

Департамент образования администрации Города Томска

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 86 г. Томска

Принята на заседании
методического (педагогического) совета

Утверждаю:
и.о. заведующего МАДОУ №86

Протокол №1 от 31.08.2023 г.

А.А. Матвеева

**Дополнительная общеразвивающая программа
социально – педагогической направленности
«Развитие произвольной регуляции в поведении и отношениях со
сверстником детей-дошкольников»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: 2 учебных года

Автор-составитель:

Ермолаева Юлия Алексеевна
Педагог-психолог МАДОУ №86

Томск 2023

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план. Содержание учебного плана. Первый год обучения (5-6 лет)

1.3.3. Учебный план. Содержание учебного плана. Второй год обучения (6-7 лет)

1.4. Планируемые результаты

1.4.1. Планируемые результаты. Первый год обучения (5-6 лет)

1.4.2. Планируемые результаты. Второй год обучения (6-7 лет)

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

2.1.1. Календарный учебный график занятий с детьми 5-6 лет

2.1.2. Календарный учебный график занятий с детьми 6-7 лет

2.2. Условия реализации программы

2.3. Формы аттестации. Способы проверки результатов освоения программы

2.3.1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

2.3.2. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

2.4. Оценочные материалы

2.5. Методические материалы

2.6. Список литературы

Приложения

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Развитие произвольной регуляции в поведении и отношениях со сверстником детей-дошкольников» - социально – педагогической направленности **ориентирована на создание условий для развития коммуникативной, социально успешной личности, воспитание социальной компетентности.**

Данная программа реализуется в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 17.02.2023г.);
- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ – Президент России (kremlin.ru)
- Указ Президента РФ от 09.11.2022г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно – нравственных ценностей». Указ Президента Российской Федерации № 809 -Президент России (kremlin.ru);
- Указ президента РФ от 21.07.2020г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации от 21.07.2020г. № 474 - Президент России (kremlin.ru);
- Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 (редакция от 08.11.2022г.) «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (зарегистрировано Минюстом России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384) // <https://fgos.ru/fgos/fgos-do>;
- Приказ Министерства просвещения российской Федерации от 25.11.2022г № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (зарегистрировано Минюстом России 28.12.2022г. регистрационный № 71847) <http://publication.parvo.gov.ru/Document//View/0001202212280044>.
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Зарегистрирован 27.01.2023г. № 72149)//.
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Распоряжение правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030года»;
- ПРИКАЗ от 27 июля 2022г. №629 «ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ПОРЯДКА ОРГАНИЗАЦИИ И ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ».
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

Актуальность программы определяется следующими нормативными документами:

1.Распоряжением Правительства РФ от 31.03. 2022г № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года», где одной из **целей** дополнительного образования детей являются воспитание высоконравственной, **гармонично развитой и социально ответственной личности.**

2. Требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее ФГОС ДО, приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования"), а именно:

п.2.6. "Содержание программы должно обеспечивать развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности"; в т.ч:

- развитие социального и эмоционального интеллекта,
- становление самостоятельности, целенаправленности и **саморегуляции** собственных действий.

3. Приказом от 27 июля 2022г. №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным

общеобразовательным программам», где отмечено, что: «образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам должна быть направлена **на адаптацию обучающихся к жизни в обществе** ».

Саморегуляция или произвольность поведения – это процесс управления ребёнком собственными психологическими и физиологическими состояниями, поступками, способность владеть и управлять собой, сознательное, активное следование определённым нормам и правилам.

Д. Б. Эльконин выделил несколько параметров относящихся к компонентам произвольности:

- Умение осознанно подчиняться правилу.
- Умение ориентироваться на заданную систему требований.
- Умение внимательно слушать говорящего и воспроизводить задания, предлагаемые в устной форме.
- Умение самостоятельно выполнить задание на основе зрительного образца.

Отличительные особенности программы: «Развитие произвольной регуляции в поведении и отношениях со сверстником детей-дошкольников» комплексный характер решаемых задач, последовательность в продвижении от базовых процессов (простейшие способы релаксации и активизации, регуляция двигательной активности) к более «сложным» (называние и регулирование эмоциональных состояний, эффективное взаимодействие), разнообразие используемых технологий.

Методологической основой для разработки занятий, используемых в программе являются следующие подходы и концепции:

Программа реализуется в технологии построения равных отношений.

Таблица 1.

Налаживание отношений с ребёнком, построение демократических отношений с детьми.

Принцип	Метод
---------	-------

Концентрация внимания на ребенке. Все, что ребенок делает и говорит важно и заслуживает внимания.	Констатирующее описание Воспроизведение действий и слов ребенка Отражение чувств ребенка
Признание и поддержка попыток ребенка достичь самопознания и самоутверждения.	Воодушевляющие высказывания
Открытость в общении с ребенком. Проявление уважения к праву ребенка ответить на вопрос , отказаться отвечать на него, или просто проигнорировать	Честные и открытые ответы на любые вопросы детей.

Данные методы используются в процессе общения психолога с детьми. При выполнении дыхательных упражнений описываются движения, которые выполняет ребенок.

Основные методические приёмы:

Дыхательные упражнения

Растяжки

ПИРС и релаксация

Игры с правилами

Другие виды игр.

Концентрация на своем теле, умение управлять некоторыми физиологическими процессами

Дыхательные упражнения

Оказывая положительное влияние на корковые процессы упражнения способствуют изменению общей реактивности организма ребенка, снятию повышенной возбудимости. Естественная функция дыхания сама по себе не требует улучшений. **Дыхание** - важнейший физиологический процесс, происходящий автоматически, рефлекторно. Дыхательная гимнастика призвана освободить дыхание от напряжения, ограничений, мешающих дыханию привычек [Лоуэн А.]. Выполняя дыхательные упражнения, дети тренируются в *произвольности, самостоятельном контроле* собственных физиологических процессов.

Растяжки - способ, позволяющий снимать эмоционально-психическое напряжение и одновременно повышать двигательную активность, что так важно для ребенка. Растяжки основаны на естественном движении. Растягивание помогает избавиться от мышечной скованности, улучшить осанку и манеру двигаться, снять утомление [Зуев И. Е.].

Растягивание представляет собой динамическую работу мышц, причем внимание сосредоточено не на какой-то одной мышечной группе, а на движении всего тела. Концентрируя внимание на движениях, ребенок постепенно учится управлять своим телом, что оказывает положительное влияние на его физическое и психическое состояние [Ганичева]. Сосредоточение на движениях позволяет овладеть навыком *произвольности, самостоятельным удержанием внимания* на определенном процессе.

Постизометрическая релаксация. Предварительное напряжение в течение определенного времени вызывает естественное расслабление мышц. При этом нет необходимости дозировать упражнения. Релаксация возникает естественным путем за счет утомления мышц, и ребенок сам регулирует этот процесс. Существенным моментом является сохранение определенной позы в течение некоторого времени (движения практически отсутствуют).

Для преодоления внутреннего напряжения необходимо научить ребенка расслабляться, расслаблять свое тело, т.е. учить приемам релаксации.

Релаксация - это расслабление. Приемы релаксации основаны на сознательном расслаблении мышц. Понижая мускульное напряжение, мы способствуем снижению и нервного напряжения, поэтому состояние расслабленности уже само по себе обладает психогигиеническим эффектом. Техника релаксации направлена на снятие ненужного напряжения, связанного с переутомлением, нарушением осанки, недостатком потребности организма в движении [Ганичева].

Игры с правилами

Д.Б. Эльконин неоднократно указывал на решающую роль игровой деятельности в развитии произвольного поведения. Ребёнок в игре выполняет

одновременно две функции: с одной стороны, он выполняет свою роль, а с другой – *контролирует своё поведение*. Д.Б. Эльконин характеризует произвольное поведение не только наличием образца, но и наличием контроля за его выполнением. Ролевое поведение в игре является сложно организованным, так как при выполнении роли имеется своеобразное раздвоение, то есть *«рефлексия»*. Конечно, это ещё не сознательный контроль. Вся игра находится во власти привлекательной мысли и окрашена аффективным отношением, но в ней уже содержатся все основные компоненты произвольного поведения. Функция контроля ещё очень слаба и часто требует поддержки со стороны ситуации, со стороны участников игры.

В играх с правилом в отличие от ролевой игры правило открыто, то есть адресовано самому ребёнку. И поэтому оно может стать средством *осознания своего поведения и овладения им*. Правило в сознании ребёнка должно не только выделиться и усвоиться, оно должно приобрести аффективную значимость. Ребёнок должен захотеть действовать «правильно», то есть в соответствии с принятым и понятным правилом. Но игра с правилами становится средством развития произвольности дошкольника лишь в том случае, если взрослый является одновременно и ее участником, и организатором [2].

Так же, в играх с правилами одному из детей отводится роль судьи или следящего за правилом. Таким образом, ребёнку предоставляется возможность быть наблюдателем и осуществлять контроль со стороны, что позволяет самостоятельно усвоить правила и осуществлять функции внешнего контроля – контроля за игрой и её участниками.

Другие виды игр:

игры с элементами мышечной релаксации (по принципу «через утомление - к расслаблению»);

- подвижные и спортивные игры;

- игры, позволяющие научить ребенка разбивать сложное действие на ряд простых операций и сосредоточиваться на выполнении каждой из них, доводя ее до логического завершения;
- игры, развивающие у детей произвольные процессы (память, внимание, мышление) и навыки самоконтроля поведения;
- игры, обучающие детей приемам эффективного взаимодействия со сверстниками, требующие подчинения индивидуальных желаний групповым интересам и совместной деятельности.

Адресат программы: дети 5-7 лет.

Возрастные особенности становления процесса саморегуляции.

Произвольность характеризует становление волевого поведения в онтогенезе ребёнка.

Этапы становления произвольного поведения.

1. Появление и удержание первых движений, направленных на предмет.
2. Возможность регулировать речью действия, движения.
3. Интрапсихологическая функция речи.
4. Возможность выделения и осознания правила, как средства овладения своим поведением.
5. Возможность осознания своего поведения. Выработка собственного отношения и понимание причин поведения.

Произвольное действие происходит на основе образования сложных систем нервных связей. Двигательные участки коры приводятся в деятельное состояние различными внешними раздражителями и раздражениями, поступающими от внутренних органов. Решающую роль в организации волевых действий играет вторая сигнальная система, выполняющая регулирующую функцию. Волевые действия возникают на основе речевых сигналов, т.е. обусловлены либо словесными указаниями, исходящими от других, либо словами, произносимыми самим человеком во внутренней речи, когда решение принимает он сам. Как известно, волевые действия могут

выражаться и в отказе от какого-либо действия, когда, например, человек воздерживается от нежелательных движений, привычек и т. п.

Собственно *произвольное поведение* начинает складываться тогда, когда, ребёнок выполняет такие элементарные действия, которые связаны с преодолением трудностей, а также такие, которые диктуются необходимостью, когда ему впервые приходится делать не то, что хочется, а то, что надо. Взрослые в игровой форме ставят ребёнка перед необходимостью преодолевать различные, в соответствии с его возможностями препятствия и трудности, проявлять при этом волевые усилия.

Управление процессом запоминания и припоминания становится возможным, когда ребёнку около четырёх лет, и он начинает ставить перед собой специальную цель – запомнить поручение взрослого, понравившейся ему стишок и т.д. Управление мыслительной деятельностью обнаруживается у детей среднего и старшего дошкольного возраста, когда, пытаясь, например, решить головоломку, они пробуют разные варианты соединения частей в целое. Последовательно переходя от одного варианта к другому.

Сознательное управление поведением только начинает складываться в дошкольном детстве. Произвольные действия сосуществуют с действиями непреднамеренными, импульсивными. К концу дошкольного возраста ребёнок приобретает способность адекватно вести себя на основе внутренних побуждений, а не только в условиях ожидания какого либо поощрения со стороны взрослых или сверстников

К шести годам происходит оформление основных элементов волевого действия: ребенок способен поставить цель, принять решение, наметить план действия, исполнить его, проявить определенное усилие в случае преодоления препятствия, оценить результат своего действия. Но все эти компоненты волевого действия еще недостаточно развиты. Выделяемые цели не всегда устойчивы и осознанны, удержание цели зависит от трудности задания, длительности его выполнения.

Становлению произвольного поведения ребёнка способствует игра. В игре образцом служат не моральные нормы или иные требования взрослых, а образ другого человека, чьё поведение копирует ребёнок

Одним из показателей произвольного поведения является правило. За выполнением правила, лежит система социальных отношений между ребёнком и взрослым (Д.Б.Эльконин). Сначала оно выполняется в присутствии взрослого, затем с опорой на предмет, замещающий взрослого, и, наконец, правило становится внутренним. Превращение правила во внутреннюю инстанцию поведения – важный признак произвольного поведения.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на два учебных года обучения (сентябрь-май), общее количество учебных часов для освоения программы – 72 часа (36 часов на каждый учебный год).

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса – групповая работа в разновозрастном постоянном составе.

Режим занятий - 1 раз в неделю, **периодичность** - с сентября по май включительно; **продолжительность** – 30 минут.

Цель программы: способствовать положительной динамике развития эмоционально-волевых качеств личности: произвольности дисциплинированности, самостоятельности, настойчивости, организованности, инициативности.

Задачи:

- обучение детей навыкам саморегуляции двигательной активности при помощи приемов мышечной релаксации, дыхательных упражнений;
- снятие эмоционально-психического напряжения, избавление от мышечной скованности и повышение целенаправленной двигательной активности посредством растяжек.
- развитие произвольности психических процессов (внимания, памяти, мышления, воли);

- развитие навыков саморегуляции поведения, необходимых для эффективного взаимодействия со сверстниками.

1.3. Содержание программы.

1.3.1. Учебный план. Содержание учебно-тематического плана. Первый год обучения (возраст 5-6 лет)

2.	Название раздела, темы	Формы проверки реализации программы	Содержание	Количество часов
				Практика
1.	Занятие №1		Знакомство. Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение (Свеча). Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Игра «Иголка и нитка». Ритуал прощания.	1
2.	Занятие №2		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Свеча». Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Корректурная проба. Упражнение «Флажок». Ритуал прощания.	1
3.	Занятие №3		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Свеча». Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Упражнение «Флажок». Игра «Сова» Ритуал прощания.	1
4.	Занятие №4		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Свеча». Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Упражнение «Запретный номер». Игра «Иголка и нитка». Ритуал прощания.	1
5.	Занятие №5		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Цветные пузыри». Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Корректурная проба. Упражнение «Запретный номер». Ритуал прощания.	1
6.	Занятие №6		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Цветные пузыри» Кинезиологическое упражнение «Передаём шар. Упражнение «Запретный номер». Игра «Сова». Ритуал прощания.	1
7.	Занятие №7		Ритуал приветствия Дыхательное упражнение «Цветные пузыри» Кинезиологическое упражнение «Ухо-нос». Этюд «Петрушка прыгает». Игра «Скучно, скучно так сидеть». Ритуал прощания.	1
8.	Занятие №8		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Воздушный шарик». Упражнение «Росток». Корректурная проба. Этюд «Петрушка прыгает. Ритуал прощания.	1
9.	Занятие №9		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Воздушный шарик». Упражнение «Росток». Игра «Сова». Упражнение «Волшебное слово». Ритуал прощания.	1
10.	Занятие №10		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Воздушный шарик». Упражнение «Игра в мяч». Игра «Рыбак». ПИРС «Упираемся в стену». Ритуал прощания.	1

11.	Занятие №11		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Шарик лопнул». Растяжка «Росток». Игра «Рыбак». Упражнение «Волшебное слово». Ритуал прощания.	1
12.	Занятие №12		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Шарик лопнул». Упражнение «Игра в мяч». Игра «Сова». ПИРС «Упираемся в стену». Ритуал прощания.	1
13.	Занятие №13		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Шарик лопнул». Игра «Рыбак». Этюд «Петрушка прыгает». Ритуал прощания.	1
14.	Занятие №14		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Шарик лопнул». Упражнение «4 стихии» Корректирующая проба. ПИРС «Сильно встряхни руками». Ритуал прощания.	1
15.	Занятие №15		Ритуал приветствия Медленное дыхание Кинезиологическое упражнение «передаём шар» Игра «Дракон кусает свой хвост» ПИРС «Сильно встряхни руками». Ритуал прощания.	1
16.	Занятие №16		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Медленное дыхание». Упражнение «4 стихии». Упражнение «Слепой и поводырь». Ритуал прощания.	1
17.	Занятие №17		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Медленное дыхание». Растяжка «Потягивание». Игра «Дракон кусает свой хвост». Релаксация. Ритуал прощания.	1
18.	Занятие №18		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Дыхание животом». Упражнение «Спаси птенца». Упражнение «Слепой и поводырь». Релаксация. Ритуал прощания.	1
19.	Занятие №19		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Дыхание животом» Упражнение «Игра в мяч». Релаксация. Ритуал прощания.	2
20.	Занятие №20		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Дыхание животом». Растяжка «Потягивание». Игра «Дракон кусает свой хвост». Релаксация. Ритуал прощания.	1
21.	Занятие №21		Ритуал приветствия Дыхательное упражнение «Лифт». Кинезиологическое упражнение «Восьмерка». Игра «Запрещенное движение». Растяжка. Ритуал прощания.	1
22.	Занятие №22		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Лифт». Кинезиологическое упражнение «Восьмерка». Упражнение «Игра в мяч». Релаксация. Ритуал прощания.	1
23.	Занятие №23		Ритуал приветствия Дыхательное упражнение «Лифт». Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Игра «Слушай музыку». Релаксация. Ритуал прощания.	1
24.	Занятие №24		Ритуал приветствия Дыхательное упражнение «Лифт» Кинезиологическое упражнение «Восьмёрка. Игра «Запрещенное движение». Упражнение «Раскачивание спиной». Релаксация. Ритуал прощания.	1
25.	Занятие №25		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Насос и мяч». Кинезиологическое упражнение «Ухо, нос». Игра «Слушай музыку». Релаксация. Ритуал прощания.	1

26.	Занятие №26		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Насос и мяч». Этюд «Каждый спит». Упражнение «Раскачивание спиной». Релаксация. Ритуал прощания.	1
27.	Занятие №27		Ритуал приветствия. Упражнение «Штанга». Кинезиологическое упражнение «Ухо, нос». Игра «Слушай музыку». Релаксация. Ритуал прощания.	1
28.	Занятие №28		Ритуал приветствия Дыхательное упражнение «Насос и мяч» Кинезиологическое упражнение «Ухо-нос». Игра «Туда и обратно». Релаксация. Ритуал прощания.	1
29.	Занятие №29		Ритуал приветствия Дыхательное упражнение «Свеча». Упражнение «Штанга». Игра «Запомни своё место». Упражнение «Колокол». Релаксация. Ритуал прощания.	1
30.	Занятие №30		Ритуал приветствия. Упражнение «Штанга». Упражнение «Колокол». Игра «Туда и обратно». Упражнение «Раскачивание спиной». Релаксация. Ритуал прощания.	1
31.	Занятие №31		Ритуал приветствия. Игра «Король тишины». Игра «Ясли, детский сад, школа». Игра «Слушай музыку». Релаксация. Ритуал прощания.	1
32.	Занятие №32		Ритуал приветствия. Упражнение «Штанга». Игра «Король тишины». Игра «Ловим вместе». Релаксация. Ритуал прощания.	1
33.	Занятие №33		Ритуал приветствия. Упражнение «Колокол». Игра «Запомни своё место». Игра «Ясли, детский сад, школа». Релаксация. Ритуал прощания.	1
34.	Занятие №34		Ритуал приветствия. Упражнение «Штанга». Игра «Туда и обратно». Игра «Ловим вместе». Релаксация. Ритуал прощания.	1
35.	Занятие № 35	мониторинг	Корректирующая проба	1
36.	Занятие №36	мониторинг	Корректирующая проба	1
ИТОГО				36

2.3.1. Учебный план. Содержание учебно-тематического плана. Второй год обучения (возраст 6-7 лет)

3.	Название раздела, темы	Формы проверки реализации программы	Содержание	Количество часов
				Практика
1.	Занятие №1		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Кораблик плывёт по волнам». Кинезиологическое упражнение «Ухо-нос». Графический диктант. Упражнение «Руки-ноги». Релаксация. Ритуал прощания.	1
2.	Занятие №2		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Кораблик плывёт по волнам». Кинезиологическое упражнение «Глазки». Графический диктант. Игра «Тихий колокольчик». Релаксация. Ритуал прощания.	1
3.	Занятие №3		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Бегемотики». Упражнение «Штанга» Игра «Запомни своё место». Релаксация. Ритуал прощания.	1
4.	Занятие №4		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Бегемотики». Кинезиологическое упражнение «Колечко». Игра «Запомни своё место». Игра «Рыбак». Релаксация. Ритуал прощания.	1
5.	Занятие №5		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Свеча». Кинезиологическое упражнение «Колечко» Игра «Тихий колокольчик». Упражнение «Руки-ноги» Релаксация. Ритуал прощания.	1
6.	Занятие №6		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Свеча» Кинезиологическое упражнение «Глазки». Графический диктант Игра «Кто летает». Релаксация. Ритуал прощания.	1
7.	Занятие №7		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Качели». Кинезиологическое упражнение «Ухо-нос». Графический диктант. Игра «Только четверо» Релаксация Ритуал прощания.	1
8.	Занятие №8		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Качели». Кинезиологическое упражнение «Оладушки». Упражнение «Штанга». Релаксация. Ритуал прощания.	1
9.	Занятие №9		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Ёжики». Кинезиологическое упражнение «Оладушки». Игра «Кто летает». Игра «Только четверо». Релаксация. Ритуал прощания.	1

10.	Занятие №10		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Ёжики». Кинезиологическое упражнение «Зеркальное рисование». Игра «Расставь посты». Упражнение «Наоборот». Релаксация. Ритуал прощания.	1
11.	Занятие №11		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Лифт». Кинезиологическое упражнение «Зеркальное рисование». Игра «Расставь посты». Упражнение «Колокол». Релаксация Ритуал прощания.	1
12.	Занятие №12		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Лифт». Кинезиологическое упражнение «Перекрёстная маршировка». Графический диктант. Упражнение «Колокол». Релаксация. Ритуал прощания.	1
13.	Занятие №13		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Насос и мяч». Кинезиологическое упражнение «Змейка». Графический диктант. Растяжка «Снеговик» Релаксация Ритуал прощания.	1
14.	Занятие №14		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Насос и мяч». Кинезиологическое упражнение «Змейка». Игра «Передай другому». Растяжка «Снеговик». Релаксация. Ритуал прощания.	1
15.	Занятие №15		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Кораблик плывёт по волнам». Кинезиологическое упражнение «Восьмёрка». Игра «Передай другому». Упражнение «Я кубик несу». Релаксация. Ритуал прощания.	1
16.	Занятие №16		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Кораблик плывёт по волнам». Кинезиологическое упражнение «Восьмёрка». Упражнение «Я кубик несу». Игра «Ясли, детский сад, школа». Релаксация Ритуал прощания.	1
17.	Занятие №17		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Бегемотики». Кинезиологическое упражнение «Перекрёстная маршировка». Графический диктант. Игра «Ясли, детский сад, школа» Релаксация. Ритуал прощания.	1
18.	Занятие №18		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Цветные пузыри». Кинезиологическое упражнение «Перекрёстная маршировка». Графический диктант. Упражнение «Руки-ноги» Релаксация Ритуал прощания.	1
19.	Занятие №19		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Цветные пузыри». Кинезиологическое упражнение «Глазки» .Игра «Да и нет не говорить». Упражнение «Игра в мяч». Релаксация Ритуал прощания.	2
20.	Занятие №20		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Воздушный шарик». Кинезиологическое упражнение «Глазки». Игра «Рояль» Упражнение «Игра в мяч» Релаксация Ритуал прощания.	1

21.	Занятие №21		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Воздушный шарик». Кинезиологическое упражнение «Колечко». Игра «Рояль». Упражнение «Игра в мяч» Релаксация Ритуал прощания.	1
22.	Занятие №22		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Шарик лопнул». Кинезиологическое упражнение «Тряпичная кукла и солдат». Графический диктант. Упражнение «Пять палочек» Релаксация Ритуал прощания.	1
23.	Занятие №23		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Шарик лопнул». Кинезиологическое упражнение «Тряпичная кукла и солдат» Графический диктант. Упражнение «Черепашки». Релаксация Ритуал прощания.	1
24.	Занятие №24		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Насос и мяч» Кинезиологическое упражнение «Глазки» Упражнение «Пять палочек». Упражнение «Черепашки». Релаксация. Ритуал прощания.	1
25.	Занятие №25		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Насос и мяч». Упражнение «Рисунок на двоих». Растяжка «Снеговик». Релаксация Ритуал прощания.	1
26.	Занятие №26		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Лифт» ПИРС. «Сильно встряхни руками» Упражнение «Рисунок на двоих». Растяжка «Снеговик». Релаксация Ритуал прощания.	1
27.	Занятие №27		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Лифт». Кинезиологическое упражнение «Перекрёстная маршировка». Графический диктант. Игра «Пустое место». Релаксация Ритуал прощания.	1
28.	Занятие №28		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Ёжики». Кинезиологическое упражнение «Перекрёстная маршировка». Графический диктант. Игра «Пустое место». Релаксация Ритуал прощания.	1
29.	Занятие №29		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Ёжики». Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Игра «Я вижу, что..». Упражнение «Я кубик несу» Релаксация Ритуал прощания.	1
30.	Занятие №30		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Цветные пузыри». Кинезиологическое упражнение «Передаём шар». Игра «Я вижу, что..» Упражнение «Раскачивание спиной». Релаксация Ритуал прощания.	1
31.	Занятие №31		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Цветные пузыри.». Кинезиологическое упражнение «Колечко». Игра «Копна-тропинка-кочки» Упражнение «Раскачивание спиной» Релаксация Ритуал прощания.	1

32.	Занятие №32		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Бегемотики». Кинезиологическое упражнение «Колечко». Игра «Копна-тропинка-кочки». Упражнение «Игра в мяч». Релаксация Ритуал прощания.	1
33	Занятие №33		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Бегемотики». Кинезиологическое упражнение «Кулак-ребро-ладонь». Игра «Рояль». Упражнение «Хочукалки». Релаксация. Ритуал прощания.	1
34	Занятие №34		Ритуал приветствия. Дыхательное упражнение «Бегемотики». Кинезиологическое упражнение «Кулак-ребро-ладонь». Игра «Рояль». Упражнение «Хочукалки» Релаксация. Ритуал прощания.	1
35	Занятие № 35	мониторинг	Корректирующая проба	1
36	Занятие №36	мониторинг	Корректирующая проба	1
ИТОГО				36

1.4.1. Планируемые результаты. Первый год обучения (5-6 лет)

В результате освоения программы воспитанники научатся:

- следовать игровому правилу;
- сотрудничать со сверстниками в игровой ситуации;
- выполнять простые кинезиологические упражнения;
- выполнять дыхательные упражнения с выработкой диафрагмального дыхания;
- выполнять упражнения на координацию, переключение, распределение внимания;
- избавляться от мышечной скованности посредством растяжек и постизометрической релаксации.

1.4.2. Планируемые результаты. Второй год обучения (6-7 лет)

В результате освоения программы воспитанники научатся:

- договариваться со сверстниками;
- учитывать интересы других в игровых ситуациях;
- подчинять индивидуальные желания групповым интересам;
- выполнять упражнения на развитие мелкой и крупной моторики
- регулировать двигательную активность в игре.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1.1. Календарный учебный график занятий с детьми 5-6 лет на 2023-2024 учебный год.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	05.09.23	15-30	ННОД	1	Занятие №1 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
2.	Сентябрь	12.09.23	15-30	ННОД	1	Занятие №2 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
3.	Сентябрь	19.09.23	15-30	ННОД	1	Занятие №3 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
4.	Сентябрь	26.09.23	15-30	ННОД	1	Занятие №4 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
5.	Октябрь	03.10.23	15-30	ННОД	1	Занятие №5 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
6.	Октябрь	10.10.23	15-30	ННОД	1	Занятие №6 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
7.	Октябрь	17.10.23	15-30	ННОД	1	Занятие №7 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	

8.	Октябрь	24.10.23	15-30	ННОД	1	Занятие №8 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
9.	Ноябрь	07.11.23	15-30	ННОД	1	Занятие №9 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
10.	Ноябрь	14.11.23	15-30	ННОД	1	Занятие №10 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
11.	Ноябрь	21.11.23	15-30	ННОД	1	Занятие №11 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
12.	Ноябрь	28.11.23	15-30	ННОД	1	Занятие №12 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
13.	Декабрь	05.12.23	15-30	ННОД	1	Занятие №13 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
14.	Декабрь	12.12.23.	15-30	ННОД	1	Занятие №14 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
15.	Декабрь	19.12.23	15-30	ННОД	1	Занятие №15 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
16.	Декабрь	26.12.23	15-30	ННОД	1	Занятие №16 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
17.	Январь	9.01.24	15-30	ННОД	1	Занятие №17 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
18.	Январь	16.01.24	15-30	ННОД	1	Занятие №18 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	

19.	Январь	23.01.24	15-30	ННОД	1	Занятие №19 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
20.	Январь	30.01.24	15-30	ННОД	1	Занятие №20 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
21.	Февраль	06.02.24	15-30	ННОД	1	Занятие №21 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
22.	Февраль	13.02.24	15-30	ННОД	1	Занятие №22 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
23.	Февраль	20.02.24	15-30	ННОД	1	Занятие №23 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
24.	Февраль	27.02.24	15-30	ННОД	1	Занятие №24 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
25.	Март	05.03.24	15-30	ННОД	1	Занятие №25 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
26.	Март	12.03.24	15-30	ННОД	1	Занятие №26 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
27.	Март	19.03.24	15-30	ННОД	1	Занятие №27 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
28.	Март	26.03.24	15-30	ННОД	1	Занятие №28 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
29.	Апрель	02.04.24	15-30	ННОД	1	Занятие №29 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	

30.	Апрель	9.04.24	15-30	ННОД	1	Занятие №30 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
31.	Апрель	16.04.24	15-30	ННОД	1	Занятие №31 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
32.	Апрель	23.04.24	15-30	ННОД	1	Занятие №32 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
33.	Май	07.05.24	15-30	ННОД	1	Занятие №33 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
34.	Май	14.05.24	15-30	ННОД	1	Занятие №34 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
35	Май	21.05.24	15-30	ННОД	1	Занятие №35 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	Мониторинг развития уровня произвольного внимания детей
36	Май	28.05.24	15-30	ННОД	1	Занятие №36 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	Мониторинг развития уровня произвольного внимания детей
Количество учебных недель								36
Количество учебных дней								36
Дата начала и окончания учебных периодов								07.09.2023-24.05.2024

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график занятий с детьми 6-7 лет на 2023-2024 учебный год.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	05.09.23	16-00	ННОД	1	Занятие №1 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
2.	Сентябрь	12.09.23	16-00	ННОД	1	Занятие №2 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
3.	Сентябрь	19.09.23	16-00	ННОД	1	Занятие №3 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
4.	Сентябрь	26.09.23	16-00	ННОД	1	Занятие №4 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
5.	Октябрь	03.10.23	16-00	ННОД	1	Занятие №5 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
6.	Октябрь	10.10.23	16-00	ННОД	1	Занятие №6 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
7.	Октябрь	17.10.23	16-00	ННОД	1	Занятие №7 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	

8.	Октябрь	24.10.23	16-00	ННОД	1	Занятие №8 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
9.	Ноябрь	07.11.23	16-00	ННОД	1	Занятие №9 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
10.	Ноябрь	14.11.23	16-00	ННОД	1	Занятие №10 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
11.	Ноябрь	21.11.23	16-00	ННОД	1	Занятие №11 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
12.	Ноябрь	28.11.23	16-00	ННОД	1	Занятие №12 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
13.	Декабрь	05.12.23	16-00	ННОД	1	Занятие №13 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
14.	Декабрь	12.12.23	16-00	ННОД	1	Занятие №14 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
15.	Декабрь	29.12.23	16-00	ННОД	1	Занятие №15 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
16.	Декабрь	26.12.23	16-00	ННОД	1	Занятие №16 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
17.	Январь	9.01.24	16-00	ННОД	1	Занятие №17 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
18.	Январь	16.01.24	16-00	ННОД	1	Занятие №18 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	

19.	Январь	23.01.24	16-00	ННОД	1	Занятие №19 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
20.	Январь	30.01.24	16-00	ННОД	1	Занятие №20 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
21.	Февраль	06.02.24	16-00	ННОД	1	Занятие №21 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
22.	Февраль	12.02.24	16-00	ННОД	1	Занятие №22 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
23.	Февраль	20.02.24	16-00	ННОД	1	Занятие №23 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
24.	Февраль	27.02.24	16-00	ННОД	1	Занятие №24 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
25.	Март	05.03.24	16-00	ННОД	1	Занятие №25 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
26.	Март	12.03.24	16-00	ННОД	1	Занятие №26 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
27.	Март	19.03.24	16-00	ННОД	1	Занятие №27 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
28.	Март	26.03.24	16-00	ННОД	1	Занятие №28 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
29.	Апрель	02.04.24	16-00	ННОД	1	Занятие №29 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	

30.	Апрель	09.04.24	16-00	ННОД	1	Занятие №30 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
31.	Апрель	16.04.24	16-00	ННОД	1	Занятие №31 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
32.	Апрель	23.04.24	16-00	ННОД	1	Занятие №32 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
33.	Май	07.05.24	16-00	ННОД	1	Занятие №33 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
34.	Май	14.05.24	16-00	ННОД	1	Занятие №34 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	
35	Май	21.05.24	16-00	ННОД	1	Занятие №35 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	Мониторинг развития уровня произвольного внимания детей
36	Май	28.05.24	16-00	ННОД	1	Занятие №36 Развитие навыков волевой регуляции.	Кабинет психолога	Мониторинг развития уровня произвольного внимания детей
Количество учебных недель								36
Количество учебных дней								36
Дата начала и окончания учебных периодов								07.09.2023-24.05.2024

2.1.2. Календарный учебный график занятий с детьми 5-6 лет на 2023-2024 учебный год.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	05.09.23 12.09.23 19.09.23 26.09.23	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (Занятия 1-4)	Кабинет психолога	
2	октябрь	03.10.23 10.10.23 17.10.23 24.10.23	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 5-8)	Кабинет психолога	
3	ноябрь	07.11.23 14.11.23 21.11.23 28.11.23	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (Занятия 9-12)	Кабинет психолога	
4	декабрь	05.12.23 12.12.23 19.12.23 26.12.23	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (Занятия 13-16)	Кабинет психолога	
5	январь	09.01.24 16.01.24 23.01.24 30.01.24	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (Занятия 17-20)	Кабинет психолога	
6	февраль	06.02.24 13.02.24 20.02.24 27.02.24	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 21-24)	Кабинет психолога	
7	март	05.03.24 12.03.24 19.03.24	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (Занятия 25-28)	Кабинет психолога	

		26.03.24						
8	апрель	02.04.24 09.04.24 16.04.24 23.04.24	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (29-32)	Кабинет психолога	
9	май	07.05.24 14.05.24 21.05.24 28.05.24	15-30	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (33-36)	Кабинет психолога	Мониторинг развития уровня произвольного внимания детей

2.1.3. Календарный учебный график занятий с детьми 6-7 лет на 2022-2023 учебный год.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	05.09.23 12.09.23 19.09.23 26.09.23	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 1-4)	Кабинет психолога	
2	октябрь	03.10.23 10.10.23 17.10.23 24.10.23	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 5-8)	Кабинет психолога	
3	ноябрь	07.11.23 14.11.23 21.11.23 28.11.23	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 9-12)	Кабинет психолога	
4	декабрь	05.12.23 12.12.23 19.12.23	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 13-16)	Кабинет психолога	

		26.12.23						
5	январь	09.01.24 16.01.24 23.01.24 30.01.24	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 17-20)	Кабинет психолога	
6	февраль	06.02.24 13.02.24 20.02.24 27.02.24	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 21-24)	Кабинет психолога	
7	март	05.03.24 12.03.24 19.03.24 26.03.24	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 25-28)	Кабинет психолога	
8	апрель	02.04.24 09.04.24 16.04.24 23.04.24	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 29-32)	Кабинет психолога	
9	май	07.05.24 14.05.24 21.05.24 28.05.24	16-00	ННОД	4	Развитие навыков произвольной регуляции (занятия 33-36)	Кабинет психолога	Мониторинг развития уровня произвольного внимания детей

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое обеспечение:

- помещение для проведения занятий (кабинет психолога)
- канцелярские принадлежности (листы бумаги, цветные и простые карандаши, гуашь, счётные палочки)
- спортивный инвентарь (мячи, скакалка, флажок)
- игрушки (колокольчик, кубик, мелкие игрушки)
- шарф или платок, простыня или покрывало

2.2.2. Информационное обеспечение:

- Компьютер с выходом в интернет, оборудованный колонками

2.2.3. Кадровое обеспечение

В реализации программы принимает участие педагог – психолог Ермолаева Юлия Алексеевна, I квалификационной категории

2.3. Формы аттестации (способы проверки результатов освоения программы).

2.3.1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

Мониторинг развития уровня произвольного внимания детей, журнал посещаемости.

2.3. Оценочные материалы

Наблюдение, бланки мониторингов.

2.5. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса – очно.

Методы и приемы обучения:

Наглядные: показ способа выполнения упражнения.

Словесные: слушание, пояснение, объяснения, ситуативный разговор, беседа, рассказ;

Практические: игровые упражнения, кинезиологические упражнения, дыхательные упражнения, релаксационные упражнения.

Форма организации образовательного процесса: групповая в количестве не более 8, воспитанники в возрасте 5-7 лет.

Формы организации НОД: групповая форма.

Формы организации учебного занятия: НОД

Педагогические технологии, реализуемые в данной программе:

Здоровьесберегающие технологии: обеспечение социально - психологического благополучия ребёнка, психического и социального здоровья ребенка, обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в процессе занятия.

Личностно - ориентированные технологии: обеспечение равенства в отношениях педагога с ребенком, партнерство в системе взаимоотношений «Взрослый - ребенок» в процессе занятия.

Игровые технологии: в занятие включаются разнообразные игры, направленные на развитие волевой регуляции, умение подчиняться правилу, умение сотрудничать со сверстником; направленные на развитие познавательных процессов.

Алгоритм НОД:

Структура ННОД

- Приветствие.
- Дыхательные упражнения.
- Кинезиологические упражнения
- Графические диктанты, корректурные пробы \ игры малой и средней подвижности и упражнения на развитие навыков произвольной регуляции
- Релаксационные
- Прощание.

Литература:

1. Ананьева Т. В. Программа психологического сопровождения дошкольника при подготовке к школьному обучению. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРОСС», 2011. – 96 с.
2. Ганичева И. В. Телесно-ориентированные подходы к психокоррекционной и развивающей работе с детьми (5-7 лет.) - М.: Национальный книжный центр, 2014. – 136 с.
3. Лоуэн А. Психология тела: биоэнергетический анализ тела - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2006 - 256 с.
4. Уорнер П. 150 развивающих игр для дошкольников – Мн.: ООО «Попурри», 2005.- 160с.
5. Фопель К. С головы до пят. Подвижные игры для детей 3-6 лет
М.: Генезис , 2010. – 143 с.
6. Фопель К. Привет, ручки! Подвижные игры для детей 3-6 лет - М.: Генезис 2005.-143с.
7. Фопель К. Привет, ушки! Подвижные игры для детей 3-6 лет - М.: Генезис, 2010. – 143 с.
8. Фопель К. Привет, ножки! Подвижные игры для детей 3-6 лет - М.: Генезис 2005.-135с.
9. Хухлаева О. В. Лесенка радости - М.:Изд-во «Совершенство», 1998. – 80с.
10. Чистякова М. И. Психогимнастика -Под ред. М. И. Буянова.—2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995 - 160 с.