

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа №98 (татарско-русская)"
Вахитовского района г. Казани

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ «Школа №98»
А.И. Авзалова
Приказ от 28.08.2024



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Нейроразвивающих занятий

«Нейрофитнес»

(с учетом особенностей развития детей с ограниченными
возможностями здоровья)

Направленность: социально-педагогическая

Уровень: общекультурный

Возраст обучающихся: 7-10 лет Срок реализации: 4 года

Автор-составитель:

Педагог-психолог: Курмаева Р.Р.

Казань 2024 г

Оглавление

Пояснительная записка	3
1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ	3
1.1. Цель и задачи программы	3
1.2. Методы и приемы работы:	5
1.3. Сроки реализации программы.	5
1.4. Виды, формы, методы работы.	5
1.5. Ожидаемые результаты.	6
1.6. Режим занятий.	7
Годовой календарный учебный график	7
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	8
2.1. Диагностическая работа	8
2.2. Коррекционно-развивающая работа с детьми	8
2.3. Взаимодействие с родителями	12
3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	13
3.1. Оборудование и материалы	13
3.2. Перечень игр и упражнений	14
3.3. Список литературы.	15
Приложение 1	17

Пояснительная записка

Программа «НейроФИТНЕС» предназначена для систематических занятий с детьми 7-10 лет в условиях образовательной организации – «Личная стратегия» и рассчитана на профилактическую работу с детьми, развитие которых соответствует возрастной норме, а также может использоваться как вторичная психопрофилактическая работа по сопровождению детей с ОВЗ (ТНР).

Начальный школьный возраст – наиболее благоприятный период для развития высших мозговых структур - межполушарных и психических процессов. Успешность обучения детей во многом зависит от своевременного развития межполушарных связей. (А. Р. Лурия, Л. С. Цветкова, М. М. Кольцова, В. И. Лубовский, И. А. Коробейникова и др.).

Специалисты по нейропедагогике называют отсутствие согласованной работы и синхронного взаимодействия полушарий головного мозга основной причиной трудностей в развитии познавательных процессов дошкольников. Одним из универсальных методов является кинезиология – наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой интеллекта.

Программа составлена в соответствии с инновационной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой.

Форма реализации программы: регламентированная образовательная деятельность в рамках Метода Сова-нянька.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ

1.1. Цель и задачи программы

Цель программы:

Активизация речи у детей, развитие межполушарных связей и психических процессов, умения мыслить самостоятельно, аргументировать свои высказывания, строить простейшие умозаключения, расширять кругозор, регулировать собственную деятельность у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи программы:

Развивающие:

- развивать межполушарные связи с помощью нейродинамической гимнастики, построенной на основе кинезиологических упражнений, мануальных и психомоторных игр;
- развивать познавательные способности и мыслительные операции у дошкольников;
- развивать мелкую моторику рук, зрительно-двигательную координацию, произвольную регуляцию движений;
- стимулировать речевую активность у детей.

Образовательные:

- активизировать познавательный интерес;
- формировать приёмы умственных действий (анализ, синтез, сравнение, обобщение, классификация, аналогия);
- формировать обще учебные умения и навыки (умение обдумывать и планировать свои действия, осуществлять решение в соответствии с заданными правилами, проверять результат своих действий и т.д.);
- формировать индивидуальные творческие способности личности.

Воспитательные:

- воспитывать у детей к умению работать в коллективе;
- воспитывать настойчивость, терпение, способность к саморегуляции действий и самоконтроля.

Программа нейропсихологического сопровождения развития детей представляет собой цикл занятий для детей 5-7 лет с общей моторной неловкостью, неустойчивостью и истощаемостью нервных процессов, снижением внимания, памяти, общей работоспособности, двигательной заторможенностью или расторможенностью, эмоционально-волевыми проблемами, трудностями формирования пространственных представлений, речевых процессов.

Нейропсихологические игры - это специальные игровые комплексы, обеспечивающие необходимый энергетический тонус нервной системы способствующие развитию нервнопсихических функций, психических процессов. Предлагаемые комплексы нейропсихологических игр и кинезиологических упражнений имеют превентивную направленность и помогут провести работу по предупреждению у ребенка 7-10 лет недостаточности в развитии, а также активизируют формирование межполушарных связей, переключают мозг ребенка в интегрированный режим работы:

- сенсомоторных, психомоторных, речедвигательных процессов;

- психических процессов: памяти, внимания, мышления, речи;
- зрительно-моторной и пространственной координации.

Игра – ведущий вид деятельности детей дошкольного возраста, а также средство развития, благодаря которому формируются двигательные, познавательные, коммуникативно - речевые и другие навыки, необходимые ребенку.

Данная программа имеет два блока:

- телесно-ориентированный;
- практико-ориентированный.

1.2. Методы и приемы работы:

1. Поисковые (моделирование, опыты, эксперименты).
2. Игровые (развивающие игры, соревнования, конкурсы).
3. Информационно-компьютерные технологии (электронные пособия, презентации).
4. Практические (игры, упражнения).
5. Нейродинамическая гимнастика.
6. Использование занимательного материала (ребусы, лабиринты, логические задачи и упражнения, дидактический материал).

1.3. Сроки реализации программы.

Срок реализации программы – 2 года.

1.4. Виды, формы, методы работы.

Занятия, включают различные виды детской деятельности:

- познавательную;
- продуктивную;
- двигательную;
- коммуникативную;
- конструктивную.

В процессе занятий используются различные формы:

- традиционные;
- комбинированные;
- практические;
- игры.

Формы работы с детьми:

- игра;
- ситуативный разговор;

- беседа;
- рассказ;
- интегративная деятельность;
- проблемная ситуация.

Методы работы с детьми:

Словесный – обучения (объяснение, беседа, устное изложение, диалог, рассказ).

Практический – (упражнения, игры).

Наглядный – (с помощью наглядных материалов: картинок, рисунков, плакатов, фотографий, электронных презентаций).

Поисковый – (моделирование, опыты, эксперименты).

Информационно-компьютерные технологии (электронные пособия, презентации, показ мультимедийных материалов).

Игровые (развивающие игры, соревнования, конкурсы)

Использование занимательного материала (ребусы, лабиринты, логические задачи и упражнения, дидактический материал)

В программе в каждом занятии описаны пять основных блоков упражнений:

- дыхательные упражнения;
- глазодвигательные упражнения;
- самомассаж;
- телесные движения;
- задания когнитивного тренинга.

Занятия по программе «Нейрофитнес» представляет собой комплекс различных видов деятельности, направленный на физическое и психологическое здоровье ребенка.

1.5. Ожидаемые результаты.

Дети умеют:

- выполнять кинезиологические упражнения разной сложности;
- рассуждать, описывать, сравнивать, классифицировать, обобщать, систематизировать предметы и явления окружающей действительности;
- работать в парах, микрогруппах;
- проявлять доброжелательное отношение к сверстнику, умение его выслушать, помочь при необходимости.

У детей улучшится двигательная координация, общая и мелкая моторика, память, внимание, пространственные представления и, как результат, повысится уровень

интеллектуальных способностей и активизация работы головного мозга (правого и левого полушарий).

1.6. Режим занятий.

Используются групповая форма работы. Программа предполагает проведение занятий во вторую половину. Занятия проводятся 1 раз в неделю (с каждой возрастной подгруппой детей).

Продолжительность занятий 35-45 минут. Комплектация групп и продолжительность занятий зависит от возрастной категории детей.

Время занятия:

7-8 лет – 35 минут.

9-10 лет – 45 минут.

Программа рассчитана на 2 года обучения и состоит из двух этапов. Первый этап рассчитан на детей 7-8 лет, второй этап – на детей 9-10 лет.

Годовой календарный учебный график

Содержание		
Возраст	7-8 лет	9-10 лет
Количество групп	1	1
Начало учебного года	01.10.2024	01.10.2024
Продолжительность учебного года	10 месяцев	10 месяцев
Продолжительность образовательной деятельности	40 недель	40 недель
Недельная образовательная нагрузка занятий	2	2
Объем недельной образовательной нагрузки	70 мин	90 мин
Количество занятий в месяц	8	8
Итого	80	80
Сроки проведения мониторинга	10-25 октября 2024	
	15-25 мая 2025	

Занятия носят развивающий характер и проходят в игровой форме с интересным содержанием, творческими, проблемно-поисковыми задачами. Основное содержание занятий составляют игры и упражнения, направленные на коррекцию двигательной сферы и общей моторики, координацию речедвигательных анализаторов, ориентацию в пространстве, в схеме собственного тела и на листе бумаги, осознание своей деятельности через речь.

Регулярное использование нейроигр и кинезиологических упражнений оказывает положительное влияние на коррекционный процесс обучения, развитие интеллекта и

улучшает состояние физического, психического, эмоционального здоровья и социальной адаптации детей, снижает утомляемость, повышает способность к произвольному контролю, что в свою очередь, способствует коррекции недостатков развития дошкольников (в том числе с ОВЗ).

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Диагностическая работа

Результативность программы отслеживается в ходе проведения педагогической диагностики по двум направлениям:

- психомоторное развитие,
- познавательные процессы (внимание, память, восприятие, мышление).

Диагностика проводится два раза в год (сентябрь, май). Все результаты заносятся в сводную таблицу в начале и в конце года. Сравнение первоначальных и итоговых результатов позволяет оценить уровень усвоения программного материала.

Применяемые диагностические методики:

№ п/п	Название методики	Автор, источник	Направленность исследования	Категории детей
	Шкала метрическая Озерецкого Н.И. Леонтьева А.Н. Опосредованная память	Н. И. Озерецкий	Оценка психомоторного развития ребенка	Начальная школа Опосредованное запоминание
	Переплетенные линии	Т.В.Чередникова	Устойчивость внимания	Начальная школа
	Исключение четвертого	М.М. Семаго	Обобщение	Начальная школа
	Классификация	Гольдштейн-Сахаров	Классификация	Начальная школа
	Аналогии М.М.Семаго	Анализ М.М.Семаго	Аналогии Анализ М.М.Семаго	Начальная школа
	Тест «Нахождение недостающих деталей»	Т.Д.Марцинковская	Образное мышление	Начальная школа

2.2. Коррекционно-развивающая работа с детьми

Коррекционно – развивающая работа с детьми направлена на развитие речи, двигательной координации, памяти, внимания, мышления, пространственных представлений и, как результата, повышение уровня интеллектуальных способностей и активизация работы головного мозга

(правого и левого полушарий). Это достигается благодаря систематическому выполнению упражнений и заданий:

1. Упражнения, стимулирующие оптимизацию функционального статуса глубинных образований мозга, поднимающие тонус коры полушарий мозга (дыхательные упражнения, самомассаж).

2. Упражнения, улучшающие возможности приема и переработки информации (движения перекрестного характера, направленные на развитие мозолистого тела головного мозга).

3. Упражнения, улучшающие контроль и регулирование деятельности (ритмичное изменение положений рук).

4. Задания, направленные на анализирование и синтезирование полученной информации, обучающие логически мыслить, классифицировать, обобщать, сравнивать, устанавливать причинно-следственные связи.

5. Задания на формирование базиса подкорково-корковых и межполушарных взаимодействий (работа двумя руками одновременно).

2.2.1. Структура занятия:

Занятие включает в себя:

- дыхательное упражнение;
- самомассаж;
- глазодвигательное упражнение;
- упражнение на мелкую моторику (кинезиологическое упражнение для рук);
- коррекционное телесное упражнение;
- упражнение когнитивного тренинга.

Упражнения даны в порядке усложнения.

2.2.2. Перспективно-календарное планирование

месяцы	Содержание работы				
	Коррекционные движения тела, кинезиологические упражнения для рук	Дыхательные упражнения	Самомассаж	Глазодвигательные упражнения	Когнитивный тренинг
Октябрь	Т/у «Качание»	«Воздушный»	«Муравейник»	«Закроем глазки»,	ВПФ:

ь	головой». Упражнение с мячиками №1, «Весы», «Велосипед». К/у «Кулачки – ладошки», «Кулачки – ладошки в воздухе», «Ходилки», «Колечко» «Качели»,	шарик», «Дышим носом», «Свеча» «Растирание ладоней», «Браслетик», «Снятие перчатки», «Догонялки»	(С.Корепанова «Играем и запоминаем», с.5)	«Ворота», «Моргание», «Погреем глазки» «Веснушки», «Клубника», «Наушники» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя руками»), «Еноты» (нейрокарточка).	«Свободу принцессе», «Что здесь лишнее?» (Е.Белозерова «Думаем и анализируем», с.3,4,6), «Сапожки для Танечки» (А.Сунцова «Ориентируемся в пространстве», с.3),
Ноябрь	Т/у «Колено – локоть», «Ухо—нос». Упражнение с мячиками №2, Упражнение с мячиками №3. К/у «Кулак – кольцо», «Лайк – кольцо» «Именинный пирог»,	«Ароматный цветок» «Конкурс причесок», «Обезьяна расчесывается» «Часы», «Удивись - прищурься» «Ниточки», «Заборчик» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя руками»),			ВПФ: «Узнай пирата по тени», «Невнимательный художник» (А.Сунцова «Учимся быть внимательными», с.5,6), «Помощник», «Бабушкины подарки» (Е.Белозерова «Думаем и анализируем», с.10,11)
Декабрь	Т/у «Зоопарк», «Силач». К/у «Зайчик – кольцо», «Кастрюлька – крышечка» «Один к двум», «Дыши под счет»		«Мытье головы» (Вариант 1), «Мытье головы» (Вариант 2)	«Вращаем глазками», «Взгляд влево вверх» «Гармонь», «Качели» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя руками»), «Трубы», «Машины едут домой» (нейрокарточка).	ВПФ: «Гости дельфинчика Дено», «Принцессы» (А.Сунцова «Учимся быть внимательными», с.9,11), «Потрогай и запомни» (С.Корепанова «Играем и запоминаем», с.13, 14), «Новогодние подарки» (А.Сунцова «Ориентируемся в пространстве», с.8)
Январь	Т/у «Ножницы», «Перекрестная ходьба». Упражнение с кубиками №1 К/у «Домик», «Блинчики»		«Пожмем плечами», «Слушай хлопки и дыши» «Согревание ушек»,	«С днем рождения» «Повороты глаз», «Волшебная палочка» «Мышиные хвостики»,	«Усы», «Клубки» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя руками»), «Лиса с лисятами»

					(нейрокарточка). ВПФ: «Снеговик», «Логические задачи» (Е.Белозерова «Думаем и анализируем», с.12,14), «Прятки в парке» (А.Сунцова «Учимся быть внимательными», с.14), «Запомни код» (С.Корепанова «Играем и запоминаем», с.31)
Февраль	Т/у «Ёжик», «Прыжки на месте». Упражнение с кубиками №2 К/у «Цепочка», «Яблочко и червячок», «Кулак—ребро— ладонь»	«Слушай слова и дыши», «Верх – вниз», «Руки вверх», «Чебурашка», «Слоник»		9 «Близко – далеко», «Глаз – путешественник» «Тельняшки», «Балалайки» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя руками»), «Красная дорожка», «Совы» (нейрокарточки)	ВПФ: «Отличия», «Гномы» (А.Сунцова «Учимся быть внимательными», с.21,22), «Звездный урожай», «Профессии» (Е.Белозерова «Думаем и анализируем», с.19,21)
Март	Т/у «Хлопки», «Клад», «Змейки». Упражнение с кубиками №3 К/у «Горизонтальная восьмерка», «Капли».	«Дуга», «Задержи дыхание» «Наушники», «Глазки отдыхают», «Свободные плечи»	«Следи за карандашом», «Глазки по кругу», «В разные стороны» «Шарф», «Носки» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя руками»), «Зайчата», «Птички» (нейрокарточки)		ВПФ: «Укрась корону Русалочки», (Е.Белозерова «Думаем и анализируем», с.17), «Фрэнк – хулиган», «Найди тень злой феи» (А.Сунцова «Учимся быть внимательными», с.25,30), «Озорник» (С.Корепанова «Играем и запоминаем», с.15,16)
Апрель	Т/у «Яйцо», «Симметричные рисунки», «Рожицы». Упражнение с кубиками №4 К/у «Ленивые восьмерки», «Лесенка»,		«Лайки вверх – вниз», «Ладони вверх – вниз», «Руки к груди» «Веселые носики», «Покусывание и почесывание»,	«Следи глазами», «Круг», «Проворные глазки» «Спагетти», «Капуста», «Барашки» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя	ВПФ: «Волшебный рисунок» (А.Сунцова «Ориентируемся в пространстве», с.10), «А нука, сосчитай!»

			«Гибкая шея»	руками»), «Котенок с клубком» (нейрокарточка).	(А.Сунцова «Учимся быть внимательными», с.26)
Май	Т/у «Равновесие», «Послушные руки». Упражнение с кубиками №5, 6. К/у «Фонарики», «Лезгинка». «Нижний полукруг»			«Насос» «Рыбки», «Расслабленное лицо»	ВПФ: «Приключение в походе» (А.Сунцова «Учимся быть внимательными», с.27),
Июнь	«Солнышко – заборчик – камешки».			«Нарисуй крест», «Сближение - 1» «Ножницы», «Танк» (Ж. Троицкая «Рисуем двумя руками»), «Белки» (нейрокарточка).	«Тайны будущего», «Загадки прошлого» (Е.Белозерова «Думаем и анализируем», с.23,24), «Левый берег, правый берег» (А.Сунцова «Ориентируемся в пространстве», с.14)
Июль		«Холмы», «Острые вершины» (нейрокарточки)			«Паровозик» (С.Корепанова «Играем и запоминаем», с.25,26), «Страна Наоборотия» (Е.Белозерова «Думаем и анализируем», с.31)

2.3. Взаимодействие с родителями

Взаимодействие с родителями направлено на повышение их педагогической культуры.

Основной целью работы с родителями является обеспечение взаимодействия с семьей, вовлечение родителей в образовательный процесс для формирования у них компетентной педагогической позиции по отношению к собственному ребенку.

Реализация цели обеспечивает решение следующих задач:

- выработка у педагога уважительного отношения к традициям семейного воспитания детей и признания приоритетности родительского права в вопросах воспитания ребенка;
- вовлечение родителей в воспитательно - образовательный процесс;

- внедрение эффективных технологий сотрудничества с родителями, активизация их участия в жизни группы;
- создание активной информационно-развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию личности в семье и детском коллективе;
- повышение родительской компетентности в вопросах воспитания и обучения детей.

Работа по взаимодействию с семьей включает следующие направления:

- аналитическое - изучение семьи, выяснение образовательных потребностей ребёнка и предпочтений родителей для согласования развивающего воздействия на ребенка;
- коммуникативно - деятельностное - направлено на повышение педагогической культуры родителей; вовлечение родителей в образовательный процесс; создание активной развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию познавательной и двигательной сферы ребенка;
- информационное - создание открытого информационного пространства (сайт ДОО, форум, группы в социальных сетях и др.).

Основные формы взаимодействия с семьей

Информационно-аналитические анкетирование, опрос

Наглядно-информационные информационные стенды, папки-передвижки

Познавательные родительские собрания, консультации, мастер-классы

Досуговые праздники, досуговые мероприятия

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Оборудование и материалы

Кабинет 1

Сенсо-моторное оборудование «Сова-нянька»

Мебель детская (стол, 4 стула), мягкие игрушки

Кабинет 2

Столы 6 шт

Стулья 12 шт

Ноутбук 1 шт

Доска маркерная 1 шт

- Нейрокарточки «Работаем двумя руками»;
- «Рабочие нейротетради «Думаем и анализируем»;
- «Прописи для гармоничного развития обоих полушарий мозга»;
- «Рабочие нейротетради «Играем и запоминаем»;
- «Рабочие нейротетради «Учимся быть внимательными»;

- «Рабочие нейротетради «Рисуем двумя руками»;
- карандаши (простые, цветные);
- игрушки для дыхательных упражнений;
- мячики, кубики.

3.2. Перечень игр и упражнений

3.2.1. Кинезиологические упражнения (упражнения основаны на переходе из одной позиции в другую)

«Кулачки – ладошки», «Кулачки – ладошки в воздухе», «Ходилки», «Колечко», «Кулак – кольцо», «Кастрюлька – крышечка», «Лайк – кольцо», «Зайчик – кольцо», «Лесенка», «Два пальца», «Яблочко и червячок», «Блинчики», «Домик», «Лезгинка», «Капли», «Фонарики», «Кулак—ребро—ладонь», «Дом – ёжик – замок», «Гусь-курица-петух», «Солнышко – заборчик – камешки», «Ухо – нос – хлопок», «Заяц – коза – вилка», «Флажок-рыбка-лодочка», «Ленивые восьмерки», «Горизонтальная восьмерка», «Горизонтальная восьмерка» с выдвинутым языком, «Цепочка», «Змейка», «Орехи», «Щелчки», «Пальцы – лучики»

3.2.2. Коррекционные движения тела

«Силач», «Весы», «Велосипед», «Зоопарк», «Парусник», «Насос и надувная кукла», «Потянулись — сломались», «Перекрестные движения», «Качание головой», «Ухо—нос», «Ножницы», «Колено – локоть», «Перекрестная ходьба», «Ёжик», «Прыжки на месте», «Парад», «Прыжки с поворотом и без него», «Мельница», «Робот», «У тети Авдотьи четыре сына», «Зеркало», «Рисуем ногами», «Яйцо», «Глаза и язык», «Симметричные рисунки», «Хлопки», «Узнай и нарисуй», «Послушные пальчики», «Клад», «Снеговик», «Рожицы», «Слушай, выполняй», «Послушные руки», «Крестик», «Равновесие», «Цыганочка», Упражнения с мячиками, Упражнения с кубиками, Упражнения с карандашами.

3.2.3. Самомассаж

«Растирание ладоней», «Браслетик», «Снятие перчатки», «Догонялки», «Конкурс причесок», «Мытье головы», «Обезьяна расчесывается», «Согревание ушек», «С днем рождения», «Возьмем силы от земли», «Чебурашка», «Слоник», «Наушники», «Насос», «Козелок», «Растираем ушки», «Глазки отдыхают», «Веселые носики», «Покусывание и почесывание», «Рыбки», «Расслабленное лицо», «Лепим красивое лицо», «Поглаживание лица и головы», «Гибкая шея», «Свободные плечи», «Сова», «Теплые ручки», «Массируем ручки».

3.2.4. Глазодвигательные упражнения:

«Закроем глазки», «Ворота», «Моргание», «Погреем глазки», «Часы», «Удивись - прищурься», «Вращаем глазками», «Проворные глазки», «Взгляд влево вверх», «Повороты глаз», «Волшебная палочка», «Забор», «Близко –далеко», «Следи за карандашом», «Проследи путь», «Следи глазами», «Нарисуй ромбик», «Сближение - 1», «Сближение - 2», «Проследи путь» с языком, «В разные стороны», «Следи за восьмеркой», «Глаза смотрят, язык прячется», «Круг», «Нарисуй крест», «Нарисуй восьмерку - 1», «Нарисуй восьмерку - 2», «Нарисуй восьмерку - 3», «Стрелочник», «Следи за контуром», «Глаз – путешественник», «Глазки по кругу», «Навигатор», «Слоник», «Буратино», «Квадрат».

3.2.5. Дыхательные упражнения:

«Качели», «Дышим носом», «Воздушный шарик», «Свеча», «Именинный пирог», «Ароматный цветок», «Одна ноздря», «Один к двум», «Дышим под счет», «Пожмём плечами», «Слушай хлопки и дыши», «Слушай слова и дыши», «Подними, держи, дыши», «Вверх-вниз», «Дуга», «Задержи дыхание», «Лайк вверх - вниз», «Ладонь вверх - вниз», «Нижний полукруг», «Насос», «Руки вверх», «Руки к груди».

3.3. Список литературы.

1. Белозерова Е. Рабочие нейротетради «Думаем и анализируем». - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2019.
2. Бурлакина О.В. Комплексы упражнений для формирования правильного речевого дыхания. Сп-б, «Детство – Пресс», 2012.
3. Захарова Р.А., Чупах И.В. Методика «Гимнастика мозга». В сб.: Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. - М., Ставрополь, «Илекса», «Сервис школа», 2001.
4. Ибадов Я.С., Катаманова Д.Л. Прописи для гармоничного развития обоих полушарий мозга. - Симферополь, 2013.
5. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми. - М.: Айриспресс, 2015.
6. Корепанова С. Рабочие нейротетради «Играем и запоминаем». - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2019.
7. Марычева О. И., Габараева К. А. Гимнастика для ума. Сборник упражнений для активизации умственной деятельности. [Текст] / под ред. Рябовой О. А. – Карпогоры, 2020.
8. Сунцова А. Рабочие нейротетради «Учимся быть внимательными». - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2019.
9. Троицкая Ж. Рабочие нейротетради «Рисуем двумя руками». - Ростов-на-Дону, «Феникс»,

2019.

10. Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у детей: нейродинамическая гимнастика. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2019.

Приложение 1

Шкала оценки психомоторного развития Н. И. Озерцкого

Тест для детей в возрасте 10 лет

Задание №1. Стояние в течение 10 секунд на пальцах ног («на цыпочках») с открытыми глазами. Ребенок приподнимается на пальцах ног (становятся на цыпочки), руки вытянуты по швам. Ноги плотно сжаты, пятки и носки сомкнуты. Тест читается невыполненным, если ребенок сошел с первоначальной позиции, прикоснулся пятками к полу. Шатание. Балансирование, приподнимание и опускание на пальцах ног не считаются неудачей, но обязательно должны быть отмечены в протоколе знаком минус. При неудаче допускается повторение теста, но не более трех раз.

Задание №2. Ребенку дают квадратный листок (размером 5х5 см) папиросной бумаги и предлагают максимально быстро при помощи пальцев правой руки скатать его в шарик; помогать во время работы другой рукой не разрешается. Задание продлевается при положении руки на весу. После 15-секундного перерыва предлагают скатать шарик другой рукой. Тест ограничен по времени: не более 15 секунд для правой руки, не более 20 секунд – для левой. (Для левой цифры обратные.) Тест считается невыполненным, если будет потрачено более указанного времени и если шарики будут недостаточно компактно свернуты. Тест оценивается баллом, если задание выполнено для обеих рук; при выполнении задания для одной руки ставится 0,5 балла; в протоколе не указывается, какой рукой выполнено задание. При неудаче допускается повторение теста, но не более двух раз для каждой руки.

Задание №3. Ребенка сажают за стол. Напротив кладется раскрытая спичечная коробка (на расстоянии, удобном для того, чтобы ее можно было легко достать полусогнутой в локте рукой). Справа и слева по бокам коробки (на расстоянии, равном длине спички) расположено тесно ряд (вертикально) по 10 спичек с каждой стороны. Ребенку предлагают по звуковому сигналу начать укладывание спичек в коробку, для чего он должен большим и указательными пальцами обеих рук одновременно брать с каждой стороны по спичке и одновременно же класть их в коробку. Первыми берутся спички, ближайšie к стенке коробки. В течение 20 секунд с каждой стороны должно быть уложено не менее чем 5 спичек; если уложено меньшее, хотя и одинаковое с обеих сторон, количество спичек, рекомендуется повторить тест; вторичное аналогичное выполнение задания расценивается минусом. Тест считается невыполненным, если ребенок производил движения несинхронно (хотя бы и было уложено равное количество спичек с обеих сторон). В протоколе отмечается числителем количество спичек, оставшихся справа, знаменателем – количество спичек слева; при правильном выполнении теста дробь равна единице. При неудаче допускается повторение теста не более двух раз.

Тест для детей в возрасте 7 лет

Задание №1. Стояние с открытыми глазами в течение 10 секунд (попеременно на правой и левой ногах). Поднятая нога должна быть согнута под прямым углом в коленном суставе; поднятое бедро – параллельно другому. Слегка отведено, руки вытянуты по швам. При опускании поднятой ноги необходимо предложить ребенку немедленно

выровнять ногу до прямого угла. После 30 секунд перерыва то же самое испытание продлевается для другой ноги. Тест считается невыполненным, если ребенок после трехкратного напоминания все же опустил поднятую ногу; если ребенок хотя бы один раз коснулся пола поднятой ногой, сошел с места, подпрыгивал, поднимался на пальцах ноги, балансировал. Полный балл ставится за выполнение задания для обеих ног; при неустойчивости на одной ноге ставится 0,5 балла; в протоколе отмечается, какая нога была более устойчивой. При неудаче допускается повторение теста, но не более двух раз для каждой ноги.

Задание №2. Начертание вертикальных линий. Ребенка сажают за стол и кладут перед ним лист белой линованной по одной линейке бумаги. В правую руку, лежащую совершенно свободно (опирается на локоть), ребенок берет карандаш. По звуковому сигналу он должен начать с наибольшей быстротой чертить карандашом между двумя линейками вертикальные линии. Промежутки между двумя вертикальными линиями могут быть неодинаковыми, но они не должны выходить за пределы двух смежных горизонтальных линий. По истечении 10 секунд дается звуковой сигнал о прекращении работы. После 30-секундного перерыва то же самое ребенок делает левой рукой. Тест считается невыполненным, если испытуемый в течение 15 секунд начертил меньше 20 линий правой рукой и меньше 12 – левой. (Для левшей – цифры обратные). Линии, выходящие за горизонтальные линейки или не достигающие до них больше чем на 3 мм, не подсчитываются. Тест оценивается 1 баллом, если задание выполнено для обеих конечностей; при выполнении задания для одной руки ставится 0,5 балла. В протоколе указывается, для какой руки выполнено задание, а также отмечаются изменения скорости начертания. При неудаче допускается повторение теста, но не более 2 раз для каждой руки.

Задание №3. Проба на пальцевый гнозис и праксис Ребенку предлагается, не глядя на свою руку, вслед за экспериментатором, воспроизводить различные позы пальцев: все пальцы выпрямлены и сомкнуты, ладонь повернута вперед. 1-й палец поднят вверх, остальные собраны в кулак. указательный палец выпрямлен, остальные собраны в кулак. 2-й, 3-й пальцы расположены в виде буквы X 2-й, 5-й пальцы выпрямлены, остальные собраны в кулак 2-й, 3-й пальцы скрещены, остальные собраны в кулак. 2-й, 3-й пальцы выпрямлены и расположены в виде буквы V, а 1-й, 4-й, 5-й собраны в кулак («зайчик»). 1-й, 2-й пальцы соединены кольцом, остальные выпрямлены. Оценивается положение каждой позы в штрафных баллах: - поза не выполнена – 1 балл; - поза воспроизведена неточно – 0,5 балла - замедленное воспроизведение позы (поиск нужных движений) – 1 балл; - поиск нужных движений продолжается от 10 до 30 секунд – 2 балла; - поиск нужных движений продолжается более 30 секунд – 3 балла. Выполнение этого теста в значительной степени зависит от кинестетического анализатора и «схемы тела». Оценка результатов Испытуемый должен выполнить все задачи своего возраста; результат выполнения теста оценивается 1 баллом (правильное исполнение), 0 баллов (неправильное исполнение), за исключением тех тестов, в которых задание касается верхних или нижних конечностей, где полный балл ставится только в тех случаях, если испытуемый выполнил задание для обеих конечностей. В случаях, когда задание выполнено частично (одна правая или одна левая конечность), ставится 0,5 балла. Все полученные баллы суммируются. Подводится итог диагностики.

Регистрация результатов обследования осуществляется по схеме:

Фамилия и имя испытуемого Возраст Дата исследования	Диагноз	Номер теста	Отметки исследователя	Результат выполнения теста
Ф.И.О. исследователя				
Тесты для возраста				