

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 83»  
(Детский сад № 83)  
623400 Свердловская область, г.Каменск-Уральский, ул. Чайковского,24  
тел. (3439) 370-337

дующего  
ский сад №83»  
а 2021 г.

Педагогическим Советом  
МБДОУ «Детский сад №83»  
№ 1  
от «25» августа 2021 г.

возраст обучающихся: 5-7 лет  
срок реализации: 2 года

Мамина Юлия Сергеевна, педагог-психолог  
Калашникова Лариса Гарифулловна, инструктор по физической культуре

г.Каменск-Уральский, 2021

## СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

|      |                                                      |    |
|------|------------------------------------------------------|----|
| 1.   | КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.....       | 4  |
| 1.1. | Пояснительная записка.....                           | 4  |
| 1.2. | Цели и задачи реализации программы.....              | 5  |
| 1.3. | Принципы формирования и реализации программы.....    | 6  |
| 1.4. | Содержание программы.....                            | 6  |
| 1.5. | Планируемые результаты.....                          | 29 |
| 2.   | КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ       | 30 |
| 2.1. | Календарный учебный график.....                      | 30 |
| 2.2. | Условия реализации программы.....                    | 30 |
|      | 2.2.1. Методическое обеспечение.....                 | 30 |
|      | 2.2.2. Материально-техническое обеспечение.....      | 32 |
|      | 2.2.3. Кадровое обеспечение.....                     | 33 |
| 2.3. | Формы аттестации/контроля и оценочные материалы..... | 33 |
| 3.   | СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....                               | 34 |

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

В психологии на сегодняшний день существует много различных направлений и подходов коррекции и реабилитации процессов развития, но, несмотря на это проблема эффективности психологической помощи детям остаётся очень актуальной.

В настоящее время в образовательной среде достаточное распространение получило наиболее эффективное направление – нейропсихологический подход, базирующийся на современных (по А.Р. Лурии) представлениях о генезе и сложном строении высших психических функций. Этот подход дал возможность создать ряд высокоэффективных технологий коррекционной работы, в основе которых лежит системный подход к коррекции развития ребёнка.

В рамках нейропсихологической коррекции по Семенович А.В. реализуется принцип замещающего онтогенеза, предполагающий развитие мозгового обеспечения психических функций.

Метод замещающего онтогенеза (МЗО) заключается в соотнесении актуального статуса ребёнка с основными этапами и векторами формирования мозговой организации психических процессов, и последующим ретроспективным воспроизведением тех участков онтогенеза, которые по тем или иным причинам не были полностью освоены. Проще говоря, основной принцип коррекции – прохождение непройденных этапов.

Первой и основной коррекционно-абилитационной целью МЗО является формирование у ребёнка сенсомоторных взаимодействий. Здесь максимально используется психомоторная коррекция. Формируемое на этом уровне сенсомоторное обеспечение всех психических функций активирует общий энергетический, эмоциональный и тонический статус. Комплекс этих технологий ориентирован на коррекцию и абилитацию 1-го функционального блока мозга:

- уровень стабилизации, активации и энергоснабжения психических процессов (подкорковых и стволовых образований головного мозга);
- уровень операционального обеспечения вербальных и невербальных психических процессов (задних и премоторных отделов правого и левого полушарий мозга и их взаимодействия);
- уровень произвольной регуляции и смыслообразующей функции психических процессов (передних (префронтальных) отделов мозга);

Постепенно в этот процесс интегрируется нейропсихологическое сопровождение развития специальных когнитивных функций, а именно речи, письма, пространственных представлений, памяти и т.д. Коррекция познавательных процессов связано с воздействием на 2-ой функциональный блок мозга.

Последний этап направлен на повышение уровня саморегуляции и произвольного контроля (оптимизация структур 3-го функционального блока).

Нейропсихологические исследования А.Р. Лурии, Л.С. Цветковой, Е.Д., Хомской, А.В. Семенович, Э.Г. Симерницкой и других отечественных учёных показали, что учебные трудности часто имеют под собой физиологическую основу – поражение или дисфункцию определённых мозговых областей, которые и ведут к нарушению таких ВПФ, как речь и письмо, чтение и счёт, интеллектуальная деятельность и память. В таких случаях очень действенными являются методы восстановительного обучения. Т.е. такие методы, которые позволяют воссоздать в развёрнутом виде внутреннюю структуру нарушенного звена в распавшейся функции с помощью вынесения наружу отдельных, строго соответствующих структуре дефекта операций, последовательное выполнение которых может привести к осуществлению пострадавшей (несформированной) деятельности. Выписанные в нужной последовательности, операции и составят программу, управляющую извне ходом восстановления нарушенного (несформированного) действия и позволяющую контролировать этот ход. Программа операций, в отличие от применения отдельных методов, приёмов, упражнений, мало связанных друг с другом, создает схему, структуру протекания процесса письма, чтения или счёта, а не отдельных его сторон и вводит его в систему с другими ВПФ. В этом психологическая сущность программированного обучения.

В программное обеспечение нашей работы входят: программа комплексной нейропсихологической коррекции и абилитации процессов развития в детском возрасте (А.В. Семенович), программа сенсомоторной коррекции при психосоматических расстройствах в детском возрасте (А.С. Султанова), курс нейропсихологических коррекционных занятий с детьми 5-10 лет

(М.В. Евлампиева и др.), программа нейропсихологического развития и коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивности (А.Л. Сиротюк), нейропсихологические занятия с детьми (В.С. Колгановой, Е.В. Пивоваровой).

Использование нейропсихологических методов и методик в работе эффективно интегрируется в процесс психолого-педагогического сопровождения процессов развития детей и позволяет получить положительный результат и в познавательном развитии, и в развитии регулятивных функций, а также способствует эмоциональному, личностному и коммуникативному развитию детей.

**Актуальность, педагогическая целесообразность программы** обусловлена тем, что в процессе её реализации воспитанники овладевают знаниями, умениями, навыками, которые смогут применять в бытовой деятельности. Это расширит их возможности в реализации личностного и творческого потенциала; а также при подготовке к школе использование нейропсихологического подхода позволяет на ранних этапах нормализовать процессы психического онтогенеза и скомпенсировать дисгенетический синдром. В совокупности это приводит к эмоционально-личностному и когнитивному развитию, что способствует обучению, и адекватной адаптации к процессу школьного обучения и социуму.

**Новизна программы** использование нейропсихологического подхода при подготовке ребенка к школе.

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

Данная программа учитывает двухстороннее взаимодействие между морфогенезом мозга и формированием психики: с одной стороны, для появления определенной функции требуется известная степень зрелости нервной системы, с другой – само функционирование и активное коррекционно-развивающее воздействие оказывают влияние на созревание соответствующих структурных элементов.

Для эффективности реализации программы занятия проводятся педагогом-психологом и инструктором по физической культуре совместно.

Каждое занятие может дублироваться с заменой некоторых упражнений и отрабатываться до тех пор, пока не будет достигнут результат.

**Адресат программы.** Программа предназначена для дошкольников 5-ти – 7-ми лет. Для эффективной работы группы формируются по количеству до 10 человек.

**Режим занятий:**

Для детей 5-6 лет: 2 раза в неделю по 25 мин.

Для детей 6-7 лет: 2 раза в неделю по 30 мин.

**Срок реализации программы – 2 года (144 часа):**

1 год обучения: 72 часа, 2 раза в неделю;

2 год обучения: 72 часов, 2 раза в неделю.

**Формы реализации Программы:** традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение 2х лет.

**Формы обучения:** индивидуально-групповая.

**Виды занятий:** коррекционно-развивающие занятия в форме игровой терапии.

## **1.2. Цели и задачи реализации программы**

**Цель программы:** стабилизация и активация энергетического потенциала организма, повышение пластичности сенсомоторного обеспечения психических процессов.

**Задачи программы:**

1. Компенсация когнитивных и поведенческих нарушений за счет функциональной активации подкорковых образований мозга;
2. Развитие высших психических функций;
3. Развитие тонкой моторики (возможность точного выполнения изолированных движений, дифференцированных положений пальцев рук, развитие мелкой мускулатуры пальцев рук);
4. Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела (развитие плавности, переключаемости и точности движений);
5. Развитие произвольной регуляции движений;

6. Стабилизация межполушарного взаимодействия (развивать комиссуры как межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией, в результате происходит синхронизация работы полушарий);
7. Обеспечение приемов и тонкого анализа модально-специфической информации (развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации - тактильной, двигательной, кинестетической, динамической, зрительной, слуховой);
8. Формирование смыслообразующих функций психических процессов и произвольной саморегуляции (от механического принятия и выполнения ребенком строго заданной, развернутой инструкции психолога к постепенному переходу к совместному, а затем и самостоятельному созданию им программы деятельности, ее реализации и контролю за результатами);
9. Умение адекватно выражать эмоциональные состояния;
10. Развитие навыков ведения коллективной (совместной) деятельности.

### **1.3. Принципы формирования и реализации программы**

1. Принцип доступности заключается в необходимости соответствия содержания, методов и форм обучения возрастным особенностям детей, уровню их развития.
2. Принцип наглядности означает привлечение в образовательный процесс различных наглядных средств с целью усвоения воспитанниками знаний и формирования у них различных умений.
3. Принцип демократичности и гуманности отражает процесс становления и развития неограниченных возможностей личного потенциала каждого ребенка на основе ценностей общечеловеческой и национальной культур.
4. Принцип научности предполагает соответствие учебно-методической базы современному уровню развития науки и культуры, обеспечение воспитанников достоверной научной информацией и современными способами учебно-познавательной деятельности.
5. Принцип усложнения предполагает построение определенной системы и последовательности процесса обучения в определенном порядке, когда каждый новый учебный материал логически связывается с другим, при этом постепенно усложняется.
6. Принцип последовательности и систематичности требует, чтобы процесс обучения протекал в определенной системе и строгой логической последовательности при изложении учебного материала.

### **1.4. Содержание программы**

#### **Учебно-тематический план занятий по нейропсихологической коррекции и развитию «Гимнастика для ума»**

##### **1 год обучения**

| №<br>п/п | Блоки упражнений                                                              | Название упражнения                                                                              | Кол-<br>во<br>часов |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 1        | 1.Разминка                                                                    | Ходьба по массажному коврику                                                                     | 2                   |
|          | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Понюхай цветок                                                                                   |                     |
|          | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Часики                                                                                           |                     |
|          | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж пальцев ног и стоп<br>«Белка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулачки» |                     |
|          | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | «Море волнуется...».                                                                             |                     |
|          | 6.Растяжка                                                                    | Покачаемся                                                                                       |                     |
|          | 7.Ползание                                                                    | Ползание на четвереньках между предметами                                                        |                     |
|          | 8.Релаксация                                                                  | «Поза покоя»                                                                                     |                     |
|          | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                  |                     |

|   |                                                                               |                                                                                                                               |   |
|---|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 2 | 1.Разминка                                                                    | Ходьба по шнуру                                                                                                               | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Понюхай цветок                                                                                                                |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Часики                                                                                                                        |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж пальцев ног и стоп<br>«Кузнец»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Пальчики здороваются»                |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Пружинка на животе»                                                           |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | Качели                                                                                                                        |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание под дугами на животе                                                                                                 |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | «Кулачки»                                                                                                                     |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                               |   |
| 3 | 1.Разминка                                                                    | «Самолет»                                                                                                                     | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Забей гол»                                                                                                                   |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 1уровень                                                                                                      |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж пальцев ног и стоп<br>«Котик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Пальчики, ладошки похлопаем немножко» |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Вращение на животе»                                                           |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Фараон»                                                                                                                      |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание под дугами на спине                                                                                                  |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | «Олени».                                                                                                                      |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                               |   |
| 4 | 1.Разминка                                                                    | «Великан»                                                                                                                     | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Бабочка»                                                                                                                     |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 1уровень                                                                                                      |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Кошечка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Пальчики»                                          |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Перекатывание на животе» (вперед-назад)                                       |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Жучок»                                                                                                                       |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Перекатывание «Короткое бревнышко»                                                                                            |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | Послушай тишину                                                                                                               |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                               |   |
| 5 | 1.Разминка                                                                    | «Акробат»                                                                                                                     | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Забей гол»                                                                                                                   |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 1уровень                                                                                                      |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Строим дом»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Зарядка»                                        |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Перекатывание на животе» (вправо-влево)                                       |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Качалочка 1»                                                                                                                 |   |

|   |                                                                               |                                                                                                                |   |
|---|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|   | 7.Ползание                                                                    | Перекатывание «Длинное бревнышко»                                                                              |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | Шум леса                                                                                                       |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                |   |
| 6 | 1.Разминка                                                                    | «Кошечка»                                                                                                      | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Перышко»                                                                                                      |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 1уровень                                                                                       |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Строим дом»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Приходите, приходите»            |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Перекатывание на животе» (попеременно вправо-влево)            |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Качалочка 2»                                                                                                  |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине, руки неподвижны, отталкивание двумя ногами одновременно                                     |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | Шум дождя                                                                                                      |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                |   |
| 7 | 1.Разминка                                                                    | «Зайчик»                                                                                                       | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Ветерок»                                                                                                      |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 2 уровень                                                                                      |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Лошадка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Птичка» (массаж ладоней)            |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Пружинка» Перекатывание на спине (покачивание вверх -вниз)     |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Лодочка 1»                                                                                                    |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине, руки неподвижны, отталкивание двумя ногами одновременно                                     |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | Рыбки                                                                                                          |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                |   |
| 8 | 1.Разминка                                                                    | «Кулачок и на бочок»                                                                                           | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Погрей ручки»                                                                                                 |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 2 уровень                                                                                      |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж живота<br>«На лугу»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Чистые ладошки» (массаж ладоней) |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Вращение на спине                                               |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Лодочка 2»                                                                                                    |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине, руки неподвижны, отталкивание двумя ногами попеременно                                      |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | «Олени»                                                                                                        |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                |   |
| 9 | 1.Разминка                                                                    | «Мишка косолапый»                                                                                              | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Покачай игрушку»                                                                                              |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 2 уровень                                                                                      |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж живота<br>«Бегемотик»                                                                                   |   |

|    |                                                                                  |                                                                                                        |   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    |                                                                                  | упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лодочка» (массаж рук)                                  |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Перекатывание на спине (вперед-назад)                   |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Лягушка»                                                                                              |   |
|    | 7.Ползание                                                                       | Ползание на животе, отталкивание двумя ногами руками одновременно, ноги неподвижны                     |   |
|    | 8.Релаксация                                                                     | «Облака»                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                      | Беседа с детьми                                                                                        |   |
| 10 | 1.Разминка                                                                       | «Медвежонок»                                                                                           | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                         | Ладони на животе и груди                                                                               |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                   | Лежа рот закрыт 2 уровень                                                                              |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук                | Массаж живота<br>«Мы печем»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Обезьянка» (массаж рук) |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Перекатывание на спине (вправо-влево)                   |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Потягушки»                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                       | Ползание на животе руки двигаются попеременно, ноги неподвижны                                         |   |
|    | 8.Релаксация                                                                     | Шум воды                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                      | Беседа с детьми                                                                                        |   |
| 11 | 1.Разминка                                                                       | «Топ-топ»                                                                                              | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                         | «Вдох-выдох»                                                                                           |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                   | Лежа рот закрыт 3 уровень                                                                              |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук                | Массаж живота<br>«Животик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Жучок» (массаж рук)      |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Кукла»                                                 |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Скручивание»                                                                                          |   |
|    | 7.Ползание                                                                       | Ползание на животе руки неподвижны, ноги двигаются попеременно                                         |   |
|    | 8.Релаксация                                                                     | «Птичка»                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                      | Беседа с детьми                                                                                        |   |
| 12 | 1.Разминка                                                                       | Ходьба (на носочках, на пятках, на внешних и внутренних стопах)                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                         | «Вдох-выдох»                                                                                           |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                   | Лежа рот закрыт 3 уровень                                                                              |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук                | Массаж спины<br>«Все работы хороши»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко».       |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Дельфин»                                               |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Здравствуй, пол!»                                                                                     |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                       |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание по-пластунски, одноименные рука и нога                                                                       |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Штанга»                                                                                                              |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                       |   |
| 13 | 1.Разминка                                                                    | «Не ленись»                                                                                                           | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем руки на вдохе                                                                                                  |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 3 уровень                                                                                             |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Дятел»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак—ладонь».                             |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Птичка»                                                               |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Кошечка»                                                                                                             |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание по-пластунски, одноименные рука и нога                                                                       |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Море»                                                                                                                |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                       |   |
| 14 | 1.Разминка                                                                    | «Зайка-пайка»                                                                                                         | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем ноги на вдохе                                                                                                  |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 3 уровень                                                                                             |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Новый стол»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко».                             |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Пружинка». Сидя. Покачивание вверх-вниз                               |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Кошечка-собачка»                                                                                                     |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание по-пластунски, разноименные рука и нога                                                                      |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Ручеек»                                                                                                              |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                       |   |
| 15 | 1.Разминка                                                                    | «Гуси»                                                                                                                | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем одноименных руки на вдохе                                                                                      |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа рот закрыт 3 уровень                                                                                             |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины массажным мячом<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Пальчики, ладошки похлопаем немножко» |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Пружинка». Сидя. Вращение                                             |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Пистолет»                                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках<br>Вперед. одноименные рука, нога                                                            |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Кораблик»                                                                                                            |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                       |   |
| 16 | 1.Разминка                                                                    | «Ай да малыш!»                                                                                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем разноименных руки на вдохе                                                                                     |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 1 уровень                                                                          |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Рельсы, рельсы»                                                                                      |   |

|    |                                                                                  |                                                                                                                                  |   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    |                                                                                  | упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Пальчики здороваются»                                                            |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Вращение, стоя на коленях                                                         |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Кузнечик»                                                                                                                       |   |
|    | 7.Ползание                                                                       | Хождение на четвереньках<br>назад одноименные рука, нога                                                                         |   |
|    | 8.Релаксация                                                                     | «Любопытная Варвара»                                                                                                             |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                      | Беседа с детьми                                                                                                                  |   |
| 17 | 1.Разминка                                                                       | «Танец»                                                                                                                          | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                         | «Львенок»                                                                                                                        |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                   | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 1 уровень                                                                                     |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения<br>для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Лето»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Змейка»                                                |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансира стоя на<br>обоих ногах с поддержкой                                                           |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Половинка»                                                                                                                      |   |
|    | 7.Ползание                                                                       | Хождение на четвереньках<br>назад одноименные рука, нога                                                                         |   |
|    | 8.Релаксация                                                                     | «Солнечные зайчики»                                                                                                              |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                      | Беседа с детьми                                                                                                                  |   |
| 18 | 1.Разминка                                                                       | «Дотянись»                                                                                                                       | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                         | Вдох – надуть живот, выдох втянуть живот                                                                                         |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                   | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 1 уровень                                                                                     |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения<br>для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Мостик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак-ребро»                                         |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 1                                                                          |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Скручивание»                                                                                                                    |   |
|    | 7.Ползание                                                                       | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                                                        |   |
|    | 8.Релаксация                                                                     | «Шарик»                                                                                                                          |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                      | Беседа с детьми                                                                                                                  |   |
| 19 | 1.Разминка                                                                       | «Хлоп- хлоп»                                                                                                                     | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                         | Вдох – надуть живот, выдох втянуть живот                                                                                         |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                   | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 1 уровень                                                                                     |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения<br>для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Сова»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж каждого пальчика массажными<br>колечками |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансира стоя на<br>обоих ногах с поддержкой                                                           |   |
|    | 6.Растяжка                                                                       | «Фараон»                                                                                                                         |   |
|    | 7.Ползание                                                                       | Хождение на четвереньках                                                                                                         |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                                |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    |                                                                               | назад разноименные рука, нога                                                                                                  |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Пляж»                                                                                                                         |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                |   |
| 20 | 1.Разминка                                                                    | «Карусели»                                                                                                                     | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Забей гол»                                                                                                                    |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 1 уровень                                                                                   |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Умываемся»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж ладоней и пальцев мячом су-джогом |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 2                                                                        |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Лодочка»                                                                                                                      |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                                                      |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Огонь и лед»                                                                                                                  |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                |   |
| 21 | 1.Разминка                                                                    | Вверх -вниз                                                                                                                    | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Покачай игрушку                                                                                                                |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 1 уровень                                                                                   |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Машина»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж ладоней и пальцев мячом су-джогом    |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с мячом<br>Групповая игра с правилами<br>«Филин в карауле»                                                          |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Качалочка»                                                                                                                    |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках<br>След в след                                                                                        |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Солнечные лучики»                                                                                                             |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                |   |
| 22 | 1.Разминка                                                                    | «Постучим»                                                                                                                     | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Футбол»                                                                                                                       |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 2 уровень                                                                                   |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Прогулка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак- Ладонь»                           |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 2                                                                        |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Фараон 2»                                                                                                                     |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках<br>След в след                                                                                        |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Облако»                                                                                                                       |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                |   |
| 23 | 1.Разминка                                                                    | «Мельница                                                                                                                      | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Бабочка»                                                                                                                      |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 2 уровень                                                                                   |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Гребешок»                                                                                             |   |

|    |                                                                                     |                                                                                              |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    |                                                                                     | упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж ладоней и пальцев мячом су-джогом      |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности,<br>самоконтроля) | Упражнения с мячом<br>Групповая игра с правилами<br>«Африканская игра»                       |   |
|    | 6.Растяжка                                                                          | «Лучики».                                                                                    |   |
|    | 7.Ползание                                                                          | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                    |   |
|    | 8.Релаксация                                                                        | «Лесная сказка»                                                                              |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                         | Беседа с детьми                                                                              |   |
| 24 | 1.Разминка                                                                          | «Капли»                                                                                      | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                            | Вдох-пауза-выдох                                                                             |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                      | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 2 уровень                                                 |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения<br>для развития мелкой моторики рук                | Массаж массажным мячом<br>«Ёжик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко» |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности,<br>самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 3                                      |   |
|    | 6.Растяжка                                                                          | «Травинка на ветру»                                                                          |   |
|    | 7.Ползание                                                                          | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                    |   |
|    | 8.Релаксация                                                                        | «Ветерок»                                                                                    |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                         | Беседа с детьми                                                                              |   |
| 25 | 1.Разминка                                                                          | «Облако»                                                                                     | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                            | «Ветерок»                                                                                    |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                      | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 2 уровень                                                 |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения<br>для развития мелкой моторики рук                | Массаж<br>«Барабан»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лезгинка»             |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности,<br>самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 3                                      |   |
|    | 6.Растяжка                                                                          | «Скручивание»                                                                                |   |
|    | 7.Ползание                                                                          | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                    |   |
|    | 8.Релаксация                                                                        | «Ручеек»                                                                                     |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                         | Беседа с детьми                                                                              |   |
| 26 | 1.Разминка                                                                          | «Дождик»                                                                                     | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                            | «Дудочка»                                                                                    |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                      | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 2 уровень                                                 |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения<br>для развития мелкой моторики рук                | Массаж<br>«Лен»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лезгинка»                 |   |
|    | 5.Функциональные упражнения<br>(развитие внимания, произвольности,<br>самоконтроля) | Упражнения с мячом<br>Групповая игра с правилами<br>«Шалуны»                                 |   |
|    | 6.Растяжка                                                                          | «Дерево»                                                                                     |   |
|    | 7.Ползание                                                                          | Ползание на спине через детские тоннели для<br>ползанья                                      |   |

|    |                                                                               |                                                                                                        |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Листопад»                                                                                             |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                        |   |
| 27 | 1.Разминка                                                                    | «Снежинки»                                                                                             | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем ног при вдохе                                                                                   |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 2 уровень                                                           |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж массажным мячом<br>«Ёжик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«массажные колечки» |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с мешочками для метания<br>Групповая игра<br>«Дождик»                                       |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Подвески»                                                                                             |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине через детские тоннели для ползанья                                                   |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Лесная сказка»                                                                                        |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                        |   |
|    |                                                                               |                                                                                                        |   |
| 28 | 1.Разминка                                                                    | Зарядка                                                                                                | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой «раз-два-три дыши»                                                                 |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                           |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж массажным мячом<br>«Ёжик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«массажные колечки» |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с мешочками для метания<br>Групповая игра<br>«Хвосты»                                       |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Фараон»                                                                                               |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине через детские тоннели для ползанья                                                   |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Ручеек»                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                        |   |
|    |                                                                               |                                                                                                        |   |
| 29 | 1.Разминка                                                                    | «Это я»                                                                                                | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем ног при вдохе                                                                                   |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                           |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж массажным мячом<br>«Кошечка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Мячики»         |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с гимнастическими палками<br>Групповая игра<br>«Снежинки»                                   |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Качалочка»                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                              |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Силач»                                                                                                |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                        |   |
|    |                                                                               |                                                                                                        |   |
| 30 | 1.Разминка                                                                    | «Давайте поздороваемся»                                                                                | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Забей гол»                                                                                            |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                           |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж «Обезьянка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулачки»                     |   |

|    |                                                                               |                                                                                               |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с гимнастическими палками<br>Групповая игра<br>«Бродячие артисты»                  |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Качалочка 2»                                                                                 |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                     |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Ха-ха-ха»                                                                                    |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                               |   |
| 31 | 1.Разминка                                                                    | «Самолет»                                                                                     | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем правой ноги при вдохе                                                                  |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                  |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж «Обезьянка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Замочек»            |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с гимнастическими палками<br>Групповая игра<br>«Хвост дракона»                     |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Скручивание»                                                                                 |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках<br>назад разноименные рука, нога                                     |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Пляж»                                                                                        |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                               |   |
| 32 | 1.Разминка                                                                    | Ходьба                                                                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем правой ноги и правой руки при вдохе                                                    |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                  |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лезгинка»     |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с гимнастическими скакалками<br>Групповая игра<br>«Море волнуется раз...»          |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Струночка»                                                                                   |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине. Отталкивание двумя ногами<br>одновременно.                                 |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Солнышко»                                                                                    |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                               |   |
| 33 | 1.Разминка                                                                    | «Дирижер»                                                                                     | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем левой ноги при вдохе                                                                   |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                  |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак-ладонь» |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с гимнастическими скакалками<br>Групповая игра<br>«Дождик»                         |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Лодочка»                                                                                     |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине. Отталкивание двумя ногами<br>одновременно.                                 |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Лучики»                                                                                      |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                               |   |
| 34 | 1.Разминка                                                                    | «Давайте поздороваемся»                                                                       | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем левой ноги и левой руки при вдохе                                                      |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                  |   |

|        |                                                                               |                                                                                               |            |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
|        | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко»      |            |
|        | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с гимнастическими скакалками<br>Групповая игра с правилами<br>«Африканская игра»   |            |
|        | 6.Растяжка                                                                    | «Ванька-встанька»                                                                             |            |
|        | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе. Отталкивание двумя ногами одновременно.                                   |            |
|        | 8.Релаксация                                                                  | «Пляж»                                                                                        |            |
|        | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                               |            |
| 35     | 1.Разминка                                                                    | «Самолет»                                                                                     | 2          |
|        | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем правой ноги и левой руки при вдохе                                                     |            |
|        | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                  |            |
|        | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лягушка»      |            |
|        | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с мячами<br>Групповая игра с правилами<br>«Говори»                                 |            |
|        | 6.Растяжка                                                                    | «Здравствуй пол»                                                                              |            |
|        | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе. Отталкивание двумя ногами одновременно.                                   |            |
|        | 8.Релаксация                                                                  | «Лучички»                                                                                     |            |
|        | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                               |            |
| 36     | 1.Разминка                                                                    | Ходьба                                                                                        | 2          |
|        | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Подъем правой ноги и левой руки при вдохе                                                     |            |
|        | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя рот закрыт с опорой за спиной 3 уровень                                                  |            |
|        | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак-ладонь» |            |
|        | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с мячами<br>Групповая игра<br>«Рыба»                                               |            |
|        | 6.Растяжка                                                                    | «Звезда»                                                                                      |            |
|        | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе. Отталкивание двумя ногами одновременно.                                   |            |
|        | 8.Релаксация                                                                  | «Солнечные зайчики»                                                                           |            |
|        | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                               |            |
| ИТОГО: |                                                                               |                                                                                               | 72<br>часа |

## 2 год обучения

| №<br>п/п | Блоки упражнений                                                  | Название упражнения                               | Кол-<br>во<br>часов |
|----------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------|
| 1        | 1.Разминка                                                        | Ходьба по массажному коврику                      | 2                   |
|          | 2.Дыхательное упражнение                                          | Вдох-выдох                                        |                     |
|          | 3.Глазодвигательное упражнение                                    | Лежа. С помощью взрослого. Рот закрыт.<br>3уровня |                     |
|          | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук | Массаж пальцев ног и стоп<br>«Белка»              |                     |

|   |                                                                               |                                                                                                                     |   |
|---|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|   |                                                                               | упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко»                                                            |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | Фараон 1                                                                                                            |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание на четвереньках между предметами                                                                           |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | «Поза покоя»                                                                                                        |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 2 | 1.Разминка                                                                    | «Самолет»                                                                                                           | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | На вдохе подъем руки. На выдохе подъем ноги.                                                                        |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. С помощью взрослого рот открыт, язык высунут, лежит на нижней губе. 3 уровня.                                 |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж пальцев ног и стоп<br>«Кузнец»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак—ребро—ладонь»        |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Пружинка на животе»<br>Упражнения с гимнастическими нейроскалками   |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | Качели                                                                                                              |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание под дугами на животе                                                                                       |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | «Кулачки»                                                                                                           |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 3 | 1.Разминка                                                                    | «Поздоровайся как я...»                                                                                             | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Вдох -надуть живот, выдох-втянуть живот                                                                             |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. С помощью взрослого. Рот закрыт. 3 уровня                                                                     |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж пальцев ног и стоп<br>«Котик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко»                    |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Фараон 2»                                                                                                          |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание под дугами на спине                                                                                        |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | «Олени».                                                                                                            |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 4 | 1.Разминка                                                                    | «Великан»                                                                                                           | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | На вдохе подъем одноименных руки и ноги                                                                             |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. С помощью взрослого рот открыт, язык высунут, лежит на нижней губе. 3 уровня.                                 |   |

|   |                                                                               |                                                                                                                                                          |   |
|---|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Кошечка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лезгинка»                                                                     |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Перекатывание на животе» (вперед-назад)<br>Упражнение с гимнастическими нейроскалками                    |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Ванька-встанька»                                                                                                                                        |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Перекатывание «Короткое бревнышко»                                                                                                                       |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | Послушай тишину                                                                                                                                          |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                          |   |
| 5 | 1.Разминка                                                                    | «Акробат»                                                                                                                                                | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | На вдохе подъем разноименных руки и ноги                                                                                                                 |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. С помощью взрослого. Рот открыт, язык двигается в противоположную от глаз сторону. 3 уровня                                                        |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Строим дом»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак-ребро-ладонь»                                                        |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно)                                      |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Лодочка»                                                                                                                                                |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Перекатывание «Длинное бревнышко»                                                                                                                        |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | Шум леса                                                                                                                                                 |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                          |   |
| 6 | 1.Разминка                                                                    | «Колпак мой треугольный»                                                                                                                                 | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | На вдохе подъем руки                                                                                                                                     |   |
|   | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Восьмерки. Лежа. С помощью взрослого. Рот закрыт. 3 уровня.                                                                                              |   |
|   | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Строим дом»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Змейки»»                                                                   |   |
|   | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Пружинка» Перекатывание на спине (покачивание вверх -вниз)<br>Упражнение с гимнастическими нейроскалками |   |
|   | 6.Растяжка                                                                    | «Качалочка»                                                                                                                                              |   |
|   | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине, руки неподвижны, отталкивание двумя ногами одновременно                                                                               |   |
|   | 8.Релаксация                                                                  | «Загораем».                                                                                                                                              |   |
|   | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                          |   |
| 7 | 1.Разминка                                                                    | «Чайничек с крышечкой».                                                                                                                                  | 2 |
|   | 2.Дыхательное упражнение                                                      | На вдохе подъем ноги                                                                                                                                     |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                     |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. С помощью взрослого. Рот открыт, язык двигается в противоположную от глаз сторону. 3 уровня                   |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ног<br>«Лошадка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Ухо—нос»                                 |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Скручивание»                                                                                                       |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе, ноги неподвижны, отталкивание двумя руками одновременно                                         |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Штанга».                                                                                                           |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 8  | 1.Разминка                                                                    | «Ритм»                                                                                                              | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | На вдохе подъем одноименных руки и ноги                                                                             |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Восьмерки. Лежа. С помощью взрослого. Рот закрыт. 3 уровня.                                                         |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж живота<br>«На лугу»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак-ребро-ладонь»                   |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Вращение на спине<br>Упражнение с гимнастическими нейроскалками      |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Здравствуй, пол!»                                                                                                  |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на спине, руки неподвижны, отталкивание двумя ногами попеременно                                           |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Олени»                                                                                                             |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 9  | 1.Разминка                                                                    | «Черепашка».                                                                                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | На вдохе подъем разноименных руки и ноги                                                                            |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот закрыт. 2 уровня                                                                          |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж живота<br>«Бегемотик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Ухо—нос»                            |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия с ручными балансиром                                          |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Струночка» (Линейные растяжки)                                                                                     |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе, отталкивание двумя руками попеременно, ноги неподвижны                                          |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Облака»                                                                                                            |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 10 | 1.Разминка                                                                    | «Движение». (делай как я)                                                                                           | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три»                                                                             |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                                        |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот открыт, язык высунут. 2 уровня                                                                               |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж<br>«Обезьянка»                                                                                                                  |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно)                    |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Скручивание»                                                                                                                          |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе ноги двигаются попеременно, руки неподвижны                                                                         |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Кораблик».                                                                                                                            |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                        |   |
| 11 | 1.Разминка                                                                    | «Колпак мой треугольный»                                                                                                               | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре». Поднятие руки на вдохе                                                                 |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот закрыт. 2 уровня                                                                                             |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж живота<br>«Животик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Жучок» (массаж рук)                                      |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Кукла»<br>Упражнения для развития межполушарного взаимодействия с ручными балансиром   |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Струночка» (Линейные растяжки)                                                                                                        |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе по-пластунски одноименные рука и нога                                                                               |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Птичка»                                                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                        |   |
| 12 | 1.Разминка                                                                    | «Колпак мой треугольный»                                                                                                               | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре-пять». Поднятие ноги на вдохе                                                            |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот открыт, язык высунут. 2 уровня                                                                               |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Все работы хороши»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко».                                       |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Дельфин»<br>Упражнения для развития межполушарного взаимодействия с ручными балансиром |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Здравствуй, пол!»                                                                                                                     |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание по-пластунски, разноименные рука и нога                                                                                       |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Штанга»                                                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                        |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                                        |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 13 | 1.Разминка                                                                    | «Великан»                                                                                                                              | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре». Поднятие руки на вдохе                                                                 |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается за глазами. 2 уровня                                                                  |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Дятел»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак—ребро-ладонь».                                        |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Птичка»<br>Упражнения для развития межполушарного взаимодействия с ручными балансирами |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Звезда» (диагональные растяжки)                                                                                                       |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на животе по-пластунски одноименные рука и нога                                                                               |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Море»                                                                                                                                 |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                        |   |
| 14 | 1.Разминка                                                                    | «Руки—ноги».                                                                                                                           | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре-пять». Поднятие ноги на вдохе                                                            |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается в противоположную от глаз сторону. 2 уровня                                           |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Новый стол»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лягушка».                                              |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно)                    |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Дотянись»                                                                                                                             |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание по-пластунски, разноименные рука и нога                                                                                       |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Ручеек»                                                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                        |   |
| 15 | 1.Разминка                                                                    | «Хвост дракона»                                                                                                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре-пять-шесть». Поднятие одноименных руки и ноги на вдохе.                                  |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается за глазами. 2 уровня                                                                  |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины массажным мячом<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Пальчики, ладошки похлопаем немножко»                  |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Пружинка». Сидя. Вращение                                                              |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                                                    |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    |                                                                               | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия с ручными балансирами                                                                        |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Звезда» (диагональные растяжки)                                                                                                                   |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на четвереньках. Локти-колени, одноименные рука и нога                                                                                    |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Кораблик»                                                                                                                                         |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                    |   |
| 16 | 1.Разминка                                                                    | «Головомяч»                                                                                                                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре-пять-шесть-семь». Поднятие разноименных руки и ноги на вдохе.                                        |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Лежа. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается в противоположную от глаз сторону. 2 уровня                                                       |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж ушных раковин.<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Замок»                                                                    |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно)                                |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Кобра»                                                                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на четвереньках. Локти-колени, разноименные рука и нога                                                                                   |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Любопытная Варвара»                                                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                    |   |
| 17 | 1.Разминка                                                                    | «Танец»                                                                                                                                            | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре-пять-шесть». Поднятие одноименных руки и ноги на вдохе.                                              |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот закрыт. 3 уровня                                                                                                    |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Лето»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Змейка»                                                                  |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансира стоя на обеих ногах с поддержкой<br>Упражнения для развития межполушарного взаимодействия с ручными балансирами |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Лягушка»                                                                                                                                          |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на четвереньках. Локти-колени, одноименные рука и нога                                                                                    |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Солнечные зайчики»                                                                                                                                |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                    |   |
| 18 | 1.Разминка                                                                    | «Скала».                                                                                                                                           | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание с задержкой, счет «раз-два-три-четыре-пять-шесть-семь». Поднятие разноименных руки и ноги на вдохе.                                        |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                                                       |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот открыт, язык высунут. 3 уровня                                                                                         |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж спины<br>«Мостик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Волна»                                                                    |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансира стоя на обеих ногах с поддержкой<br>Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>с ручными балансирами |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -1»                                                                                                                                    |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ползание на четвереньках. Локти-колени, разноименные рука и нога                                                                                      |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Шарик»                                                                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                       |   |
| 19 | 1.Разминка                                                                    | «Золотая рыбка».                                                                                                                                      | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Вдох – надуть живот, выдох втянуть живот                                                                                                              |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот закрыт. 3 уровня                                                                                                       |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Сова»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж каждого пальчика массажными колечками                         |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансира стоя на обеих ногах с поддержкой<br>Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>с ручными балансирами |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -2»                                                                                                                                    |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ходение на четвереньках одноименные рука и нога                                                                                                       |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Пляж»                                                                                                                                                |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                                       |   |
| 20 | 1.Разминка                                                                    | «Буратино».                                                                                                                                           | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Забей гол»                                                                                                                                           |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот открыт, язык высунут. 3 уровня                                                                                         |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Умываемся»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж ладоней и пальцев мячом су-джо                           |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 2<br>Упражнения с гимнастическими нейроскалками                                                 |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Лягушка»                                                                                                                                             |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ходение на четвереньках разноименные рука и нога                                                                                                      |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                               |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 21 | 8.Релаксация                                                                  | «Огонь и лед»                                                                                                                 | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                               |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Ритм по кругу».                                                                                                              |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание через одну ноздрю                                                                                                     |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот открыт, язык двигается за глазами. 3 уровня                                                    |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Машина»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж ладоней и пальцев мячом су-джоком   |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно)           |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -1»                                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках «След в след»                                                                                        |   |
| 22 | 8.Релаксация                                                                  | «Солнечные лучики»                                                                                                            | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                               |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Парад».                                                                                                                      |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Футбол»                                                                                                                      |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот открыт, язык двигается в противоположную от глаз сторону. 3 уровня                             |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Прогулка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Паравозик»                              |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 3<br>Упражнения с гимнастическими палками                               |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -2»                                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках разноименные рука и нога                                                                             |   |
| 23 | 8.Релаксация                                                                  | «Шарик».                                                                                                                      | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                               |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Пчелка».                                                                                                                     |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Дыхание через одну ноздрю                                                                                                     |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот открыт, язык двигается за глазами. 3 уровня                                                    |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж лица и головы<br>«Гребешок»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>массаж ладоней и пальцев мячом су-джоком |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно)           |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -3»                                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках назад разноименные рука, нога                                                                        |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                     |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 24 | 8.Релаксация                                                                  | «Лесная сказка»                                                                                                     | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Каратист».                                                                                                         |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Сигнальщик»                                                                                                        |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. С помощью взрослого. Рот открыт, язык двигается в противоположную от глаз сторону. 3 уровня                   |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж массажным мячом<br>«Ёжик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Колечко»                        |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения с мешочками для метания<br>Упражнение на спортивном балансира стоя на обеих ногах с поддержкой           |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -4»                                                                                                  |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках назад одноименные рука и нога                                                              |   |
| 25 | 8.Релаксация                                                                  | «Ветерок»                                                                                                           | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Травинка на ветру»                                                                                                 |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки вперед, вверх, в стороны, вниз)                                               |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Восьмерки. С помощью взрослого. Сидя. Рот закрыт. 3 уровня.                                                         |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж<br>«Барабан»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лезгинка»                                    |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>Прыжки 3<br>Упражнения с гимнастическими палками                     |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -3»                                                                                                  |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках назад разноименные рука, нога                                                              |   |
| 26 | 8.Релаксация                                                                  | «Ковер-самолет».                                                                                                    | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Дождик»                                                                                                            |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | «Сигнальщик»                                                                                                        |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот закрыт. 2 уровня                                                                          |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж<br>«Лён»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лезгинка»                                        |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -4»                                                                                                  |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках назад одноименные рука и нога                                                              |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                     |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Листопад»                                                                                                          |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 27 | 1.Разминка                                                                    | «Перекрестное фарширование».                                                                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки вперед, вверх, в стороны, вниз)                                               |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Восьмерки. С помощью взрослого. Сидя. Рот закрыт. 3 уровня                                                          |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж массажным мячом<br>«Ёжик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«массажные колечки»              |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансира стоя на обеих ногах с поддержкой<br>Упражнения с гимнастическими палками         |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -5»                                                                                                  |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках одноименные рука и нога, язык двигается за рукой                                           |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Лесная сказка»                                                                                                     |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 28 | 1.Разминка                                                                    | «Дерево».                                                                                                           | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки вперед, ладони вверх, вниз)                                                   |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот закрыт. 2 уровня                                                                          |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж массажным мячом<br>«Ёжик»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«массажные колечки»              |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Флажки»                                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках разноименные рука и нога, язык двигается за рукой                                          |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Раскачивающееся дерево».                                                                                           |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
| 29 | 1.Разминка                                                                    | «Мельница».                                                                                                         | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки вперед, кулак-ладонь поочередно)                                              |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот открыт, язык высунут. 2 уровня                                                            |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Массаж массажным мячом<br>«Кошечка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Мячики»                      |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансира стоя на обеих ногах с поддержкой<br>Упражнения с гимнастическими палками         |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Мышкин мостик -5»                                                                                                  |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках одноименные рука и нога, язык двигается за рукой                                           |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                     |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 30 | 8.Релаксация                                                                  | «Силад»                                                                                                             | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Пуантизм».                                                                                                         |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки вперед, ладони вверх, вниз)                                                   |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается за глазами. 2 уровня                                               |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж «Обезьянка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Рисующий слон»                            |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Флажки»                                                                                                            |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках разноименные рука и нога, язык двигается за рукой                                          |   |
| 31 | 8.Релаксация                                                                  | Морской прибор                                                                                                      | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Самолет»                                                                                                           |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки вперед, кулак-ладонь поочередно)                                              |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот открыт, язык высунут. 2 уровня                                                            |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж «Обезьянка»<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Замочек»                                  |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на спортивном балансиере стоя на обеих ногах с поддержкой<br>Упражнения с мячом                          |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Локоток - 1»                                                                                                       |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках одноименные рука и нога, глаза двигаются за рукой                                          |   |
| 32 | 8.Релаксация                                                                  | «Пляж»                                                                                                              | 2 |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |   |
|    | 1.Разминка                                                                    | «Сиамские близнецы». работа в парах                                                                                 |   |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки в стороны, кулак-палец поочередно)                                            |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается за глазами. 2 уровня                                               |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лезгинка»                           |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Локоток - 2»                                                                                                       |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках разноименные рука и нога, глаза двигаются за рукой                                         |   |
| 32 | 8.Релаксация                                                                  | «Солнышко»                                                                                                          |   |

|    |                                                                               |                                                                                                                                       |   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                       |   |
| 33 | 1.Разминка                                                                    | «Дирижер»                                                                                                                             | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки в стороны, кулак-ладонь поочередно)                                                             |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается в противоположную сторону от глаз. 2 уровня                                          |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Рисующий слон»                                        |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Птичка»<br>Упражнения для развития межполушарного взаимодействия с ручными балансиром |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Покрутись»                                                                                                                           |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ходение на четвереньках одноименные рука и нога, глаза двигаются за рукой.                                                            |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Росток».                                                                                                                             |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                       |   |
| 34 | 1.Разминка                                                                    | «Давайте поздороваемся»                                                                                                               | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки в стороны, кулак-палец поочередно)                                                              |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Стоя. С помощью взрослого. Рот закрыт. 3 уровня                                                                                       |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Сова»                                                 |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно)                   |   |
|    | 6.Растяжка                                                                    | «Кошечка-собачка»                                                                                                                     |   |
|    | 7.Ползание                                                                    | Ходение на четвереньках разноименные рука и нога, глаза двигаются за рукой                                                            |   |
|    | 8.Релаксация                                                                  | «Море».                                                                                                                               |   |
|    | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                                       |   |
| 35 | 1.Разминка                                                                    | «Кто летает?».                                                                                                                        | 2 |
|    | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки в стороны, кулак-ладонь поочередно)                                                             |   |
|    | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Сидя. Самостоятельно. Рот открыт, язык двигается в противоположную сторону от глаз. 2 уровня                                          |   |
|    | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Лягушка»                                              |   |
|    | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнение на гимнастическом мяче (фитболе)<br>«Птичка»                                                                               |   |

|               |                                                                               |                                                                                                                     |                    |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
|               |                                                                               | Упражнения с гимнастическими нейроскалками                                                                          |                    |
|               | 6.Растяжка                                                                    | «Пистолет»                                                                                                          |                    |
|               | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках одноименные рука и нога, язык двигается в противоположную сторону от руки.                 |                    |
|               | 8.Релаксация                                                                  | «Парусник».                                                                                                         |                    |
|               | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |                    |
| 36            | 1.Разминка                                                                    | «Сороконожка».                                                                                                      | 2                  |
|               | 2.Дыхательное упражнение                                                      | Движение и дыхание одновременно (руки в стороны, кулак-палец с задержкой дыхания)                                   |                    |
|               | 3.Глазодвигательное упражнение                                                | Стоя. С помощью взрослого. Рот закрыт. 3 уровня                                                                     |                    |
|               | 4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук             | Самомассаж массажными мячами<br>упражнения для развития мелкой моторики рук<br>«Кулак-ладонь-ребро»                 |                    |
|               | 5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) | Упражнения для развития межполушарного взаимодействия<br>«Волшебные обводили» (рисование двумя руками одновременно) |                    |
|               | 6.Растяжка                                                                    | «Сова»                                                                                                              |                    |
|               | 7.Ползание                                                                    | Хождение на четвереньках разноименные рука и нога, язык двигается в противоположную сторону от руки.                |                    |
|               | 8.Релаксация                                                                  | «Потянулись — сломались»                                                                                            |                    |
|               | 9.Рефлексия                                                                   | Беседа с детьми                                                                                                     |                    |
| <b>ИТОГО:</b> |                                                                               |                                                                                                                     | <b>72<br/>часа</b> |

### 1.5. Планируемые результаты

#### Предполагаемые результаты

1. У ребенка формируется ощущение собственного тела и пространства вокруг себя – проприорецепция.
- 2.Развивается зрительно-моторная координация, способность точно направлять движение рук, пальцев.
- 3.Развивается зрительное и слуховое внимание.
4. Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела (развитие плавности, переключаемости и точности движений).
5. Развитие произвольной регуляции движений
6. Развитие высших психических функций.
7. Компенсация когнитивных и поведенческих нарушений за счет функциональной активации подкорковых образований мозга.
8. Стабилизация межполушарного взаимодействия (развивать комиссуры как межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией, в результате происходит синхронизация работы полушарий).
9. Формирование смыслообразующих функций психических процессов и произвольной саморегуляции (от механического принятия и выполнения ребенком строго заданной, развернутой инструкции психолога к постепенному переходу к совместному, а затем и самостоятельному созданию им программы деятельности, ее реализации и контролю за результатами);

## Ожидаемые результаты

Цикл занятий будет способствовать:

- развитию навыков социализации, особенно способности к социальному прогнозированию (вследствие высокой импульсивности детям трудно представить последствия собственных поступков, разобраться в мотивах поведения окружающих; им нужно разъяснять и показывать алгоритмы общения с окружающими людьми);
- умению следовать инструкции взрослого человека, с одной стороны, и определенную независимость, с другой стороны (дети ориентированы на ассистирующую помощь взрослого, поэтому важно постепенно приучать их самим занимать себя, планировать и организовывать свою деятельность);
- усилению способности к концентрации и устойчивости произвольного внимания;
- совершенствованию тонкой моторики рук (в том числе согласованных движений обеих рук);
- усилению волевых качеств (организованности, аккуратности, самостоятельности, ответственности за порученное дело), формирование понятий «надо» и «нельзя»;
- поддержанию интереса к обучению;
- развитию социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживанию, формирование готовности совместной деятельности со сверстниками.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

|                                            | 5-6 лет                                      | 6-7 лет |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------|---------|
| Начало учебного года                       | 13 сентября                                  |         |
| Конец учебного года                        | 31 мая                                       |         |
| Продолжительность учебного года            | 36 недель                                    |         |
| Каникулярное время                         | Летний период с 1 июня по 31 августа         |         |
| Продолжительность учебной недели           | 5 дней (понедельник-пятница)                 |         |
| Продолжительность занятия                  | 25 минут                                     | 30 мин  |
| Продолжительность перерыва между занятиями | 10 минут                                     |         |
| Праздничные (нерабочие дни)                | В соответствии с производственным календарем |         |

### 2.2. Условия реализации программы

#### 2.2.1. Методическое обеспечение

Основные формы и методы работы:

*Методы и приемы обучения на занятиях:*

1. Наглядности (показ педагога, пример).
2. Словесный (объяснение, указания, пояснения).
3. Практический (показ способов, техник, приемов выполнения работы, помощь педагога, самостоятельное выполнение детьми, использование различных инструментов и материалов).
4. Проблемно-мотивационный (стимулирует активность детей за счет включения проблемной ситуации в ход занятия).
5. Мотивационный (убеждение, поощрение).
6. Телесно-ориентированный (контакт с собственным телом, снятие телесных напряжений)

*Формы проведения занятий:*

1. Комбинированные
2. Практические
3. Игровые

*Структура занятия:*

| 1 год обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 год обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Разминка— 1—2 минуты;<br>2. Дыхательное упражнение — 2—3 минуты;<br>3. Глазодвигательное упражнение — 1—2 минуты;<br>4. Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук — 2 – 3 минуты;<br>5. Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля), — 4—10 минут;<br>6. Растяжка — 4—5 минут;<br>7. Ползание — 3—4 минут;<br>8. Релаксация — 2—3 минуты.<br>9. Рефлексия — 1—2 минуты | 1.Разминка— 1—2 минуты;<br>2.Дыхательное упражнение — 2—3 минуты;<br>3.Глазодвигательное упражнение — 2 минуты;<br>4.Игровой самомассаж, упражнения для развития мелкой моторики рук — 2 – 3 минут;<br>5.Функциональные упражнения (развитие внимания, произвольности, самоконтроля) — 10 минут;<br>6.Растяжка — 5—10 минут;<br>7.Ползание — 3—5 минут;<br>8.Релаксация —3 минут;<br>9.Рефлексия — 2 минуты. |

- Разминка — это короткая подготовка к спортивной тренировке или растяжке, проводимая непосредственно перед началом упражнений. Разминка снижает уровень возможного дискомфорта во время занятия, а также уменьшает риск получения травм.
- Дыхательные упражнения – улучшают ритмику организма (нарушения ритмов организма могут привести к нарушению психического развития ребенка), развивают самоконтроль и произвольность. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением. Особенно эффективны дыхательные упражнения для коррекции детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью.
- Игровой самомассаж– это уникальная тактильная гимнастика, благодаря, которой в мозг поступает мощный поток импульсов от рецепторов, расположенных в коже, а также от проприорецепторов мышц и суставов. Одновременно с этим в кору головного мозга (в речеслуховые, зрительные, эмоциональные и творческие зоны) поступает информация, которая не только оказывает тонизирующее воздействие на центральную нервную систему, но и способствует увеличению резервных возможностей функционирования головного мозга. Для обыгрывания массажных движений (поглаживание, растирание, вибрация, разминание) используются стихи, речевки, скороговорки, доступные и интересные детям.
- Функциональные упражнения – это разновидность тренировочного процесса, который ставит целью всестороннее развитие двигательной активности за счет совершенствования таких пяти физических качеств человека, как сила, гибкость, быстрота, координация и выносливость. улучшается координация движений и устойчивость, благоприятно влияет на связки и суставы. Данные упражнения способствуют развитию навыков саморегуляции. Саморегуляция — это управление своим психоэмоциональным состоянием, которое достигается путем воздействия человека на самого себя с помощью слов, мысленных образов, а также управления мышечным тонусом и дыханием. Эти приемы саморегуляции способствуют восстановлению сил, нормализуют эмоциональный фон и усиливают мобилизацию ресурсов организма. В результате саморегуляции могут возникать три основных эффекта: эффект успокоения (устранение эмоциональной напряженности); эффект восстановления (ослабление проявлений утомления)
- Растяжки – нормализуют гипертонус (неконтролируемое мышечное чрезмерное напряжение) и гипотонус (неконтролируемая мышечная вялость). Наличие гипотонуса обычно связано со снижением психической и двигательной активности ребенка и сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Гипертонус, как правило, проявляется в двигательном беспокойстве, эмоциональной лабильности, нарушении сна. У детей с гипертонусом ослаблено произвольное внимание, нарушены двигательные и психические реакции, такие дети с трудом расслабляются.
- Глазодвигательные упражнения – позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие. Известно, что движения глаз активизируют процесс обучения.

- Ползание – развивает базовые сенсомоторные взаимодействия, произвольную саморегуляцию. Процесс развития у детей (повышающий точность и скорость передачи импульсов в нервной системе) нервных сетей происходит при условии высокой двигательной активности ребенка
- Релаксация («ослабление, расслабление») — это сознательное уменьшение тонуса мышц. Релаксацию можно достигнуть посредством применения специальных техник, упражнений. Цель релаксации – это достижение полного расслабления организма, благодаря которому достигается повышение работоспособности и снижение психического и физического напряжения, что имеет положительное влияние на психику.
- Рефлексия — это игра, беседа, которая помогает определить эмоциональное состояние ребенка на уровне ощущений. Как он себя ощущает в конце занятия помогает определять эффективность работы и степень усвоения материала. Ребенку помогает систематизировать полученные знания и сравнивать собственные успехи с достижениями других детей. Рефлексия является обязательным требованием по ФГОС (федеральный государственный стандарт).

### 2.2.2. Материально-техническое обеспечение

Для реализации данной программы требуется спортивный или музыкальный зал для занятий.

Технические и дидактические средства:

- музыкальный центр
- музыка для релаксации

Материальное обеспечение программы:

- индивидуальные коврики гимнастические
- гимнастические мячи (фитболы) для детей
- гимнастические мячи (фитболы) для взрослых
- массажные мячи твердые
- массажные мячи мягкие
- массажные дорожки
- набор массажных ковриков
- скакалка гимнастическая
- спортивная ребристая дорожка
- канат
- дарст
- нейроскалки
- игрушки для дыхательной гимнастики
- набор игрушек для глазодвигательной гимнастики
- массажеры
- мячи резиновые
- шифоновые платки
- обручи
- гимнастическая скамья
- детские тоннели для ползания
- гимнастические дуги
- гимнастические палки
- колокольчики
- свистки
- бубен
- мелкие предметы для дыхательной гимнастики
- массажный мяч су-джок
- волшебные обводили
- ручные балансиры
- балансир на равновесие детский

### **2.2.3. Кадровое обеспечение**

Программа реализуется специалистами с педагогическим образованием:

- педагогом-психологом, образование – высшее, с повышением квалификации по данному направлению;
- инструктором по физической культуре, образование не ниже средне-профессионального.

### **2.3.Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

Этот вид работы включает в себя входной (в начале года) и итоговый (в конце года) мониторинг. Его результаты могут быть использованы в индивидуальном подходе к ребенку на занятиях, в консультировании родителей и педагогов. Карты мониторинга представлены *в приложении 1*.

### 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: Учебное пособие/ Под ред Л. С. Цветковой. - М., 2001.
2. Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход.
3. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии: учеб. для студентов вузов Т.Г. Визель. -- М.: АСТАстрель Транзиткнига, 2005.- 384,(16)с.- (Высшая школа)
4. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика ума. -М., «Восхождение», 1997.
5. Доклад. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Олту Снежана Павловна.
6. Клаус Фопель: Привет, глазки! Подвижные игры для детей 3-6 лет. — М.: Генезис, 2010.
7. Клаус Фопель: Привет, ножки! Подвижные игры для детей 3-6 лет. — М.: Генезис, 2010.
8. Клаус Фопель: Привет, ручки! Подвижные игры для детей 3-6 лет. — М.: Генезис, 2010.
9. Клаус Фопель: Привет, ушки! Подвижные игры для детей 3-6 лет. — М.: Генезис, 2010.
10. Малафеева, Ю. В. Организация нейропсихологического сопровождения развития детей младшего дошкольного возраста : учебное пособие / Ю. В. Малафеева ; под общ. ред. И. А. Ершовой ; Министерство науки и высшего образования Российской Федерации, Уральский федеральный университет. — Екатеринбург : Изд-во Урал. ун-та, 2021 — 120 с.
11. Нейропсихологические занятия с детьми в 2 ч. Ч. 1 Колганова В.С., Пивоварова Е.В. (практическое пособие) – М.: АЙРИС-пресс, 2016.-416с.
12. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учебное пособие для высших учебных заведений. - М., 2002.
13. Семенович А. В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. — М.: Генезис, 2007. — 474 с.
14. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. — М.: Генезис, 2007. — 474 с.
15. Сиротюк А. Л. Коррекция развития интеллекта дошкольников. - М: ТЦСфера, 2001.
16. Сиротюк А.Л. Синдром дефицита внимания с гиперактивностью. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам. — М.: ТЦ Сфера, 2002 — 128 с. (Серия «Практическая психология».)

## Памятка. На что обращать внимание при диагностике

### Правила диагностики:

*Дружелюбная среда* (однако, ребенку можно напомнить, что это про школу и поэтому есть свои правила. Например, «я спрашиваю, ты отвечаешь, почти как в школе»).

*Уважение к ребенку* (Я – взрослый, который готов тебе помочь, для этого хочу понимать, как ты развиваешься). Чем младше ребенок, тем больше игровых элементов.

*Корректная обратная связь* (учитывает возрастные потребности, родители получают обратную связь либо в нейтральной форме, либо в позитивной, с позиции, что надо делать, на что обратить внимание, где произвести изменения).

*Нейтральность* (не слишком хвалим ребенка, не ругаем и не оцениваем. Можно немного подбадривать, если видим, что ребенок тревожится за результат, или переживания неудачи разрушает способность отвечать).

## Знакомство

### На что обращаем внимание:

Как ребенок владеет речью? Какие речевые конструкции использует? Все ли буквы выговаривает? Окончания? Как переключается от вопроса к вопросу? На сколько ему легко дается общение с посторонним взрослым? Какие эмоции у него вызывает школа? Есть ли признаки учебной мотивации?

## Общая осведомленность

| Общая осведомленность:                                    | На что обращать внимание                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Как тебя зовут?                                           | Имя, фамилия. Использует ли отчество (или знает, что есть, но не использует)                                                                                            |
| Сколько тебе лет? А сколько будет через год? А через два? | На сколько легко и точно дается ответ                                                                                                                                   |
| Где живёшь?                                               | Есть ли понятие адрес? Есть ли последовательность Город, улица, дом, квартира. Обращает ли внимание ребенок на такие категории.                                         |
| Как зовут твоих родителей? Где и кем они работают?        | Использование ФИО. Разбирается ли в профессиях, есть ли категория профессии.                                                                                            |
| Какое сейчас время года?                                  | Ориентировка во временах года. Обращает ли внимание на то, что происходит вокруг. На сколько легко? Имеет ли для ребенка это какой-то смысл или он заучено это говорит. |
| Сколько глаз у куклы?                                     | Как быстро отвечает? Есть ли затруднения при ответе?                                                                                                                    |
| Сколько пальцев на руке?                                  |                                                                                                                                                                         |
| Сколько ног у собаки? А у петуха? У кого больше?          |                                                                                                                                                                         |

## Межполушарная асимметрия

### На что обращаем внимание:

1. Как принимает инструкцию
2. Есть ли четкое предпочтение или ребенок пытается менять глаза.

Комбинации глаз, рука и ухо могут быть любыми. Важно! К 7 годам у большинства детей латеральный профиль полностью сформирован и уже не будет меняться. В более раннем возрасте подвижки возможны.

### Дополнительные пробы:

| Неврологическая зрелость                                     | На что обратить внимание                                      |
|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 1. Дотянуться рукой, которой пишешь, до противоположного уха | Какую руку использует, легко ли выполняет инструкцию          |
| 2. Сесть на пол без помощи рук.                              | Как выполняет инструкцию, как двигается. Скорость выполнения. |

## Межполушарное взаимодействие

Обратите внимание на:

- Легко ли ребенок понял инструкцию
- Как зрение помогает выполнять пробу
- Ошибки
- Скорость (быстро, медленно)

### **Произвольные движения и действия**

Обратите внимание и отметьте для себя:

1. Контроль выполнения за ходом выполнения (от начала к концу)
2. Критичность по отношению к ошибкам.
3. Запоминание положения руки.
4. Утомление (способность выполнять задание более 30 сек без потери темпа и ошибок).

#### *Графическая проба*

На что обратить внимание:

1. Проба выполняется карандашом, а не ручкой и фломастером.
2. Как меняется нажим при выполнении.
3. Какой темп.
4. Какие ошибки при выполнении, есть ли критичность, как реагирует на критику.
5. Легко ли переключается от забора к забору.
6. Есть ли укрупнения букв.
7. Удерживает ли горизонтальную линию.
8. Как помогает себе.

#### *Копирование по образцу*

На что обратить внимание:

1. Перед выполнением уточните, знает ли ребенок прописные буквы. Он не должен их знать. Если ребенок знает прописные буквы, то пропустите это задание или дайте написание на иностранном языке.
2. Сохраняет ли ребенок строку
3. На сколько точно копирует, все ли элементы точно повторяет.
4. Критичность (замечает ли свои ошибки и пытается исправить)
5. Темп (на сколько быстро справляется)
6. Утомляемость (вызывает ли задание утомление от начала к концу)
7. Тонус в руке (легко ли писать, есть ли особенности нажима).

### **Фонематический слух**

Запишите ошибки

### **Память**

- Обратите внимание, как ребенок запоминал, использовал какие-то средства и придумывал себе помощь?
- Были ли трудности? Особенности?

### **Восприятие пространства**

На что обратить внимание:

1. Как ребенок использует предлоги. Легко ли он находит и называет отношения между предметами.
2. В какой последовательности ребенок выбирает картинки. Есть ли последовательность или выбор осуществляется хаотично.

## Карта мониторинга (наблюдений) для детей 4-5 лет

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_  
Возраст \_\_\_\_\_  
Дата заполнения \_\_\_\_\_  
Анамнестические данные \_\_\_\_\_

### Коммуникативное развитие

- ✓ контакт устойчивый \_\_\_\_\_
- ✓ контакт нестойкий \_\_\_\_\_
- ✓ не идет на контакт \_\_\_\_\_
- Отвечает на заданные вопросы
- ✓ да всегда \_\_\_\_\_
- ✓ иногда \_\_\_\_\_
- ✓ не отвечает \_\_\_\_\_
- Средства общения
- ✓ экспрессивно-мимические (невербальные) \_\_\_\_\_
- ✓ предметно -действенные \_\_\_\_\_
- ✓ речевое (вербальные) \_\_\_\_\_
- Вступает в контакт:
- ✓ с легкостью \_\_\_\_\_
- ✓ проявляет заинтересованность \_\_\_\_\_
- ✓ по собственной инициативе идет на контакт с педагогом и сверстниками \_\_\_\_\_
- ✓ только по просьбе педагога идет на контакт со сверстниками \_\_\_\_\_
- ✓ вступает в контакт не сразу, с трудом \_\_\_\_\_
- ✓ не вступает в контакт \_\_\_\_\_
- ✓ вступает в контакт по настроению и по желанию только \_\_\_\_\_
- ✓ отсутствие дистанции \_\_\_\_\_
- ✓ речевой негативизм \_\_\_\_\_
- ✓ не проявляет заинтересованности в контакте \_\_\_\_\_
- ✓ отказывается от контакта с педагогом и сверстниками \_\_\_\_\_
- Возможность имитации действий педагога (по образцу и по показу)
- ✓ выполняет \_\_\_\_\_
- ✓ с трудом выполняет \_\_\_\_\_
- ✓ отказывается от выполнения \_\_\_\_\_
- Мотивация:**
- ✓ отношение к занятию отрицательное \_\_\_\_\_
- ✓ отказ от выполнения заданий \_\_\_\_\_
- ✓ к заданиям относится без интереса \_\_\_\_\_
- ✓ к заданиям относится с интересом \_\_\_\_\_
- ✓ бурно реагирует на все вопросы и задания \_\_\_\_\_
- ✓ на вопросы отвечает вяло, неохотно \_\_\_\_\_
- ✓ работает с удовольствием \_\_\_\_\_
- Эмоциональная реакция на окружающих и обстановку**
- Преобладающее настроение
- ✓ бодрое, спокойное, \_\_\_\_\_
- ✓ раздражительное \_\_\_\_\_
- ✓ неустойчивое, резкие колебания настроения \_\_\_\_\_
- Эмоциональное реагирование на: похвалу/порицание
- ✓ адекватное \_\_\_\_\_
- ✓ не всегда адекватное \_\_\_\_\_
- ✓ не адекватное \_\_\_\_\_
- Фон настроения:
- ✓ спокойный, адекватный \_\_\_\_\_
- ✓ двигательная расторможенность \_\_\_\_\_

- ✓ агрессивность \_\_\_\_\_
- ✓ раздражительность \_\_\_\_\_
- ✓ настороженность, скованность \_\_\_\_\_
- ✓ застенчивость, замкнутость \_\_\_\_\_

#### **Темп работы:**

- ✓ медленный \_\_\_\_\_
- ✓ неравномерный \_\_\_\_\_
- ✓ снижен \_\_\_\_\_
- ✓ достаточный \_\_\_\_\_

#### **Нейродинамическая регуляция**

Оценивается с помощью наблюдений за поведением ребенка в процессе занятия

##### Ребенок выдерживает продолжительность работы

- ✓ полностью все занятие \_\_\_\_\_
- ✓ 20 мин \_\_\_\_\_
- ✓ 10 мин \_\_\_\_\_
- ✓ Менее 10 мин \_\_\_\_\_

##### Отвлекается во время занятия

- ✓ не отвлекается \_\_\_\_\_
- ✓ иногда отвлекается \_\_\_\_\_
- ✓ постоянно отвлекается \_\_\_\_\_

##### Стратегия выполнения заданий

- ✓ упорядоченная \_\_\_\_\_
- ✓ хаотичная \_\_\_\_\_

#### **Произвольная регуляция поведения**

##### Понимание и выполнение инструкций педагога

- ✓ полное \_\_\_\_\_
- ✓ частичное \_\_\_\_\_
- ✓ упрощение/ замена требуемых действий стереотипами \_\_\_\_\_
- ✓ не выполнение \_\_\_\_\_

##### Полевое поведение

- ✓ да
- ✓ нет

##### расторможенность

- ✓ да
- ✓ нет

##### импульсивность

- ✓ да
- ✓ нет

##### Справляется с предлагаемыми заданиями

- ✓ самостоятельно \_\_\_\_\_
- ✓ с помощью педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не справляется \_\_\_\_\_

##### Отношение к результатам собственной деятельности:

- ✓ заинтересованность в результатах деятельности \_\_\_\_\_
- ✓ критичность своей деятельности \_\_\_\_\_
- ✓ проявляет отчетливую заинтересованность в результатах адекватно относится к сделанным ошибкам, переживает их, старается исправить самостоятельно \_\_\_\_\_
- ✓ старается исправить все допущенные ошибки только после указания на них \_\_\_\_\_
- ✓ пытается исправить некоторые допущенные ошибки после указания на них обследующим, но прилагает недостаточно усилий к этому \_\_\_\_\_
- ✓ не заинтересован в результатах деятельности. \_\_\_\_\_
- ✓ полностью безразличен к результатам деятельности и выявленным ошибкам \_\_\_\_\_
- ✓ отсутствие критичности к ошибкам \_\_\_\_\_

##### Обучаемость (использование помощи во время занятия):

- ✓ не нуждается в помощи \_\_\_\_\_

- ✓ помощью пользуется, но редко \_\_\_\_\_
- ✓ не может перенести показанные способы действия на аналогичные задания \_\_\_\_\_
- ✓ обучаемость низкая работает, только при контроле педагога \_\_\_\_\_
- ✓ помощь использует, но недостаточно \_\_\_\_\_
- ✓ обучаемость достаточная \_\_\_\_\_
- ✓ использует помощь взрослого \_\_\_\_\_
- ✓ самостоятельно переходит от более низкого способа выполнения заданий к более высокому
- ✓ может осуществить самостоятельный перенос полученного способа действия на аналогичное задание \_\_\_\_\_

### **Латерализация функций (D/S)**

Каждая из нижеприведенных проб выполняется с промежутками в течении нейропсихологического обследования 5 — 6 раз; в результате подсчитывается коэффициент латерального предпочтения по формуле:

1. В какой руке держишь ложку во время еды? \_\_\_\_\_
2. Какой рукой причесываешься? \_\_\_\_\_
3. Какой рукой держишь зубную щетку? \_\_\_\_\_
4. Какой рукой рисуешь? \_\_\_\_\_
5. Какой рукой бросаешь(ударяешь) мяч? \_\_\_\_\_
6. Какой рукой режешь ножницами? \_\_\_\_\_
7. Какой рукой размешиваешь сахар в чае? \_\_\_\_\_
8. Перекрест пальцев по речевой инструкции: Сделай пожалуйста так. (сверху - большой палец ведущей руки). \_\_\_\_\_
9. Ведущий глаз (посмотри в трубочку) \_\_\_\_\_
10. Ведущее ухо (послушай часы) \_\_\_\_\_
11. Ведущая нога (попрыгай на одной ноге) \_\_\_\_\_
12. Закинь ногу на ногу. \_\_\_\_\_
13. Перекрест предплечий \_\_\_\_\_

### **Анализ полученных данных:**

#### **П - Л) x 100**

(П + Л) где П — правая (рука, глаз и т.д.), Л — левая. От (-10) до (+10) — результаты оцениваются как амбилатеральность; меньше (—10) как левостороннее почтение (соответственно доминантность в данной сфере правого полушария); больше (+10) — как правостороннее (доминантность левого полушария). Неоднократное тестирование необходимо, во-первых, для того, чтобы получить более достоверные результаты. Но главное, наши исследования показали различные нагрузки могут приводить к флуктуациям моторного и сенсорного предпочтений ребенка, что свидетельствует о недостаточной сформированности у него доминантности по руке, глазу и т.д.

### **Внимание:**

- ✓ плохо сосредоточивается, с трудом удерживает внимание на объекте (низкая концентрация и неустойчивость внимания)
- ✓ недостаточно устойчивое, поверхностное \_\_\_\_\_
- ✓ быстро истощается, требует переключения на другой вид деятельности) \_\_\_\_\_
- ✓ плохое переключение внимания \_\_\_\_\_
- ✓ внимание устойчивое \_\_\_\_\_
- ✓ длительность сосредоточения и переключения внимания \_\_\_\_\_
- ✓ удовлетворительная \_\_\_\_\_

### **Двигательное развитие**

#### **Крупная моторика**

Уверенно ходит, бегает со свободными движениями рук, координирует свое тело в пространстве

- ✓ да
- ✓ не всегда
- ✓ не может этого сделать

#### **Кидает и ловит мяч (двумя руками и одной рукой)**

- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ не всегда \_\_\_\_\_

- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_
- Прыгает на одной ноге
- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ нуждается в помощи педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_
- Прыгает на двух ногах и перепрыгивает через предметы
- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ нуждается в помощи педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_
- Удерживает равновесие (на веревке, балансировочной доске, гимнастической скамье)
- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ нуждается в помощи педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_
- Действовать по сигналу педагога
- ✓ умеет \_\_\_\_\_
- ✓ частично \_\_\_\_\_
- ✓ не умеет этого делать \_\_\_\_\_
- Растяжки
- ✓ может самостоятельно расслабить мышцы, выравнивать тонус мышц
- ✓ может расслабить мышцы, но только с помощью педагога
- ✓ не владеет своим телом и мышцами
- ✓ действия не скоординированы, мышечный тонус не сбалансирован
- ✓ не может самостоятельно перераспределять напряжение
- ✓ частично координирует свои действия и движения.
- ✓ путается в пространственных ориентировках (верх-низ, право-лево)
- ✓ без труда ориентируется в пространственных ориентировках (верх-низ, право-лево)

## **Мелкая моторика**

### **Тест праксиса позы кисти руки**

(тест на кинетическую организацию предметных действий)

Инструкция:

1. по образцу «делай как я»
2. по словесной инструкции.

Правая рука

- второй палец (указательный) вытянут вперед
- второй и третий пальцы (указательный и средний) вытянуты вперед
- первый и пятый пальцы (большой и мизинец) соединены в кольцо
- пятый палец (мизинец) вытянут вперед
- третий палец (средний) лежит на втором пальце (указательном)

Левая рука

- пятый палец (мизинец) вытянут вперед
- второй и пятый пальцы (указательный и мизинец) вытянуты вперед
- второй палец (указательный) вытянут вперед
- первый и второй пальцы (большой и указательный) соединены в кольцо

Анализ результатов:

- ✓ безошибочное выполнение \_\_\_\_\_
- ✓ единичные ошибки с самокоррекцией \_\_\_\_\_
- ✓ многочисленные ошибки, корригируемые при внешней организации внимания \_\_\_\_\_
- ✓ пальцы не может с дифференцировать \_\_\_\_\_
- ✓ трудности соединить пальцы в кольцо \_\_\_\_\_
- ✓ выполнение при помощи другой руки \_\_\_\_\_
- ✓ перебор пальцев в поисках нужной позы \_\_\_\_\_
- ✓ затруднение выполнения действий без показа \_\_\_\_\_
- ✓ невозможность выполнения пробы или отказ от выполнения \_\_\_\_\_

### **Перенос поз по тактильному образцу:**

### Инструкция:

«Сейчас я тебе покажу фигурку из пальчиков на этой руке, затем мы пальцы распрямим, а потом ты сложишь фигурку сам. Будешь делать это с закрытыми глазами».

Глаза ребенка закрыты. Придать руке ребенка определенную позу, ребенок должен воспроизвести позу той же рукой. Перенос поз осуществляется сначала с ведущей руки (у правшей – с правой на левую, у левшей – с левой на правую.)

#### Правой рукой:

- Пальцы сжаты в кулак, 2 и 3 пальцы вытянуты.

- пальцы сжаты в кулак, 2 и 5 пальцы вытянуты.

То же левой рукой.

Глаза ребенка закрыты, придать руке ребенка определенную позу, ребенок должен воспроизвести ее другой рукой.

- Пальцы сжаты в кулак, 2 и 3 пальцы вытянуты;

- пальцы сжаты в кулак, 2 и 5 пальцы вытянуты.

#### Анализ результатов:

- ✓ безошибочное выполнение \_\_\_\_\_
- ✓ единичные ошибки с самокоррекцией \_\_\_\_\_
- ✓ не может найти нужный набор движений, перебирает пальцы, помогает другой рукой. движения диффузные, кроме нужных пальцев выставляет и другие. \_\_\_\_\_
- ✓ неправильно располагает руку в пространстве, воспроизводит позу зеркально (вместо 2 и 3 пальцев показывает 4 и 5). \_\_\_\_\_
- ✓ воспроизводит позу только правого указательного пальца, а левую руку игнорирует.
- ✓ с трудом переключается на новую позу, повторяет одно из предыдущих движений.
- ✓ не может воспроизвести позу, заданную на другой руке. \_\_\_\_\_
- ✓ билатеральное нарушение переноса поз с одной руки на другую. \_\_\_\_\_

#### Динамический праксис

(тест на динамическую организацию двигательного акта)

#### Инструкция:

1. по образцу «Посмотри, как делаю я и повтори»

2. по словесной инструкции «Слушай меня и делай как я говорю».

Правая рука («кулак-ребро»)

Правая рука («ладонь-кулак»)

Левая рука («кулак-ребро»)

Левая рука («ладонь-кулак»)

#### Анализ результатов:

##### Усвоение действия:

- ✓ с первого показа
- ✓ со второго показа
- ✓ только совместно с педагогом
- ✓ самостоятельно по словесной инструкции
- ✓ трудности с запоминанием программы (путание последовательности движений)
- ✓ не усвоение, замена действий
- ✓ выполнение безошибочное плавное
- ✓ выполнение поэлементное
- ✓ замедленность выполнения движений
- ✓ безошибочное выполнение
- ✓ единичные сбои и ошибки
- ✓ расширение действий или сужение
- ✓ инертный стереотип
- ✓ множественные ошибки
- ✓ без ошибок порядок действий
- ✓ имеются незначительные ошибки порядка действий
- ✓ кулак ставится вертикально, а не горизонтально
- ✓ зеркальное положение ребра
- ✓ неполное сжатие/разжатие кулака, не доведение

- ✓ большая амплитуда движений повышенный тонус
- ✓ неловкие, плохо скоординированные движения.
- ✓ участие всего корпуса
- ✓ трудности переключения с одного элемента на другой

### **Тест на реципрокную координацию рук**

(тест на динамическую организацию двигательного акта одноименные и разноименные движения кистей рук)

Инструкция:

1. по образцу «Делай как я, положи руки на стол, а теперь сожми одну руку в кулак, а теперь меняй положение рук»

2. по словесной инструкции

Одновременно обе руки («кулак-ребро»)

Одновременно обе руки («ладонь-кулак»)

Анализ результатов:

- ✓ плавные двуручные движения
- ✓ со сбоями и самокоррекцией
- ✓ поочередное выполнение
- ✓ не полное сжатие и расжатие ладоней
- ✓ отставание одной руки или поочередное выполнение с коррекцией после указания на ошибку
- ✓ невозможность выполнения данных действий

### **Темп**

- ✓ нормальный
- ✓ быстрый
- ✓ замедленный

### **Асимметрия рук**

- ✓ не прослеживается
- ✓ правая
- ✓ левая
- ✓ наблюдается незначительная

### **Тонус во время выполнения упражнений**

- ✓ нормальный
- ✓ сниженный
- ✓ повышенный

### **Тест на оральный праксис**

Инструкция:

1. по образцу «Посмотри, как делаю я и повтори»

2. по словесной инструкции «Слушай меня и делай, что я говорю».

- «Надуй щеки»
- «Надуй одну щеку»
- «А теперь другую»
- «Вытяни язык иголкой и поддержи его так»
- «Посвисти (достаточно вытягивания губ трубочкой)»
- «Пощелкай язычком, как скачет лошадка»
- «Поцокай, как делают это взрослые, когда сердятся»
- «Упри язык в одну щеку»
- «А теперь в другую»
- «Высунь язык и поддержи его так»

Анализ результатов:

- ✓ точное выполнение инструкций
- ✓ безошибочное выполнение
- ✓ единичные ошибки с самокоррекцией
- ✓ неловкое, замедленное, напряженное выполнение
- ✓ выполнение с элементами поиска, неполный объем движения
- ✓ многочисленные ошибки, корригируемые при внешней организации внимания

- ✓ затруднения при выполнении действий без показа
- ✓ невозможность выполнения действий или отказ от выполнения
- ✓ помахивание
- ✓ поиск позы
- ✓ подрагивание (тремор) языка
- ✓ синкинезии (всем телом, лицевой мускулатурой – гримасы)
- ✓ слюнотечение

### **Слухо-моторные координации**

Инструкция:

«Сейчас мы с тобой поиграем в радистов»

А) Оценка ритмов:

!! !! !!

!!! !!! !!!

Инструкция: «Скажи, по сколько раз я постучала?»

Б) Воспроизведение по образцу:

!! !! !!

! ! ! ! ! ! ! !

Инструкция: «Послушай внимательно и постучи так, как я».

В) Воспроизведение по речевой инструкции:

«Стучи по 2 раза, теперь по три раза».

«Стучи 2 раза сильно, 3 раза слабо, повтори».

«Теперь 3 раза сильно, 2 раза слабо».

### **Анализ результатов:**

- ✓ безошибочное повторение
- ✓ лишние импульсы с самокоррекцией
- ✓ ошибки воспроизведения с коррекцией после указания педагога
- ✓ не может определить количество ударов, сказать одинаковыми или различными являются два предъявляемых друг за другом ритма.
- ✓ не может воспроизвести ритмы по заданному образцу, не улавливает структуру ритма.
- ✓ делает лишние удары, затрудняется при переходе от одного ритма к другому, персеверировать прежний ритм.
- ✓ забывает заданный ритм, теряет структуру ритма в ходе его выполнения.
- ✓ не может выполнить ритмы по инструкции (при возможности их воспроизведения по образцу).

### **Дыхательные функции**

- ✓ спонтанный вдох и выдох
- ✓ правильное дыхание
- ✓ не правильное дыхание, поверхностное
- ✓ не умение выполнять инструкции педагога при вдохе и выдохе
- ✓ не умение задерживать дыхание

### **Глазодвигательные функции**

- ✓ выполняет правильно
  - ✓ не может выполнить движение только глазами, поворачивает голову или все тело целиком
  - ✓ может выполнить движение только глазами, не поворачивая голову
  - ✓ испытывает затруднение в слежении глазами за предметом
  - ✓ не может самостоятельно сконцентрироваться и выполнить инструкцию педагога
- каждый параметр оценивается по 3 балльной шкале где
- 1 баллов – безошибочное и правильное выполнение
  - 2 балл – частичное проявление или выполнение данного параметра
  - 3 балла – полное отсутствие данного показателя

## Карта мониторинга (наблюдений) детей 6-7 лет

Ф.И.О. ребенка \_\_\_\_\_  
Возраст \_\_\_\_\_  
Дата заполнения \_\_\_\_\_  
Анамнестические данные \_\_\_\_\_

### Коммуникативное развитие

- ✓ контакт устойчивый \_\_\_\_\_
- ✓ контакт нестойкий \_\_\_\_\_
- ✓ не идет на контакт \_\_\_\_\_

#### Отвечает на заданные вопросы

- ✓ да всегда \_\_\_\_\_
- ✓ иногда \_\_\_\_\_
- ✓ не отвечает \_\_\_\_\_

#### Средства общения

- ✓ экспрессивно-мимические (невербальные) \_\_\_\_\_
- ✓ предметно -действенные \_\_\_\_\_
- ✓ речевое (вербальные) \_\_\_\_\_

#### Вступает в контакт:

- ✓ с легкостью \_\_\_\_\_
- ✓ проявляет заинтересованность \_\_\_\_\_
- ✓ по собственной инициативе идет на контакт с педагогом и сверстниками \_\_\_\_\_
- ✓ только по просьбе педагога идет на контакт со сверстниками \_\_\_\_\_
- ✓ вступает в контакт не сразу, с трудом \_\_\_\_\_
- ✓ не вступает в контакт \_\_\_\_\_
- ✓ вступает в контакт по настроению и по желанию только \_\_\_\_\_
- ✓ отсутствие дистанции \_\_\_\_\_
- ✓ речевой негативизм \_\_\_\_\_
- ✓ не проявляет заинтересованности в контакте \_\_\_\_\_
- ✓ отказывается от контакта с педагогом и сверстниками \_\_\_\_\_

#### Возможность имитации действий педагога (по образцу и по показу)

- ✓ выполняет \_\_\_\_\_
- ✓ с трудом выполняет \_\_\_\_\_
- ✓ отказывается от выполнения \_\_\_\_\_

#### **Мотивация:**

- ✓ отношение к занятию отрицательное \_\_\_\_\_
- ✓ отказ от выполнения заданий \_\_\_\_\_
- ✓ к заданиям относится без интереса \_\_\_\_\_
- ✓ к заданиям относится с интересом \_\_\_\_\_
- ✓ бурно реагирует на все вопросы и задания \_\_\_\_\_
- ✓ на вопросы отвечает вяло, неохотно \_\_\_\_\_
- ✓ работает с удовольствием \_\_\_\_\_

#### **Эмоциональная реакция на окружающих и обстановку**

##### Преобладающее настроение

- ✓ бодрое, спокойное, \_\_\_\_\_
- ✓ раздражительное \_\_\_\_\_
- ✓ неустойчивое, резкие колебания настроения \_\_\_\_\_

##### Эмоциональное реагирование на: похвалу/порицание

- ✓ адекватное \_\_\_\_\_
- ✓ не всегда адекватное \_\_\_\_\_
- ✓ не адекватное \_\_\_\_\_

##### Фон настроения:

- ✓ спокойный, адекватный \_\_\_\_\_
- ✓ двигательная расторможенность \_\_\_\_\_
- ✓ агрессивность \_\_\_\_\_

- ✓ раздражительность \_\_\_\_\_
- ✓ настороженность, скованность \_\_\_\_\_
- ✓ застенчивость, замкнутость \_\_\_\_\_

### **Темп работы:**

- ✓ медленный \_\_\_\_\_
- ✓ неравномерный \_\_\_\_\_
- ✓ снижен \_\_\_\_\_
- ✓ достаточный \_\_\_\_\_

### **Нейродинамическая регуляция**

Оценивается с помощью наблюдений за поведением ребенка в процессе занятия

#### Ребенок выдерживает продолжительность работы

- ✓ полностью все занятие \_\_\_\_\_
- ✓ 30 мин \_\_\_\_\_
- ✓ 20 мин \_\_\_\_\_
- ✓ Менее 15 мин \_\_\_\_\_

#### Отвлекается во время занятия

- ✓ не отвлекается \_\_\_\_\_
- ✓ иногда отвлекается \_\_\_\_\_
- ✓ постоянно отвлекается \_\_\_\_\_

#### Стратегия выполнения заданий

- ✓ упорядоченная \_\_\_\_\_
- ✓ хаотичная \_\_\_\_\_
- ✓ последовательная стратегия \_\_\_\_\_
- ✓ непоследовательная стратегия \_\_\_\_\_

### **Произвольная регуляция поведения**

#### Понимание и выполнение инструкций педагога

- ✓ полное \_\_\_\_\_
- ✓ частичное \_\_\_\_\_
- ✓ упрощение/ замена требуемых действий стереотипами \_\_\_\_\_
- ✓ не выполнение \_\_\_\_\_
- ✓ усвоение инструкции
- ✓ инструкция усвоена -
- ✓ инструкция не усвоена

#### Полевое поведение

- ✓ да
- ✓ нет

#### расторможенность

- ✓ да
- ✓ нет

#### импульсивность

- ✓ да
- ✓ нет

#### Справляется с предлагаемыми заданиями

- ✓ самостоятельно \_\_\_\_\_
- ✓ с помощью педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не справляется \_\_\_\_\_

#### Отношение к результатам собственной деятельности:

- ✓ заинтересованность в результатах деятельности \_\_\_\_\_
- ✓ критичность своей деятельности \_\_\_\_\_
- ✓ проявляет отчетливую заинтересованность в результатах адекватно относится к сделанным ошибкам, переживает их, старается исправить самостоятельно \_\_\_\_\_
- ✓ старается исправить все допущенные ошибки только после указания на них \_\_\_\_\_
- ✓ пытается исправить некоторые допущенные ошибки после указания на них обследующим, но прилагает недостаточно усилий к этому \_\_\_\_\_
- ✓ не заинтересован в результатах деятельности. \_\_\_\_\_

- ✓ полностью безразличен к результатам деятельности и выявленным ошибкам \_\_\_\_\_
- ✓ отсутствие критичности к ошибкам \_\_\_\_\_
- ✓ Трудности переключения с одного действия на другое:
- ✓ Количество ошибок уподобления элемента предыдущему - \_\_\_\_\_
- ✓ Контроль за выполнением собственных действий
- ✓ не допускает ошибок - \_\_\_\_\_
- ✓ допускает ошибки, но самостоятельно замечает и исправляет - \_\_\_\_\_
- ✓ не замечает и не исправляет ошибки \_\_\_\_\_
- Обучаемость (использование помощи во время занятия):
- ✓ не нуждается в помощи \_\_\_\_\_
- ✓ помощью пользуется, но редко \_\_\_\_\_
- ✓ не может перенести показанные способы действия на аналогичные задания \_\_\_\_\_
- ✓ обучаемость низкая работает, только при контроле педагога \_\_\_\_\_
- ✓ помощь использует, но недостаточно \_\_\_\_\_
- ✓ обучаемость достаточная \_\_\_\_\_
- ✓ использует помощь взрослого \_\_\_\_\_
- ✓ самостоятельно переходит от более низкого способа выполнения заданий к более высокому
- ✓ может осуществить самостоятельный перенос полученного способа действия на аналогичное задание \_\_\_\_\_

### Латерализация функций (D/S)

Каждая из нижеприведенных проб выполняется с промежутками в течении нейропсихологического обследования 5 — 6 раз; в результате подсчитывается коэффициент латерального предпочтения по формуле:

1. В какой руке держишь ложку во время еды? \_\_\_\_\_
2. Какой рукой причесываешься? \_\_\_\_\_
3. Какой рукой держишь зубную щетку? \_\_\_\_\_
4. Какой рукой рисуешь? \_\_\_\_\_
5. Какой рукой бросаешь(ударяешь) мяч? \_\_\_\_\_
6. Какой рукой режешь ножницами? \_\_\_\_\_
7. Какой рукой размешиваешь сахар в чае? \_\_\_\_\_
8. Перекрест пальцев по речевой инструкции: Сделай пожалуйста так. (сверху - большой палец ведущей руки). \_\_\_\_\_
9. Ведущий глаз (посмотри в трубочку) \_\_\_\_\_
10. Ведущее ухо (послушай часы) \_\_\_\_\_
11. Ведущая нога (попрыгай на одной ноге) \_\_\_\_\_
12. Закинь ногу на ногу. \_\_\_\_\_
13. Перекрест предплечий \_\_\_\_\_

### Анализ полученных данных:

#### П - Л) x 100

(П + Л) где П — правая (рука, глаз и т.д.), Л — левая. От (-10) до (+10) — результаты оцениваются как амбилатеральность; меньше (—10) как левостороннее почтение (соответственно доминантность в данной сфере правого полушария); больше (+10) — как правостороннее (доминантность левого полушария). Неоднократное тестирование необходимо, во-первых, для того, чтобы получить более достоверные результаты. Но главное, наши исследования показали различные нагрузки могут приводить к флуктуациям моторного и сенсорного предпочтений ребенка, что свидетельствует о недостаточной сформированности у него доминантности по руке, глазу и т.д.

### Внимание:

- ✓ плохо сосредоточивается, с трудом удерживает внимание на объекте (низкая концентрация и неустойчивость внимания)
- ✓ недостаточно устойчивое, поверхностное \_\_\_\_\_
- ✓ быстро истощается, требует переключения на другой вид деятельности) \_\_\_\_\_
- ✓ плохое переключение внимания \_\_\_\_\_
- ✓ внимание устойчивое \_\_\_\_\_
- ✓ длительность сосредоточения и переключения внимания \_\_\_\_\_
- ✓ удовлетворительная \_\_\_\_\_

## **Двигательное развитие**

### **Крупная моторика**

Уверенно ходит, бегает со свободными движениями рук, координирует свое тело в пространстве

- ✓ да
- ✓ не всегда
- ✓ не может этого сделать
- Кидает и ловит мяч (двумя руками и одной рукой)
- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ не всегда \_\_\_\_\_
- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_
- Прыгает на одной ноге, длительно сохраняет статистические позы
- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ нуждается в помощи педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_

Прыгает на двух ногах и перепрыгивает через предметы

- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ нуждается в помощи педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_

Удерживает равновесие (на веревке, балансировочной доске, гимнастической скамье)

- ✓ да может сделать это самостоятельно и без труда \_\_\_\_\_
- ✓ нуждается в помощи педагога \_\_\_\_\_
- ✓ не может этого сделать \_\_\_\_\_

Действовать по сигналу педагога

- ✓ умеет \_\_\_\_\_
- ✓ частично \_\_\_\_\_
- ✓ не умеет этого делать \_\_\_\_\_

Растяжки

- ✓ может самостоятельно расслабить мышцы, выравнивать тонус мышц
- ✓ может расслабить мышцы, но только с помощью педагога
- ✓ не владеет своим телом и мышцами
- ✓ действия не скоординированы, мышечный тонус не сбалансирован
- ✓ не может самостоятельно перераспределять напряжение
- ✓ частично координирует свои действия и движения.
- ✓ путается в пространственных ориентировках (верх-низ, право-лево)
- ✓ без труда ориентируется в пространственных ориентировках (верх-низ, право-лево)

### **Мелкая моторика**

#### **Тест праксис позы кисти руки**

(тест на кинетическую организацию предметных действий)

Инструкция:

1. по образцу «делай как я»
2. по словесной инструкции.

Правая рука

- второй палец (указательный) вытянут вперед
- второй и третий пальцы (указательный и средний) вытянуты вперед
- первый и пятый пальцы (большой и мизинец) соединены в кольцо
- пятый палец (мизинец) вытянут вперед
- третий палец (средний) лежит на втором пальце (указательном)

Левая рука

- пятый палец (мизинец) вытянут вперед
- второй и пятый пальцы (указательный и мизинец) вытянуты вперед
- второй палец (указательный) вытянут вперед
- первый и второй пальцы (большой и указательный) соединены в кольцо

Анализ результатов:

- ✓ безошибочное выполнение \_\_\_\_\_

- ✓ единичные ошибки с самокоррекцией \_\_\_\_\_
- ✓ многочисленные ошибки, корригируемые при внешней организации внимания \_\_\_\_\_
- ✓ пальцы не может с дифференцировать \_\_\_\_\_
- ✓ трудности соединить пальцы в кольцо \_\_\_\_\_
- ✓ выполнение при помощи другой руки \_\_\_\_\_
- ✓ перебор пальцев в поисках нужной позы \_\_\_\_\_
- ✓ затруднение выполнения действий без показа \_\_\_\_\_
- ✓ невозможность выполнения пробы или отказ от выполнения \_\_\_\_\_

### **Перенос поз по тактильному образцу:**

Инструкция:

«Сейчас я тебе покажу фигурку из пальчиков на этой руке, затем мы пальцы распрямим, а потом ты сложишь фигурку сам. Будешь делать это с закрытыми глазами».

Глаза ребенка закрыты. Придать руке ребенка определенную позу, ребенок должен воспроизвести позу той же рукой. Перенос поз осуществляется сначала с ведущей руки (у правшей – с правой на левую, у левшей – с левой на правую.)

Правой рукой:

- Пальцы сжаты в кулак, 2 и 3 пальцы вытянуты.
- пальцы сжаты в кулак, 2 и 5 пальцы вытянуты.

То же левой рукой.

Глаза ребенка закрыты, придать руке ребенка определенную позу, ребенок должен воспроизвести ее другой рукой.

- Пальцы сжаты в кулак, 2 и 3 пальцы вытянуты;
- пальцы сжаты в кулак, 2 и 5 пальцы вытянуты.

### Анализ результатов:

- ✓ безошибочное выполнение \_\_\_\_\_
- ✓ единичные ошибки с самокоррекцией \_\_\_\_\_
- ✓ не может найти нужный набор движений, перебирает пальцы, помогает другой рукой. движения диффузные, кроме нужных пальцев выставляет и другие. \_\_\_\_\_
- ✓ неправильно располагает руку в пространстве, воспроизводит позу зеркально (вместо 2 и 3 пальцев показывает 4 и 5). \_\_\_\_\_
- ✓ воспроизводит позу только правого указательного пальца, а левую руку игнорирует.
- ✓ с трудом переключается на новую позу, повторяет одно из предыдущих движений.
- ✓ не может воспроизвести позу, заданную на другой руке. \_\_\_\_\_
- ✓ билатеральное нарушение переноса поз с одной руки на другую. \_\_\_\_\_

### **Динамический праксис**

(тест на динамическую организацию двигательного акта)

Инструкция: «Делай как я!»

1. Показ: положить кисти рук ладонями вниз, поочередно сжимать в кулак то одну, то другую руку, плавно переключаясь с движения на движение. «Посмотри, как делаю я и повтори»

2. по словесной инструкции «Слушай меня и делай как я говорю».

Правая рука («кулак-ребро-ладонь»)

Правая рука («ладонь-кулак-ребро»)

Правая рука («ребро – ладонь – кулак»)

Левая рука («кулак-ребро-ладонь»)

Левая рука («ладонь-кулак-ребро»)

Левая рука («ребро – ладонь – кулак»)

Анализ результатов:

### Усвоение действия:

- ✓ с первого показа
- ✓ со второго показа
- ✓ только совместно с педагогом
- ✓ самостоятельно по словесной инструкции
- ✓ трудности с запоминанием программы (путание последовательности движений)
- ✓ не усвоение, замена действий
- ✓ выполнение безошибочное плавное

- ✓ выполнение поэлементное
- ✓ замедленность выполнения движений
- ✓ безошибочное выполнение
- ✓ единичные сбои и ошибки
- ✓ расширение действий или сужение
- ✓ инертный стереотип
- ✓ множественные ошибки
- ✓ без ошибок порядок действий
- ✓ имеются незначительные ошибки порядка действий
- ✓ кулак ставиться вертикально, а не горизонтально
- ✓ зеркальное положение ребра
- ✓ неполное сжатие/разжатие кулака, не доведение
- ✓ большая амплитуда движений повышенный тонус
- ✓ неловкие, плохо скоординированные движения.
- ✓ участие всего корпуса
- ✓ трудности переключения с одного элемента на другой

### **Тест на реципрокную координацию рук**

(тест на динамическую организацию двигательного акта одноименные и разноименные движения кистей рук)

Инструкция:

1. по образцу «Делай как я, положи руки на стол, а теперь сожми одну руку в кулак, а теперь меняй положение рук»

2. по словесной инструкции

Одновременно обе руки («кулак-ребро-ладонь»)

Одновременно обе руки («ладонь-кулак-ребро»)

Одновременно обе руки («ребро – ладонь – кулак»)

Анализ результатов:

- ✓ плавные двуручные движения
- ✓ со сбоем и самокоррекцией
- ✓ поочередное выполнение
- ✓ не полное сжатие и расжатие ладоней
- ✓ отставание одной руки или поочередное выполнение с коррекцией после указания на ошибку
- ✓ невозможность выполнения данных действий

### **Пробы Хеда: С 7 лет**

Инструкция: «То, что я буду делать правой рукой (показать), ты будешь делать своей (прикоснуться) правой рукой, то, что я буду делать левой рукой (показать), ты будешь делать своей (прикоснуться) левой рукой». После каждой пробы принимается свободная поза.

#### **Одноручные пробы:**

А) правый тыл к подбородку, касаясь подбородка пальцами.

- левая рука + мочка правого уха;

Б) правая рука + левый глаз

- правая ладонь к левой щеке.

#### **Двуручные пробы:**

В) левая рука к правой щеке, правый тыл руки под левый локоть;

Г) правая рука левая щека + левая рука правая бровь

- левая рука держит мочку правого уха, тыл правой руки на левой щеке.

#### **Анализ результатов:**

- ✓ не может воспроизвести пространственное расположение руки, путает левую и правую стороны. Зеркальность выполнения.
- ✓ не может найти заданную часть лица или тела.
- ✓ импульсивно, эхопраклично воспроизводит заданные пробы, не стремится к коррекции указанных ошибок.
- ✓ усвоение инструкции с первого раза
- ✓ усвоение инструкции после второго предъявления инструкции
- ✓ плавные двуручные движения.

- ✓ замедленное вхождение в задание, или неполное сжимание и распрямление ладони, или замедленное, напряженное, но координированное выполнение (один из симптомов).
- ✓ отставание одной руки или поочередное выполнение с коррекцией после указания на ошибку.
- ✓ отставание одной руки или поочередное выполнение с неполной коррекцией после указания на ошибку.
- ✓ невозможность выполнения данной пробы, симметричное выполнение (уподобление).

#### Графическая проба «забор».

Инструкция: «Продолжай рисовать забор по образцу, не отрывая руки».

#### Анализ результатов:

- ✓ не может плавно переходить от одного движения к другому. Движения разорваны, изолированы друг от друга.
- ✓ с трудом переключается с одного движения на другое, персеверировать прежние движения.
- ✓ неправильно воспроизводится пространственное направление движений.
- ✓ не может одновременно изменять положение обеих рук, движение каждой руки производит изолированно, уподобляет движения обеих рук.
- ✓ воспроизводит движения только правой кистью руки, игнорируя левую руку.
- ✓ инертное повторение одного из элементов, уподобление элементов рисунка.
- ✓ пропуск и вставка дополнительных элементов рисунка.
- ✓ синкинезии.
- ✓ безошибочное и плавное выполнение при наличии синкинезий в другой руке или легкой истощаемости (уменьшение угла наклона руки или величины заборчика в графической пробе).
- ✓ персеверации, или пространственные ошибки, или стереотипии с самокоррекцией при переходе ко второй серии движений или переносе программы на другую руку, или легкая дизметрия элементов в графической пробе на динамический праксис для детей старше 6 лет, или грубая истощаемость.
- ✓ множественные ошибки указанных выше типов с частичной коррекцией при интенсивной помощи исследователя: вербальной регуляции, или сопряженном выполнении и/или 1-2 персеверации в графической пробе без коррекции.
- ✓ необходимы оба вида помощи, обследующего одновременно для успешного выполнения теста и/или множественные персеверации в графической пробе.
- ✓ невозможность выполнения ни одной программы при любом виде помощи.

#### Темп

- ✓ нормальный
- ✓ быстрый
- ✓ замедленный

#### Асимметрия рук

- ✓ не прослеживается
- ✓ правая
- ✓ левая
- ✓ наблюдается незначительная

#### Тонус во время выполнения упражнений

- ✓ нормальный
- ✓ сниженный
- ✓ повышенный

#### **Тест на оральный праксис**

Инструкция:

1. по образцу «Посмотри, как делаю я и повтори»
2. по словесной инструкции «Слушай меня и делай, что я говорю».
  - «Надуй щеки»
  - «Надуй одну щеку»
  - «А теперь другую»
  - «Вытяни язык иголкой и поддержи его так»
  - «Посвисти (достаточно вытягивания губ трубочкой)»
  - «Поцелуй язычком, как скачет лошадка»
  - «Поцокай, как делают это взрослые, когда сердятся»

- «Упри язык в одну щеку»
- «А теперь в другую»
- «Высунь язык и поддержи его так»

#### Анализ результатов:

- ✓ точное выполнение инструкций
- ✓ безошибочное выполнение
- ✓ единичные ошибки с самокоррекцией
- ✓ неловкое, замедленное, напряженное выполнение
- ✓ выполнение с элементами поиска, неполный объем движения
- ✓ многочисленные ошибки, корригируемые при внешней организации внимания
- ✓ затруднения при выполнении действий без показа
- ✓ невозможность выполнения действий или отказ от выполнения
- ✓ помахивание
- ✓ поиск позы
- ✓ подрагивание (тремор) языка
- ✓ синкинезии (всем телом, лицевой мускулатурой – гримасы)
- ✓ слюнотечение

#### **Слухо-моторные координации**

##### Инструкция:

«Сейчас мы с тобой поиграем в радистов»

А) Оценка ритмов:

!! !! !!

!!! !!! !!!

Инструкция: «Скажи, по сколько раз я постучала?»

Б) Воспроизведение по образцу:

!! !! !!

! ! ! ! ! ! !

Инструкция: «Послушай внимательно и постучи так, как я».

В) Воспроизведение по речевой инструкции:

«Стучи по 2 раза, теперь по три раза».

«Стучи 2 раза сильно, 3 раза слабо, повтори».

«Теперь 3 раза сильно, 2 раза слабо».

«Стучи по 1 разу, теперь по три раза».

«Стучи 1 разу сильно, 3 раза слабо, 2 раза чуть слышно, повтори».

#### Анализ результатов:

- ✓ безошибочное повторение
- ✓ лишние импульсы с самокоррекцией
- ✓ ошибки воспроизведения с коррекцией после указания педагога
- ✓ не может определить количество ударов, сказать одинаковыми или различными являются два предъявляемых друг за другом ритма.
- ✓ не может воспроизвести ритмы по заданному образцу, не улавливает структуру ритма.
- ✓ делает лишние удары, затрудняется при переходе от одного ритма к другому, персеверировать прежний ритм.
- ✓ забывает заданный ритм, теряет структуру ритма в ходе его выполнения.
- ✓ не может выполнить ритмы по инструкции (при возможности их воспроизведения по образцу).

#### Фонематический слух.

Показ картинок, название которых включает оппозиционные звуки. Подбор картинок к заданному звуку.

Повторение слогов:

Па - ба, ба - па

Са - ша, ша - са

Ша - жа - ша, жа - ша - жа

Ца - са - ца, са - ца - са

Ра - ла - ра, ла - ра - ла

### Анализ результатов

- ✓ затруднений в произнесении отдельных слов не возникает, правильно находит нужные артикуляции звуков
- ✓ затрудняется в произнесении отдельных слов, ищет нужные артикуляции, путает близкие по произношению звуки (л-н-д, б-м и др.)
- ✓ не может переключиться с одной артикуляции на другую. Застревает на отдельных звуках, персеверировать звуки.
- ✓ путает слова, близкие по звучанию.
- ✓ неправильно подбирает слова с заданным звуком.
- ✓ правильная оценка всех предъявленных ритмических структур и не более двух самокорректируемых ошибок при их воспроизведении по слуховому образцу.
- ✓ единичные импульсивные ошибки восприятия (дефекты акустического внимания) с самокоррекцией.
- ✓ низкое акустическое внимание, ошибки корректируются при указании на них, воспроизведение только после повторного предъявления.
- ✓ многочисленные пере- и недооценки с частичной коррекцией, быстрое забывание образца.
- ✓ некорректируемые ошибки более чем в половине предъявленных для оценки или воспроизведения ритмических структур.

### **Дыхательные функции**

- ✓ спонтанный вдох и выдох
- ✓ правильное дыхание
- ✓ не правильное дыхание, поверхностное
- ✓ не умение выполнять инструкции педагога при вдохе и выдохе
- ✓ не умение задерживать дыхание

### **Глазодвигательные функции**

- ✓ выполняет правильно
  - ✓ не может выполнить движение только глазами, поворачивает голову или все тело целиком
  - ✓ может выполнить движение только глазами, не поворачивая голову
  - ✓ испытывает затруднение в слежении глазами за предметом
  - ✓ не может самостоятельно сконцентрироваться и выполнить инструкцию педагога
- каждый параметр оценивается по 3 балльной шкале где
- 1 баллов – безошибочное и правильное выполнение
  - 2 балл – частичное проявление или выполнение данного параметра
  - 3 балла – полное отсутствие данного показателя