной программе дополнительного образования детей рассчитана на условия и специфику деятельности в ДОУ педагога – психолога и руководителя физического воспитания.

5.Список литературы

1. Алябьева, Е.А.Коррекционно – развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста: Методическое пособие в помощь воспитателям, психологам дошкольных учреждений/ Е.А.Алябьева. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 96с.
2. Бабаева, Т.И. Примерная образовательная программа дошкольного образования / Т.И.Бабаева, А.Г.Гогоберидзе, О.В.Солнцева. – Спб: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО – ПРЕСС», 2014. – 352с.
3. Кудрявцев, В.Т. Психолого – педагогические принципы развивающей оздоровительной работы с дошкольниками/ В.Т.Кудрявцев./ Начальная школа: плюс, минус. -№ 7. – 3 – 8с.
4. Литвинова, О.М. Физкультурные занятия в детском саду/ О.М.Литвинова. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. -386 – 490с.
5. Лютова, Е.К., Моница, Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е.К.Лютова, Г.Б.Монина. – М: Генезис, 2000. – 192с.
6. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. - М.: ТЦ Сфера, 2003 -125 с.
7. Брызгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок, или все о гиперактивных детях. - М.: Изд-во Института Психотерапии, - 2001. - 96 с.

Приложение

1. **Диагностика физического развития воспитанников проводится по тест – программе «Общероссийский мониторинг физической подготовленности детей 3 – 7 лет»**, автор кандидат педагогических наук Тяпин А.Н, разработана в 1996 г.

Тестовые контрольные задания

9. Тест «Бег на 150 метров» (для определения физической работоспособности и скоростной выносливости).
 10. Тест «Подъем в сед за 30 секунд» (для измерения скоростно – силовой выносливости мышц брюшного пресса).
 11. Тест «Прыжок в длину с места» (для измерения динамической силы мышц нижних конечностей).
 12. Тест «Наклон вперед сидя» (для измерения активной гибкости позвоночника и тазобедренных суставов).
 13. Тест «Челночный бег 10 раз по 5 метров»(для оценки скоростной выносливости и ловкости, связанных с изменением направления движения и чередований ускорения и торможения).
- Мониторинг индивидуального развития детей проводится педагогом с целью оценки индивидуального развития дошкольников, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования. Диагностика проводится в ходе наблюдений за двигательной активностью детей в спонтанной и специально организованной деятельности.

Инструментарий – карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка в ходе физического развития.

Фамилия имя ребенка	Перестраивается в три колонны, т.з. одного круга в два, выполняет повороты направо, налево, рассчитывается по порядку номеров	Умеет сохранять равновесие при ходьбе по ограниченной площади опоры с дополнительным заданием, сохраняет равновесие при приземлении в обозначенное место	Метает предметы в вертикальную и горизонтальную цель, в обозначенное место, прокатывает обруч в парах, перебрасывает мяч в парах, забрасывает в баскетбольно	Умеет ползать «паучками», «по – пластунски», пролезает через препятствия, переходит с одного пролета гимнастической стенки на другом, спуская в обозначенное место.
---------------------	---	--	--	---

					е кольцо, умеет вести мяч ногами.			
	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года	Начало года	Конец года

« + » - освоил

« - » - вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей.

Результаты педагогической диагностики могут использоваться для решения образовательных задач:

1. Индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития;
2. Оптимизация работы с группой детей (в ходе образовательной деятельности педагогом создаются диагностические ситуации, чтобы оценить индивидуальную динамику детей и скорректировать свои действия).

(Метод: наблюдения в соответствии с подвижными играми, игровыми двигательными заданиями, эстафетного бега).

2. Психолого – педагогическая диагностика; (Метод наблюдения, методики на обследование внимания, памяти, анкетирование родителей, педагогов)

- **Методики для изучения внимания.**

Для изучения внимания использовался набор методик, направленных на оценку таких качеств внимания как продуктивность, устойчивость, переключаемость и объем. Данные методики были взяты из учебника Немова Р.С. Психология. Книга № 3 – Психодиагностика М. ВЛАДОС, 4-е издание 2001 г. :

№ 1 «Найди и вычеркни» - определять продуктивность и устойчивость внимания. ,«Проставь знаки» - оценка переключаемости и распределения внимания, Так же использовалась методика Гуткина Н.И. «Домик» - для выявления умения ребенка ориентироваться в своей работе на образец, умения точно скопировать его, выявления особенности развития произвольного внимания, пространственного восприятия, сенсорной координации и тонкой моторики рук.

- **Методики для изучения памяти**

№ 2 Д. Векслер «Нарисуй, что запомнил» - диагностика зрительной памяти. А. Лурия «Заучивание 10 слов» - диагностика слуховой памяти. Игры «Сделай как я» - диагностика двигательной памяти.

Мониторинг проводится педагогом – психологом с целью изучения индивидуальных особенностей детей с СДВГ, условия роста и развития, уровень и качество внимания, особенности поведения и личностные характеристики, развитие познавательных процессов, состояние мелкой моторики. На основании результатов мониторинга, выстраивается индивидуальная работа с детьми и прослеживается динамика развития

Анкета для педагогов

Критерии гиперактивности П. Бейкер и М. Алворд (схема наблюдений за ребенком для педагогов)

Дефицит активного внимания:

1. Непоследователен, ему трудно долго удерживать внимание.
2. Не слушает, когда к нему обращаются.
3. С большим энтузиазмом берется за задание, но так и не заканчивает его.
4. Испытывает трудности в организации.
5. Часто теряет вещи.
6. Избегает скучных и требующих умственных усилий заданий.
7. Часто бывает забывчив.

Двигательная расторможенность

1. Постоянно ерзает.
2. Проявляет признаки беспокойства (барабанит пальцами, двигается в кресле, бегает, забирается куда-либо).
3. Спит намного меньше, чем другие дети, даже во младенчестве.
4. Очень говорлив.

Импульсивность:

1. Начинает отвечать, не дослушав вопроса.
2. Не способен дождаться своей очереди, часто вмешивается, прерывает.
3. Плохо сосредоточивает внимание.
4. Не может дожидаться вознаграждения (если между действием и вознаграждением есть пауза).
5. Не может контролировать и регулировать свои действия. Поведение слабо управляемо правилами.
6. При выполнении заданий ведет себя по-разному и показывает очень разные результаты. (На некоторых занятиях ребенок спокоен, на других — нет, на одних уроках он успешен, на других — нет).

Если в возрасте до 7 лет проявляются хотя бы шесть из перечисленных признаков, можно предположить, что ребенок гиперактивен.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ

Обведите кружком цифры напротив тех высказываний, с которыми Вы согласны.

Мой ребёнок

- Очень подвижен, много бегает, постоянно вертится.....1
- Спит намного меньше, чем другие дети.....2
- Очень говорлив.....3
- Не может тихо, спокойно играть или заниматься чем-то.....4
- С трудом дожидается своей очереди (в играх, в магазинах)5
- Начинает отвечать, не дослушав вопроса, или, наоборот, задав вопрос, не слушает ответа.....6
- Часто мешает другим, вмешивается в разговоры взрослых.....7
- Не может спокойно дожидаться вознаграждения (если, например, обещали ему что - то купить).....8
- Часто не слышит, когда к нему обращаются.....9
- Легко отвлекается, когда ему читают книгу.....10
- Часто не доводит начатое дело (игру, задание).....11
- Избегает занятий, где требуется длительное сосредоточение.....12
- Сделать заключение о наличии у ребенка диагноза СДВГ (гиперактивности) можно, если в течение полугода и в детском учреждении, и дома наблюдаются не менее семи симптомов из перечисленных.*