

**муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
Тюменского муниципального района Каскаринский детский сад «Золотой петушок»**

ПРИНЯТО
педагогическим советом
от «28» августа 2024 г.
протокол № 1



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего МАДОУ
Каскаринского детского сада
«Золотой петушок»
«28» августа 2024 г. № 73-од

**Дополнительная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Мир чудес»**

Возраст обучающихся: 3-5 лет

Срок освоения программы: 2 года

Объем программы: 98 часов

Автор-составитель: Чарганцова А.А.,
педагог-психолог

2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
1. Учебный план	7
2. Календарный учебный график	8
3. Содержание программного материала	15
4. Методическое обеспечение	16
5. Оценочные материалы	16
6. Список литературы	17

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Мир чудес» разработана в соответствии с требованиями, предъявляемыми Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Минпросвещения России от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 09.11.2018 г. № 196, Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», Уставом МАДОУ Каскаринского детского сада «Золотой петушок».

Направленность программы: социально-педагогическая.

Основной вид деятельности: представляет собой развивающие занятия, ориентированные на курс специальных этюдов, упражнений и игр, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка, прежде всего это эмоционально-волевой и личностной, но также и познавательной сфер детей младшего дошкольного возраста.

Актуальность: в настоящее время в дошкольных учреждениях используются разные виды психологических методов и приемов, однако довольно редко – психогимнастика, как метод практической психокоррекции. Хотя именно она наиболее доступна для психологов и воспитателей в применении, так как в основе ее лежит игра, которая является основным видом деятельности дошкольника.

Психогимнастика – метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов; это курс специальных занятий, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как его познавательной, так и эмоционально-личностной сферы. Этот метод один из эффективных средств оптимизации социально-перцептивной сферы личности, так как позволяет обратить внимание на «язык тела» и пространственно-временные характеристики общения.

А нейropsychологические упражнения представляют собой комплекс телесно-ориентированных упражнений, позволяющих через тело мягко воздействовать на

мозговые структуры. В результате ребенок лучше адаптируется к изменениям, начинает легче учиться и усваивать информацию через гимнастику и игры.

Прежде всего занятия психогимнастикой и нейрогимнастикой показаны детям с чрезмерной утомляемостью, истощаемостью, непоседливостью, вспыльчивым, замкнутым, с неврозами, нарушениями характера. Не менее важно использовать их в психопрофилактической работе с детьми с целью психофизической разрядки.

Новизна программы прослеживается в сочетании приемов физического и психического развития. В основе заданий, которые предлагается выполнить детям, лежат действия, упражнения преподносимые на фоне игры, сказки.

Психогимнастика помогает детям преодолевать барьеры в общении, лучше понять себя и других, снимать психическое напряжение, дает возможность самовыражения. Нарушения выразительности моторики заслуживают пристального внимания, потому что неумение правильно выразить свои чувства, скованность, неловкость или неадекватность мимико-жестовой речи затрудняют общение детей со сверстниками и со взрослыми. Ребенок начинает лучше понимать себя, свои переживания, эмоции становятся более дифференцированными.

Участники программы: дети младшего дошкольного возраста (3-4 года) блок «Психогимнастика» и среднего дошкольного возраста (4-5 лет) блок «Нейрогимнастика». Построение программы кружка ориентировано на удовлетворение ведущей потребности, свойственной конкретному периоду детства, и основано на развитие ведущего психического процесса или сферы психики. Занятия проводятся в игровой форме.

Цель: профилактика и коррекция двигательных, эмоциональных и поведенческих нарушений детей, активация природных механизмов работы мозга с помощью физических упражнений, объединение движения и мысли.

Задачи:

- Сбросить интенсивность физического и психического напряжения, нормализовать мышечный тонус;
- Развитие межполушарной специализации;
- Привлечь внимание и интерес ребенка к совместному занятию, настроить детей на контакт друг с другом;
- Дать ребенку возможность испытать разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений;
- Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях, учить различать и сравнивать их;

- Фиксировать внимание ребенка на чужих проявлениях эмоций, подражательное воспроизведение чужих эмоций;
- Элементы анализа- элементарное словесное описание мышечных проявлений эмоций;
- Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.

Наполняемость группы: до 15 человек. Приём детей в группу осуществляется без вступительных испытаний, по заявлению родителей (законных представителей).

Основные принципы работы с детьми:

1. Принцип дидактики (от простого к сложному);
2. Принцип систематичности (непрерывность и регулярность занятий);
3. Принцип комплексной реализации целей: коммуникативная, развивающая, воспитывающая;
4. Принцип индивидуализации (определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка);
5. Принцип самостоятельности;
6. Принцип научности.

Формы работы:

- телесные разминки, массаж;
- пальчиковые игры;
- дидактические игры;
- двигательные разминки;
- лепка;
- творчество;
- сказка;
- задания с крупой;
- н/гимнастика:
 - корректирующая гимнастика;
 - дыхательные упражнения;
 - сенсомоторные упражнения;
 - игры на внимание и быстроту реакции;
 - двуручное рисование.

Объем программы: 3-4 года- 64 часа; 4-5 лет- 33 часа.

Срок освоения программы: 1 учебный года, с октября по май. Режим занятий для группы детей 3-4 лет– 2 раза в неделю по 15 минут, для группы детей 4-5 лет -1 раз в неделю, 20 минут.

Ожидаемый результат:

- Сформированность предпосылок развития учебной деятельности (выполнение и соблюдение правил, работа по образцу и т. п.)
- Сформированность произвольной сферы (в соответствии с возрастом).
- Развитие самостоятельности и любознательности.
- Улучшение речевых и коммуникативных навыков;
- Сформированность навыков снимать психическое (беспокойство, агрессия, страх) и физическое напряжение (скованность, неловкость гиперактивность).
- Развитие познавательных процессов.
- Развитие выразительности моторики и умений самовыражения (умение выразить свои чувства, или неадекватность мимико-жестовой речи).

Мониторинг результатов освоения программы осуществляется 2 раза в год посредством заданий и их анализа. А также осуществляется текущий мониторинг в течение года посредством педагогического наблюдения за деятельностью детей.

Форма подведения итоговых результатов предполагает открытое занятие по окончанию программы обучения.

1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Возрастная группа 3-4 года

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов	Формы аттестации (контроля)
Октябрь	Знакомство	2	Диагностика
	Красавица осень	8	Педагогическое наблюдение
Ноябрь	Я и друзья	8	
Декабрь	В гостях у сказки	8	
Январь	В мире животных	6	
Февраль	Мой дом	8	
Март	Моя семья	8	
Апрель	Весна	9	
Май	Скоро лето	6	
	Подведем итог	1	Диагностика
ОБЪЕМ программы:		64	

Возрастная группа 4-5лет

№ п/п	Наименование разделов, тем программы	Количество часов	Формы аттестации (контроля)
1 блок	Знакомство	1	Диагностика
	Улучшение мозгового кровообращения	7	Педагогическое наблюдение
2 блок	Развитие двигательной, пространственной сферы, изучение образа физического «Я»	8	Педагогическое наблюдение
3 блок	Улучшение саморегуляции	8	Педагогическое наблюдение
4 блок	Улучшение соматической сферы ребенка	8	Педагогическое наблюдение
	Подведем итог	1	Диагностика
ОБЪЕМ программы:		32	

2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Возрастная группа 3- 4 года

Месяц	Число	Время занятий	Кол-во часов	Содержание занятия
Октябрь	01	16:35-16:50	1	Знакомство с группой и способами взаимодействия.
	03	16:35-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	08	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	10	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	15	16:35-16:50	1	Учить выполнять движения подражательного характера - испытывать разнообразные мышечные нагрузки.
	17	16:35-16:50	1	Учить элементарным словесным описаниям своих ощущений.
	22	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	24	16:35-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	29	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	31	16:35-16:50	1	Формировать навыки подражательного воспроизведения эмоций.
Ноябрь	05	16:35-16:50	1	Учить элементарным словесным описаниям своих мышечных проявлений эмоций.
	07	16:35-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	12	16:35-16:50	1	Формирование навыков мимико-жестовой речи.
	19	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.

	21	16:35-16:50	1	Учить детей выстраивать контакт друг с другом.
	26	16:35-16:50	1	Формировать навыки подражательного воспроизведения чужих эмоций.
	28	16:35-16:50	1	Учить элементарным словесным описаниям своих мышечных проявлений эмоций.
Декабрь	03	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	05	16:35-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	10	16:35-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	12	16:35-16:50	1	Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.
	17	16:35-16:50	1	Формирование навыков мимико-жестовой речи.
	19	16:35-16:50	1	Тренировать навык расслабления (чередовать разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений).
	24	16:35-16:50	1	Индивидуально— групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	26	16:35-16:50	1	Учить детей выстраивать контакт друг с другом.
Январь	09	16:35-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	14	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	16	16:35-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	21	16:35-16:50	1	Учить элементарным словесным описаниям своих мышечных проявлений эмоций.
	23	16:35-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	28	16:35-16:50	1	Тренировать навык расслабления (чередовать разнообразные мышечные нагрузки путем

				подражательного повторения движений).
	30	16:35-16:50	1	Учить детей выстраивать контакт друг с другом.
Февраль	04	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	11	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	13	16:35-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	18	16:35-16:50	1	Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.
	20	16:35-16:50	1	Формирование навыков мимико-жестовой речи.
	25	16:35-16:50	1	Тренировать навык расслабления (чередовать разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений).
	27	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
Март	04	16:35-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	06	16:35-16:50	1	Учить детей выстраивать контакт друг с другом.
	11	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	13	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	18	16:35-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	20	16:35-16:50	1	Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.

	25	16:35-16:50	1	Учить элементарным словесным описаниям своих мышечных проявлений эмоций.
	27	16:35-16:50	1	Формировать навыки подражательного воспроизведения чужих эмоций.
Апрель	01	16:35-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	03	16:35-16:50	1	Формирование навыков мимико-жестовой речи.
	08	16:35-16:50	1	Тренировать навык расслабления (чередовать разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений).
	10	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	15	16:35-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	17	16:35-16:50	1	Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.
	22	16:35-16:50	1	Формирование навыков мимико-жестовой речи.
	24	16:35-16:50	1	Тренировать навык расслабления (чередовать разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений).
	29	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
Май	06	16:35-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	08	16:35-16:50	1	Формировать навыки подражательного воспроизведения чужих эмоций.
	13	16:35-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	15	16:35-16:50	1	Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.
	20	16:35-16:50	1	Учить элементарным словесным описаниям своих мышечных проявлений эмоций.

	22	16:35-16:50	1	Тренировать навык расслабления (чередовать разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений).
	27	16:35-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, релаксации, демонстрация сформированных навыков.

Возрастная группа 4-5 лет

Месяц	Число	Время занятий	Кол-во часов	Содержание занятия
Октябрь	02	16:30-16:50	1	Знакомство с группой и способами взаимодействия. Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	09	16:30-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	16	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей зрительная моторика
	23	16:30-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	30	16:30-16:50	1	Учить выполнять движения подражательного характера - испытывать разнообразные мышечные нагрузки.
Ноябрь	06	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей мышление
	13	16:30-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	20	16:30-16:50	1	Формирование навыков мимико-жестовой речи.
	27	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей внимание
Декабрь	04	16:30-16:50	1	Знакомство с основными эмоциями.
	11	16:30-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и

				задержании внимания на своих ощущениях.
	18	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей мышление
	25	16:30-16:50	1	Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.
Январь	15	16:30-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	22	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей память
	29	16:30-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
Февраль	05	16:30-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	12	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей зрительная моторика
	19	16:30-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	26	16:30-16:50	1	Тренировка умения детей регулировать свои поведенческие реакции.
Март	05	16:30-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	12	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей внимание
	19	16:30-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, формирование опыта ощущений.
	26	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей внимание
Апрель	02	16:30-16:50	1	Развитие внимание и интерес ребенка к совместному занятию.
	09	16:30-16:50	1	Формирование навыков мимико-жестовой речи.
	16	16:30-16:50	1	Тренировать навык расслабления (чередовать

				разнообразные мышечные нагрузки путем подражательного повторения движений).
	23	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей мышление
	30	16:30-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
Май	07	16:30-16:50	1	Формировать навыки подражательного воспроизведения чужих эмоций.
	14	16:30-16:50	1	Упражнения на развитие межполушарных связей зрительная моторика
	21	16:30-16:50	1	Тренировать ребенка в направлении и задержании внимания на своих ощущениях.
	28	16:30-16:50	1	Индивидуально– групповая работа, по развитию чувствительности, релаксации, демонстрация сформированных навыков.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

Комплексы нейродинамической гимнастики представлены двумя блоками: мануальным и психомоторным. Мануальный блок (ручной)- это специальные игры и упражнения, позволяющие повысить способность мозга ребенка к интегрированной работе. Движения пальцев и кистей рук имеют особое развивающее воздействие, так как с анатомической точки зрения около трети всей площади двигательной проекции коры головного мозга занимает проекция руки. При регулярном выполнении специальных движений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга в единую систему.

Психомоторный блок направлен на укрепление между полушариями функциональной взаимосвязи, имеющей сложную психическую организацию. Упражнения данного блока позволяют улучшить сенсомоторную и пространственную координацию, повысить возможности произвольного внимания, усидчивости, развить зрительно-моторную координацию, а также расширить взаимосвязи и баланс активности между правым и левым полушариями.

Большое внимание уделяется развитию мелкой моторики: многие упражнения проводятся с целью улучшения межполушарного взаимодействия.

Виды деятельности, способствующие развитию мелкой моторики.

Пальчиковые игры и упражнения:

- игры манипуляции;
- сюжетные пальчиковые упражнения;
- пальчиковые упражнения со звуковой гимнастикой;
- пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук;
- игры - шнуровки;
- игры с конструктором.

Высокий уровень развития мелкой моторики свидетельствует о функциональной зрелости коры головного мозга.

Улучшение саморегуляции.

Блоки упражнений направленные, на развитие саморегуляции ребенка:

- Упражнения, направленные на развитие произвольных движений и самоконтроля.
- Упражнения, направленные на развитие произвольной активности, формирование эмоциональной и волевой сферы.

- Упражнения, направленные на развитие психической саморегуляции, способствующие успокоению и снятию напряжения.

В комплекс занятий, направленных на развитие саморегуляции детей необходимо включать дыхательные упражнения, массаж, растяжки и аутогенную тренировку.

Улучшение соматической сферы ребенка.

Улучшение состояния соматической сферы ребенка происходит постепенно, когда улучшается функционирование мозговых структур, регулирующих работу внутренних органов, а также когда у ребенка повышается самоконтроль в сфере телесности.

Следующие упражнения:

- физические упражнения;
- песочную терапию.

4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Средства, необходимые для реализации программы:

- отдельный кабинет со столами и стульями,
- оформленное развивающее- игровое пространство (конструкторы, машины, мячи, пирамидки, кубики и т.д.),
- техника: компьютер, видеозаписи, аудиозаписи.

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1. Методика «Паровозик»
2. Педагогическое наблюдение- при выполнении практических приемов обучающихся.

Критерии оценивания:

3-уровень. У ребенка преобладает позитивный настрой, прослеживается стабильность проявления психического напряжения и эмоциональных состояний.

2-уровень. У ребенка преобладает не стабильный настрой, прослеживается смена эмоциональных состояний, психическое напряжение нарастает.
уровень.

1-уровень. У ребенка преобладает негативный настрой высокой степени, с тенденцией к увеличению психического напряжения, чрезмерная интенсивность проявления эмоций.

6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алябьева Е.А., Занятия по психогимнастике с дошкольниками: Методическое пособие. 2-е изд. -М.: ТЦ Сфера, 2008- 160 с. И 2009.
2. Арцишевская И.Л. Работа психолога с гиперактивными детьми в д/с. -м.: Книголюб, 2005- 64 с.
3. Горшкова Е.В., О «говорящих» движениях и чудесных превращениях. – М.: Дрофа, 2007. – 79 с.
4. Денисова Н.Д., Диагностика эмоционально-личностного развития дошкольников 3-7 лет. -Волгоград: Учитель, 2014- 202.с
5. Ежкова Н.С., Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста ч.1.-М.: Владос, 2012- 127 с.
6. Михеева Е.В., Развитие эмоционально- двигательной сферы детей 4-7 лет.- Волгоград: Учитель, 2013- 155 с.
7. Трясорукова Т.П., Развитие межполушарного взаимодействия у детей: Нейродинамическая гимнастика, издание №5.- Р-н-Д.: Феникс, 2020.- 32 с.
8. Трясорукова Т.П., Развитие межполушарного взаимодействия у детей: Нейропсихологические игры. Рабочая тетрадь.- Р-н-Д.: Феникс, 2020.- 60 с.