

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 15 Невского района
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 15
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 30.08.2024г.

СОГЛАСОВАНА

Советом родителей
ГБДОУ детского сада №15
Невского района Санкт-Петербурга
протокол от 30.08.2024г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим ГБДОУ детского сада № 15
Невского района Санкт-Петербурга


А.Ф. Бойцова
Приказ от 30.08.2024г. № 28

Дополнительная образовательная программа
«Развивающие игры с элементами кинезиологии»
педагогов дополнительного образования
ГБДОУ детский сад № 15 Невского района
Санкт-Петербурга
возраст обучающихся: 4-5 лет
Срок реализации: 1 год

Разработана:
Семенова Л.В.

Санкт-Петербург
2024

Пояснительная записка.

Направленность программы «Волшебные движения»: спортивно-оздоровительная, коррекционно-развивающая.

Актуальность.

Дошкольный возраст – яркая, неповторимая страница в жизни каждого человека. Именно в этот период устанавливается связь ребёнка с ведущими сферами бытия: миром людей и природы, предметным миром. Происходит приобщение к культуре, к общечеловеческим ценностям. Развивается любознательность, формируется интерес к творчеству.

Хорошо развитая речь – важнейшее условие всестороннего полноценного развития детей. Чем богаче и правильнее у ребенка речь, тем легче ему высказать свои мысли, тем шире его возможности в познании окружающей действительности, содержательнее и полноценнее его отношения со сверстниками и взрослыми, тем активнее осуществляется его психическое развитие. Но в последнее время наблюдается рост числа детей, имеющих нарушения общей, мелкой моторики и речевого развития. Поэтому так важно заботиться о формировании речи детей, о ее чистоте и правильности, предупреждая и исправляя различные нарушения.

У детей с нарушениями речи, как правило, имеются и другие отклонения. При этом бывает снижен тонус сенсорной и моторной сферы. Что усугубляет тяжесть речевой недостаточности, а также ведет к задержке темпа общего развития. Причины лежат в незрелости определенных зон мозга, либо в их дисфункции. Что касается самой речи, то, как правило “страдают” не просто звуки, а механизмы восприятия понимания, а также речевой аппарат. Из вышесказанного следует вывод, что формировать речь следует не изолированно, а лишь в комплексе с общим развитием.

В.М. Бехтерев писал: «...движение рук тесно связано с речью и её развитием...».

В.А. Гиляровский отмечал, что запоздалое развитие речи в свою очередь в большинстве случаев представляет частичное проявление общего недоразвития моторики.

Правильная, хорошо развитая речь является одним из основных показателей готовности ребенка к успешному обучению в школе.

Сначала развиваются тонкие движения пальцев рук, затем появляется артикуляция слогов. Развитие и улучшение речи стоит в прямой зависимости от степени сформированности тонких движений пальцев рук. Если же развитие движений пальцев отстает, то задерживается и речевое развитие.

Тренировка ручной ловкости способствует также развитию таких необходимых умений и качеств, как подготовка руки к письму.

Совершенствование интеллектуальных и мыслительных процессов необходимо начинать с развития движений пальцев и тела. Развивающая работа должна быть направлена от движений к мышлению, а не наоборот. Для успешного обучения и развития ребенка одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве межполушарного взаимодействия, которое можно развить через кинезиологические упражнения.

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 развития интеллекта.

Слово «кинезиология» происходит от греческих слов: «кинезис» - «движение» и «логос» - «наука», т.е. наука о движениях.

Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка, тем значительнее эти изменения. Известно, что развитие интеллектуальных и мыслительных возможностей необходимо начинать с развития движений тела и пальцев рук. Развитию кисти руки принадлежит важная роль в формировании головного мозга и становлении речи, т.к. рука имеет самое большое представительство в коре головного мозга.

По данным Министерства здравоохранения РФ в настоящее время только 15% детей рождаются абсолютно здоровыми, у остальных отмечаются те или иные патологии. По статистике, 70-90 % детей, посещающих дошкольные учреждения, имеют проблемы с речевым развитием - от темповой задержки, нарушений звукопроизношения до моторной алалии, приводящие к

расстройствам письменной речи. И как следствие – трудности в процессе усвоения школьных программ и адаптации к школе.

А так как современный мир стремительно меняется: запросы школы и общества таковы, что ребенок должен быть готов воспринимать большой объем информации, ориентироваться в нем, стараться быть успешным и конкурентоспособным. То эта проблема не теряет своей актуальности.

По мнению нейрофизиологов, кинезиологов, определяющую роль в возникновении речевых нарушений играют нарушения функциональной асимметрии коры больших полушарий головного мозга и межполушарного взаимодействия. То есть одной из причин является «координационная неспособность» к обучению, неспособность правого и левого полушария к интеграции.

Именно через движение мы можем оптимизировать процесс подготовки детей к школе. Следовательно, развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот.

Отличительные особенности.

Кинезиологические упражнения позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга. Они влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, но и позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики.

Систематическое выполнение кинезиологических упражнений влияет на всестороннее развитие ребенка и способствует успешной подготовке к школьному обучению.

Адресат программы – дети старшего дошкольного возраста от 5 до 6 лет.

Цель программы. Активизация мыслительной деятельности детей 5-6 лет через развитие осмысленной моторики.

Задачи.

Образовательные:

1. Способствовать развитию межполушарного взаимодействия;
2. Способствовать повышению способности к произвольному контролю;
3. Способствовать развитию общей и мелкой моторики.
4. Способствовать развитию внимания, мышления, воображения, памяти.
5. Способствовать развитию речи.

Оздоровительные:

1. Способствовать сохранению и укреплению здоровья.
2. Способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.
3. Способствовать укреплению связочно-суставного аппарата.
4. Способствовать развитию дыхательной мускулатуры.
5. Способствовать активизации работы мышц глаз.
6. Повышать работоспособность детей.

Воспитательные:

1. Воспитывать терпение и трудолюбие.
2. Воспитывать отзывчивость, чувство взаимопомощи.
3. Воспитывать волевые качества: смелость, решительность, уверенность в своих силах.
4. Способствовать снижению тревожности и снятию эмоционального напряжения.

Условия реализации программы.

Занятия проводятся со всей группой. При необходимости, группа делится на 2 подгруппы.

Сроки реализации программы.

С 1 сентября 2023 по 31 мая 2024 – 1 год.

Формы и режим организации занятий.

Занятия проводятся 1 раза в неделю.

Продолжительность занятия для детей 5-6 лет – 25 минут.

Структура программы.

Данная программа опирается на возрастные и индивидуальные особенности детей, их физическое развитие. Программа ориентирована на развивающую работу, направленную от движения к мышлению. Программа включает в себя: ритмические, дыхательные, глазодвигательные, сложнокоординационные и кинезиологические упражнения, а также подвижные и малоподвижные игры. Комплексы программы направлены на профилактику и устранение нарушений функциональной асимметрии коры больших полушарий головного мозга и межполушарного взаимодействия.

Форма занятий: групповая, подгрупповая, индивидуальная.

Структура занятий:

1. Разминка (5 мин).

Координационные упражнения, ритмические упражнения, глазодвигательные упражнения.

2. Основная часть (10 мин).

ОРУ, ОВД, кинезиологические упражнения.

3. Заключительная часть (10 мин).

Подвижная игра, малоподвижная игра, дыхательные упражнения.

Ожидаемые результаты обучения:

1. Развиваются межполушарные взаимосвязи (Ребенок одинаково хорошо выполняет одно и то же упражнение как левой, так и правой частью тела);
2. Повысилась способность к произвольному контролю (Ребенок осознанно выполняет упражнения, контролируя процесс);
3. Активизируются интеллектуальные и познавательные процессы;
4. Улучшилась память и концентрация внимания;
5. Улучшилась речь;
6. Улучшилась мыслительная деятельность;
7. Сформировалось правильное дыхание;
8. Улучшилась координация движений;
9. Повысилась мотивация к обучению;
10. Снизилась утомляемость и тревожность, дети стали спокойнее и увереннее в себе;
11. Повысилась способность к произвольному контролю.

Учебный план (5-7 лет)

№ п/п	Название тематического раздела	Количество минут			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Дыхательные упражнения	93	14	79	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
2.	Глазодвигательные упражнения	91	14	77	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
3.	Ритмические упражнения	114	14	100	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
4.	Кинезиологические упражнения	280	14	266	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
5.	Сложнокоординационные упражнения	280	14	266	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
6.	Коррекционные движения для тела и пальцев	93	14	79	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
7.	Подвижные игры	224	14	210	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
8.	Малоподвижные игры	225	14	211	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.

9.					
Итого: 56 занятий		1400	112	1288	

Календарный учебный график

Возраст	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
5-6 лет	01.10	31.05	28*	56	56	1 раз в неделю по 25 минут

* в январе и мае проводится 4 занятия в месяц.

Учебный план (5-7 лет)

№ п/п	Название тематического раздела	Количество минут			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Дыхательные упражнения	93	14	79	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
2.	Глазодвигательные упражнения	91	14	77	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
3.	Ритмические упражнения	114	14	100	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
4.	Кинезиологические упражнения	280	14	266	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
5.	Сложнокоординационные упражнения	280	14	266	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
6.	Коррекционные движения для тела и пальцев	93	14	79	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
7.	Подвижные игры	224	14	210	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
8.	Малоподвижные игры	225	14	211	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
Итого: 56 занятий		1400	112	1288	

Календарный учебный график

Возраст	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
5-6 лет	01.10	31.05	28*	56	56	1 раз в неделю по 25 минут

* в январе и мае проводится 4 занятия в месяц.

Примерное календарно-тематическое планирование занятий с детьми (5-6 лет)

Месяц	№	Тема занятия	Содержание занятия
Октябрь	1-8	Занятие №1	1.Разминка 2.ПИ «Трамвай» 3.Ритмическое упражнение «Сиртаки» 4.Глазодвигательное упражнение «Посмотри на мяч» 5.ОРУ 6.Кинезиологические упражнения с мешочками

			7. Дорожка координации 8. ПИ «Самолет-ракета» 9. МПИ «Себе-другу» 10. Дыхательное упражнение «Подуем на плечо»
Ноябрь	1-8	Занятие №2	1. Разминка 2. ПИ «Вперед четыре шага» 3. Ритмическое упражнение «Сиртаки» 4. Глазодвигательное упражнение «Заинька» 5. ОРУ 6. Кинезиологические упражнения с мешочками 7. Дорожка координации 8. ПИ «Синие и желтые палочки» 9. МПИ «Угадай, кто позвал» 10. Дыхательное упражнение «Пузырики»
Декабрь	1-8	Занятие №3	1. Разминка 2. Ритмическая игра «Утро» 3. Ритмическое упражнение «Тарантелла» 4. ОРУ 5. Глазодвигательное упражнение «Бабочка-цветок» 6. Дорожка координаций 7. Кинезиологические упражнения с мешочками 8. ПИ «Правая-левая» 9. Упражнение «Спящий котёнок»
Январь	1-4	Занятие №4	1. Разминка 2. ПИ «Трамвай» 3. Ритмическое упражнение «Тарантелла» 4. Глазодвигательное упражнение «Филин» 6. ОРУ 7. Кинезиологические упражнения с мешочками 8. Дорожка координации 9. МПИ «Найди предмет» 10. Дыхательное упражнение «Косим траву»
Февраль	1-8	Занятие №5	1. Разминка 2. ПИ «Пятнашки» 3. Ритмическое упражнение «Летка-Енька» 4. Глазодвигательное упражнение «Ослик» 5. ОРУ 6. Кинезиологические упражнения с мячом 7. Дорожка координации 8. ПИ «Черепашки» 9. МПИ «Канон» 10. Построение
Март	1-8	Занятие №6	1. Разминка 2. Ритмическая игра «Утро» 3. Ритмическое упражнение «Летка-Енька» 5. Глазодвигательное упражнение «Солнышко и тучки» 6. ОРУ 7. Кинезиологические упражнения с мячом 8. ПИ «Пила» 10. Дыхательное упражнение «Часики»
Апрель	1-8	Занятие №7	1. Разминка 2. Музыкальная игра «Вперед четыре шага» 3. Ходьба с заданием на развитие координации 4. Ритмическое упражнение «Як-цуп-цоп» 5. Глазодвигательное упражнение «Маляры» 6. ОРУ

			7. Кинезиологические упражнения с мячом 8. Дорожка координации 9. МПИ «Испорченный телефон» 10. Дыхательное упражнение «Курочки»
Май	1-4	Занятие №8	1. Разминка 2. ПИ «Пятнашки» 3. Ритмическое упражнение «Яц-цуп-цоп» 4. Глазодвигательное упражнение «Жмурки» 5. ОРУ 6. Кинезиологические упражнения с мячом 7. Дорожка координации 8. ПИ «Найди пару» 9. МПИ «Тихо-громко», «Горячо-холодно» 10. Дыхательное упражнение «Петух»

Оценочные и методические материалы.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводится:

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года – выполнение упражнений. Съемка занятий на видео.

Итоговый контроль.

В конце учебного года проводятся открытые занятия для родителей, видеозапись занятий с детьми.

Кадровое и материально-техническое обеспечение программы.

Программа реализуется инструктором по физической культуре, педагогом дополнительного образования, имеющим необходимую квалификацию и образование.

Материально-техническое обеспечение программы:

1. Спортивный зал;
2. Спортивный инвентарь;
3. Ноутбук;
4. Музыкальный центр;
5. Фотоаппаратура и штатив.

Список литературы.

1. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М., 1985.
2. Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997.
3. Гордеев В.И., Александрович Ю.С. Методы исследования развития ребенка: качество жизни (QOL) – новый инструмент оценки развития детей. – СПб.: Речь, 2001.
4. Данилова Н.Н., Крылова А.Л. Физиология высшей нервной деятельности - М., 1989.
5. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых. – СПб.: Речь, 2002.
6. Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003.
7. Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность – М.: Наука, 1984.
8. Сиротюк А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии: Практическое руководство для учителей и родителей. – М.: Сфера, 2001.
9. Стамбулова Н.Б. Опыт использования специальных физических упражнений для развития некоторых психических процессов у младших школьников – М., 1977.
10. Сухомлинский В.А Самый отстающий в классе...// Воспитание школьников – М., 1991.
11. Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга – Л., 1978.
12. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб., 1996.

13. Шанина Г.Е Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999.

Интернет ресурсы.

1. <https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-kineziologiya-kak-sredstvo-ozdorovleniya-i-razvitiya-detej-doshkolnogo-i-mladshego-shkolnogo-vozrasta--4165971.html>
2. <https://www.maam.ru/detskij-sad/-kineziologija-v-rabote-s-detmi-doshkolnogo-vozrasta.html>
3. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2020/09/21/master-klass-kineziologicheskie-uprazhneniya-v-rabote-s-vospitannikami>