

Рассмотрено
педагогическим советом
МБУ ДО ЦДТ
МР Гафурьевский район РБ
Протокол №1 от 29.08.2025г.

Утверждаю
Директор МБУ ДО ЦДТ
МБУ ДО ЦДТ
МР Гафурьевский район РБ
Р.Н. Миниязов
Приказ № 191 от 29.08.2025г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Социальная адаптация»

Направленность программы: социально-гуманитарная
Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 9-15 лет
Срок реализации: 1 год обучения

Автор - составитель:
педагог дополнительного образования
Гайдай Екатерина Викторовна

с. Красноусольский
2025 г.

Пояснительная записка.

Школьный возраст — важнейший этап в развитии ребенка. Это период его приобщения к миру общечеловеческих ценностей, время установления первых отношений с людьми. Вместе с тем детский возраст характеризуется повышенной ранимостью и чувствительностью.

Число новорожденных детей с различными недостатками развития неуклонно растет. Все чаще наблюдаются нарушения психического здоровья, нервно-психические расстройства у детей. Среди причин этого:

Аномальное, травматичное течение родов, грубые родовспомогательные процедуры, при которых травмируются различные отделы центральной нервной системы ребенка; биологически и социально незрелые родители; низкий уровень психологической грамотности, явная невротизация и психопатизация определенного числа взрослых — родителей, педагогов, нередко не умеющих вести себя гибко, ситуативно и доброжелательно, от которых дети «заражаются» тревогой и напряжением; кризисное, переходное состояние нашего общества, ощущение неопределенности и беспокойства у значительной части населения, большое количество стрессов и накапливающиеся эмоциональные нагрузки; раннее начало обучения, усложнение учебных требований, особенности межличностной коммуникации в детском коллективе.

Распадается практически каждый второй из вновь заключенных браков. За этим стоит психическая травматизация детей, различные нарушения в развитии их характера и формировании личности. Современная семья стала малодетной, и в полной семье на одного ребенка, как правило, приходится несколько взрослых, далеко не всегда воспитывающих его согласованно и последовательно. Все эти факторы, по отдельности и вместе, могут способствовать развитию нервно-психических расстройств.

Данная образовательная программа была разработана на основании источников: «Чтобы дети были счастливы» (психологические игры и упражнения для детей), автор К. Фопель.

Данная образовательная программа составлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» 273-ФЗ от 29.12.2012г.

ЦЕЛЬ:

Раскрытие творческого, нравственного, интеллектуального потенциала детей, развитие у них навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ:

1. Развитие чувства сопереживания, лучшего понимания себя и других, обучение умению быть в мире с самим собой.
2. Создание возможностей для самовыражения, формирование у детей умений и навыков практического владения выразительными движениями — средствами человеческого общения (мимикой, жестом, пантомимикой).
3. Коррекция нежелательных личностных особенностей, поведения, настроения.
4. Развитие у детей навыков общения в различных жизненных ситуациях и формирование адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.
5. Выработка у детей положительных черт характера, способствующих лучшему

взаимопониманию при общении.

6. Повышение уровня самоконтроля в отношении своего эмоционального состояния в ходе общения, формирование терпимости к мнению собеседника.
7. Совершенствование памяти, внимания, мышления, развитие восприятия, творческих способностей, воображения, речи.
8. Обучение приемам саморасслабления, снятие психомышечного напряжения.
9. Помощь ребенку в осознании своего реального «Я», повышении самооценки, развитии потенциальных возможностей, отреагирование внутренних конфликтов, страхов, агрессивных тенденций, уменьшении тревожности, беспокойства и чувства вины.
10. Обучение детей правилам хорошего тона.

Контингент обучающихся:

Данная образовательная программа направлена на средний школьный возраст детей 9-15 лет.

Основные формы и методы работы:

Занятия проходят в игровой форме, что вызывает у детей живой интерес.

Успех переживается детьми как радость, этому способствует положительная эмоциональная оценка любого малейшего достижения ребенка. Большое внимание на занятиях уделяется развитию у детей способности к самостоятельной оценке своей работы, так как самооценивание позволяет спокойнее относиться к результату своей деятельности и оценке со стороны взрослых.

У детей создается на занятиях чувство безопасности и дозволенности в системе отношений, благодаря чему они могут свободно исследовать и выражать свое «Я», безопасно проявлять свои эмоции и чувства.

Ценится постепенность развивающе-коррекционного процесса, не предпринимается попыток его ускорить. У каждого ребенка свой срок и свой час постижения.

Основные формы и методы обучения:

1. Этюды.
2. Упражнения (творческого и подражательно-исполнительского характера).
3. Игры с правилами: сюжетно-ролевые, словесные, подвижные, музыкальные.
4. Творческие игры: сюжетно-ролевые, игры-драматизации.
5. Дидактические, развивающие игры.
6. Чтение художественных произведений.
7. Беседы.
8. Мини-конкурсы.
9. Моделирование и анализ заданных ситуаций.
10. Импровизации.
11. Рассказ взрослого и рассказы детей.
12. Сочинение историй.
13. Дискуссии.
14. Свободное и тематическое рисование.
15. Аутотренинг (с использованием стихов, записи звуков природы, релаксационной музыки).

Структура и содержание занятий:

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Каждое занятие включает в себя

этюды, игры, упражнения и т. д. Они коротки, разнообразны, доступны детям по содержанию. В этом возрасте внимание детей еще неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, нуждаются в частой смене заданий. С этой целью в качестве отдыха используются спонтанный танец, подвижные, шумные игры, где много смеха и движений (ими перемежаются основные задания).

Занятие длится 45 минут - школьный возраст. Продолжительность его зависит от качества внимания, возраста, поведения детей. Процесс проведения занятий предполагает гибкость и творчество. Разработаны конспекты занятий, представленные практические материалы не должны восприниматься как жесткая система. Задания можно дополнять, менять, можно самим придумывать игры и упражнения. Виды заданий, составляющих занятие, могут повторяться, усложняться, упрощаться, группироваться в зависимости от проблем и успехов детей.

Каждое занятие состоит из 3 частей.

1-я часть занятия. Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы психики.

Возможные темы и виды заданий 1 части: упражнения на развитие мимических движений; игры на определение и передачу эмоциональных состояний человека при помощи жестов и мимики; игры по обучению выразительным движениям; этюды на распознавание различных жестов, на развитие выразительности жеста;

Важную роль в процессе общения играет умение внешне выражать свои внутренние эмоции и правильно понимать эмоциональное состояние собеседника. Восприятие внешнего выражения эмоций возбуждает ответные эмоциональные переживания и реакции. Владея собственными жестами и выразительными движениями, ребенок способен тонко понимать все оттенки и нюансы в выражении лица, жеста и движения тела другого человека. Неумение правильно выразить свои чувства, скованность, неловкость или неадекватность мимико-жестовой речи затрудняет общение детей между собой и со взрослыми. Непонимание другого человека — причина страха, отчужденности, враждебности. Активные мимические и пантомимические проявления чувств помогают предотвращать перерастание некоторых эмоций в патологию. Благодаря работе мышц лица и тела обеспечивается активная разрядка эмоций, нервного напряжения.

Мимика, жесты, пантомимика — первые помощники в общении. Овладение языком жестов и движений поможет детям не только быть интересными в общении, но и познавать людей, обретать друзей.

Познание детьми самих себя, лучшее понимание эмоционального состояния и поступков других людей приводит к возникновению чувства симпатии, уважения и сопереживания, что является неременным условием живого общения с окружающими детьми. Способность поставить себя на место другого ребенка помогает лучше понять возможного партнера по общению, выделить отдельные черты его характера и их проявление, выражающееся в поступках и действиях. Дети учатся быть терпимыми к чужим недостаткам, учатся сопереживанию, а это — прямой путь к полноценному общению.

Для снятия мнимых, неадекватных страхов используются такие приемы, как разыгрывание этюдов на выражение страха, рисование на тему «Мои страхи», пантомимическое разыгрывание ситуации, в которой ребенок испытал страх, беседа «Кто чего или кого боится на самом деле».

Рисование направлено на выявление и «графическое отреагирование» различных страхов у детей.

Содержание рисунков детей может стать темой для разыгрывания ситуации, в которой ребенок испытал страх. В разыгрываемых ситуациях, этюдах при изображении эмоции страха, несмотря на очень выразительное их внешнее воспроизведение и некоторое возбуждение, у детей всегда остается понимание, что они переживают страх понарошку. Этот нюанс используется для обесценивания некоторых реальных страхов у детей. Принимая участие в этюдах, где действуют страшные персонажи и маски, ребенок побеждает этих злых, неприятных персонажей, а на самом деле дезактуализирует, нейтрализует свой страх, свою тревогу. Это работа со страхом: выявление его, осознание, обыгрывание, «общение» с ним, нейтрализация, преодоление.

При обучении детей правилам этикета они учатся понимать, что живут среди людей и что каждый их поступок и желание отражается на людях. Дети знакомятся с правилами, существующими в обществе, усваивают такую манеру поведения, без которой общение их с другими людьми будет затруднено.

2-я часть занятия. Развитие и коррекция познавательной сферы психики. В этой части занятия проводятся игры и упражнения на развитие общей осведомленности, восприятия, воли, внимания, наблюдательности, мышления, памяти, воображения, творческой фантазии, речи.

Все эти игры направлены на умственное развитие детей через совершенствование их органов чувств.

В процессе обучения одни дети воспринимают информацию в основном визуально, другие — аудиально, третьи — кинестетически, потому что в зависимости от врожденных особенностей, окружения, воспитания у детей по-разному развиваются и используются зрение, слух, осязание, обоняние. Чтобы обеспечить комплексное развитие познавательных способностей детей, необходимо использовать все сенсорные каналы восприятия, уделять достаточное внимание развитию органов чувств детей.

3-я часть занятия. Обучение детей приемам саморасслабления. Снятие психомышечного напряжения у детей с такими невротическими проявлениями, как истощение нервной системы, возбудимость, страхи, агрессивность, навязчивые состояния, истерические реакции и др.

В этой части занятия используются игры и этюды на тренировку (напряжение и расслабление) отдельных групп мышц — рук, ног, туловища, лица, шеи, комплекс психомышечной тренировки «На берегу моря», аутотренинг «Волшебный сон».

Важную роль в процессе общения играет умение управлять своим поведением, контролировать свою речь и поступки, сосредоточиваться на высказываниях собеседника. Одним из компонентов такого умения является способность к произвольному расслаблению, которая включает в себя следующие составляющие: осознание телесных ощущений, связанных с напряжением и расслаблением; снятие напряжения и вхождение в состояние расслабленности с помощью релаксационных упражнений; погружение в чувство спокойствия в игровых ситуациях.

При обучении детей ауторелаксации используется релаксационная музыка, запись природных звуков — пение птиц, шум моря, водопада и др. Формулы внушения чувства покоя, безопасности, расслабления подаются в стихотворной форме.

После проделанных упражнений на напряжение—расслабление с детьми проводится обсуждение того, что они чувствовали, какие испытывали ощущения. Высказывания детей при напряжении: «Я понял, что если сжаться, то мне неприятно, я ощущаю себя маленьким, ничтожным, колючим, мне хочется кого-нибудь ударить» и т. п. При расслаблении: «Я понял, что если расслабиться, то мне становится приятно, тепло, у меня хорошее настроение, я — добрый, мне не хочется никого обижать» и т. п.

Таким образом, во время третьей части занятия детям предоставляется возможность почувствовать, что мышечное напряжение по их воле может смениться приятным расслаблением, спокойным состоянием, необходимым для нормального дружеского общения.

Аутотренинг — один из лучших методов коррекции личностных нарушений. Расслабляющие упражнения рекомендуется вводить в повседневную жизнь детей. Психический и физический покой, достигаемый в результате этих упражнений, восстанавливает силы детей, у них возникает приятное расслабление, дремотность. Этот момент можно использовать для мысленного прокручивания детьми не разрешенных до этого переживаний, конфликтов, которые в расслабленном состоянии перерабатываются, «разрешаются» головным мозгом.

Большую помощь в подборе и планировании игр (особенно для первой и третьей частей занятия) может оказать использование книги М. И. Чистяковой «Психогимнастика».

Условия приема – свободный.

Место реализации – на базе МБУ ДО ЦДТ.

Планируемые результаты:

У многих детей, прошедших курс развивающе-коррекционных занятий, вырабатываются положительные черты характера (смелость, уверенность, доброта и др.), им становится легче общаться со сверстниками, они лучше понимают чувства других и легче выражают свои. У детей изживается неуверенность, агрессивность, страх, формируется чувство сопереживания, сотрудничества, самоуважения, уверенность в своих силах и в себе, повышается самооценка. Дети знакомятся с правилами этикета, изучают приемы и методы психомышечной релаксации и могут их применять.

Учебно-тематический план.

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Набор детей в группу. Знакомство. Правило техники безопасности. Рассказ о себе. Правая и левая рука. Что умеют руки.	8	2	6	ТБ
2	Рисунок «Моя семья»	8	2	6	Тест «Моя семья»
3.	Рисунок «Мое любимое животное». Кто где живет? Какое настроение?	8	2	6	Опрос

	Упражнение «стульчик».				
4	Развитие воображения, умения видеть характерные признаки предметов, сравнивать их.	4	2	2	Примеры техник воображения
5	Знакомство с элементами выразительных движений, жеста.	4	2	2	Примеры техник выразительных движений, жеста
6.	Игры по развитию речи	8	2	6	Игры, беседа
7	Развитие активного внимания	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
8	Развитие умения быстро сосредоточиваться:	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
9	Преодоление двигательного автоматизма	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
10	Этюды на расслабление мышц	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
11	Игры на сопоставление различных черт характера	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
12	Развитие творческих способностей	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
13	Психомышечные тренировки	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
14	Упражнения на развитие памяти	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
15	Релаксации	8	2	6	
16	Познавательные способности	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
17	Развитие мышления	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование
18	Развитие положительных черт характера	8	2	6	наблюдение в процессе выполнения задачи, тестирование

19	По правилам дорожного движения	4	2	2	тестирование
20	Подведение итогов изученного материала за год (анкетирование)	4	2	2	анкетирование
	ИТОГО	144	40	104	

Содержание программы:

1. Знакомство с группой. Правило техники безопасности. Рассказ о себе. Чего я больше всего люблю. Кем я стану, когда вырасту.
2. **Рисунок «Моя семья».** Характеристика рисунка.
3. **Рисунок «Мое любимое животное».** Кто где живет? Какое настроение?
Упражнение «стульчик».
4. **Развитие воображения, умения видеть характерные признаки предметов, сравнивать их.**

Обучение элементам техники выразительных движений. Развитие активного внимания. Преодоление двигательного автоматизма у гипер- и гипоактивных детей. Психомышечная тренировка. Создание возможностей для самовыражения, преодоление барьеров в общении. Совершенствование внимания. Регулирование поведения в коллективе. Снятие психического напряжения.

5. Знакомство с элементами выразительных движений жеста

Педагог предлагает детям выполнить следующие движения:

поднять брови вверх, сдвинуть их, сильно зажмуриться, широко раскрыть глаза, надуть щеки, втянуть щеки в полость рта (обследование развития лицевой моторики); показать жестом слова «высокий», «маленький», «там», «я», «здесь», «он», «толстый» и т.д. (обследование умения распознавать эмоционально-выразительные движения рук); произвольно принять условленную позу: показать, как мы выглядим, когда нам холодно, когда у нас болит живот, когда мы несем тяжелую сумку и т. д. (обследование моторики).

. ЭТЮДЫ НА ВЫРАЗИТЕЛЬНОСТЬ ЖЕСТА Этюд «Это я! Это мое!»

Ребенок разговаривает с глухой бабушкой, которая, оказывается, ищет именно его. Он уже понял, что с бабушкой надо разговаривать при помощи рук, потому что она ничего не слышит. Бабушка спрашивает: «Где Витя?» (называется имя играющего), «Чьи это книги?», «Чьи игрушки?» и т. п. Мальчик отвечает выразительным жестом: рука согнута в локте, указательный палец направлен на грудь.

Этюд «Заколдованный ребенок»

Ребенка заколдовали. Он не может говорить и на вопросы отвечает жестами, показывая рукой на различные предметы и указывая направления: шкаф, стол, внизу, вверх, там.

Этюд «Сколько звуков?»

Ведущий несколько раз стучит карандашом по столу. Ребенок должен показать на пальцах, сколько звуков.

Этюд «Вот он какой!»

Ребенок должен без слов рассказать о размерах и форме хорошо известных ему предметов. Он воспроизводит отчетливые жесты, которые характеризуют предмет: маленький, большой, заостренный, крупный, круглый, четырехугольный, мелкий,

длинный, короткий, «зайчики — прыгать, на слове «лошадки» — ударять «копытом» об пол, «раки» — пятиться, «птицы» — бегать, раскинув руки в стороны, «аист» — стоять на одной ноге.

Этюд «Слушай звуки!»

Дети идут по кругу. Звучит нота нижнего регистра (звуковые стимулы можно придумать самим) — и дети становятся в позу «плакучей ивы»: ноги на ширине плеч, руки слегка разведены в локтях и висят, голова наклонена к левому плечу. На звук, взятый в верхнем регистре, дети становятся в позу «тополя»: пятки вместе, носки врозь, ноги прямые, руки подняты вверх, голова запрокинута назад, смотреть на кончики пальцев рук.

Этюд «Тише!»

Два мышонка должны перейти дорогу, на которой спит котенок.

Они то идут на носочках, то останавливаются и знаками показывают друг другу: «Тише!».

Выразительные движения: шея вытянута вперед, указательный палец приставлен к сжатым губам, брови «идут вверх».

Этюд «Отдай!»

Ребенок требует отдать ему игрушку. *Выразительные движения:* руки протянуты вперед ладонями кверху.

Этюд «Иди ко мне»

Мальчик манит к себе малыша, который учится ходить самостоятельно.

Выразительные движения: сидя на корточках, обе руки вытянуты навстречу малышу.

6. Игры по развитию речи: «Времена года», «Осень», «Как себя вести», «Все профессии хороши», «Транспорт», «О дружбе, о друзьях» и др.

7. РАЗВИТИЕ АКТИВНОГО ВНИМАНИЯ

Игра «Слушай хлопок!»

1 Дети идут по кругу. На один хлопок в ладоши они должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, вторая поджата, руки — в стороны), на два хлопка — позу «лягушки» (присесть на корточки), на три хлопка — возобновить ходьбу.

Игра «Канон»

Играющие стоят по кругу и по очереди делают следующие движения: один приседает и встает, другой хлопает в ладоши, третий приседает и встает и т. д.

Игра «Зеваки»

Играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего останавливаются, делают четыре хлопка, поворачиваются кругом и продолжают движение. Направление меняется после каждого сигнала. Допустивший ошибку выходит из игры.

8. Развитие умения быстро сосредоточиваться:

Игра «Что слышно» педагог предлагает детям послушать и запомнить то, что происходит за дверью. Затем просит рассказать, что они слышали. Далее он по сигналу переводит внимание детей с двери на окно, с окна на дверь. Затем каждый ребенок должен рассказать, что там происходило.

9. Преодоление двигательного автоматизма

Игра «Запретный номер»

Играющие становятся в круг и считают вслух, по очереди произнося числа. Перед этим выбирается одно какое-то число, которое нельзя произносить, вместо него играющий хлопает в ладоши соответствующее количество раз.

Игра «Противоположные движения»

Дети становятся в две шеренги друг против друга. Вторая шеренга выполняет движения, противоположные первой: если первая шеренга приседает, то вторая подпрыгивает и т. д.

Игра «Флажок»

Дети ходят по комнате под музыку. Когда ведущий поднимает флажок, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

10. Этюды на расслабление мышц

Этюд «Штанга» Ребенок поднимает «тяжелую штангу», потом бросает ее и отдыхает.

Этюд «Все спят» В комнату входит ведущий и видит...

На дворе встречает он Тьму людей, и каждый спит: Тот как вкопанный стоит, Тот, не двигаясь, идет, Тот стоит, раскрывши рот.

В. А. Жуковский

Ведущий подходит к детям, застывшим в различных позах. Он пытается их разбудить, беря за руки и тормоша, но все бесполезно: дети не просыпаются.

11. Игры на сопоставление различных черт характера.

Игра «Молчок», педагог читает стихотворение А. Бродского «Новичок».

В детский сад пришел Молчок –

Очень робкий новичок.

Он сначала был не смел,

С нами песенок не пел.

А потом, глядим, привык;

Словно зайка – скок да прыг.

До чего же осмелел,

Даже песенку запел.

Ребенок исполняющий роль Молчка, сначала робко сидит на стуле, затем преображается в смелого; прыгает вокруг стула и поет какую –нибудь песенку знакомую ему.

Игра «Страшный зверь»

Педагог читает стихотворение В. Семерина «Страшный зверь», а дети получившие роли кошки, глупого и храброго мальчиков действуют согласно тексту:

Прямо в комнатную дверь

Проникает страшный зверь!

У него торчат клыки.

И усы топорщатся.

У него горят зрачки-

Испугаться хочется!

Хищный глаз косится,

Шерсть на нем лоснится...

Может, это львица?

Может быть волчица?

Глупый мальчик – крикнул:

- Рысь!

Храбрый мальчик крикнул

- Брысь!

12. Развитие творческих способностей.

Игра «Чего на свете не бывает».

Дети должны придумать и нарисовать то, чего на свете не бывает. После рассказа детей о нарисованном с ними проводится обсуждение, действительно ли это не встречается в жизни.

Игра чудесный лес.

На большом листе бумаге нарисовано несколько деревьев и еще в нескольких местах – небольшие неопределенные фигурки и линии. Теперь можно приступать к созданию леса. Необходимо дорисовать все неоконченные изображения (каждый ребенок дорисовывает свою фигурку) превращая их во что угодно: в бабочек, птиц, цветы, деревья, людей – и даже в то, чего не бывает на самом деле: в невиданные растения, животных пришельцев. После окончания рисования дети сочиняют историю про одного из обитателей чудесного леса. Также можно нарисовать «Чудесное море», «Чудесный парк».

13. Психомышечная тренировка.

«Сосулька».

В. Селиверстов

У нас под крышей

Белый гвоздь висит.

Солнце взойдет –

Гвоздь упадет.

Во время произнесения первой и второй строчек дети держат руки над головой, во время третьей и четвертой – роняют расслабленные руки и приседают.

Этюд «Шалтай - Болтай».

Шалтай – Болтай

Сидел на стене.

Шалтай – Болтай

Свалился во сне.

Ребёнок поворачивает туловище вправо – влево, при этом руки свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова «свалился во сне» ребенок резко наклоняется вперед.

14. Упражнения на развитие памяти

Игра «Опиши по памяти»

Ведущий на короткое время показывает детям куклу, а затем они по памяти должны ответить на вопросы: какие у куклы волосы, какое платье, какие глаза, были ли банты, туфельки, носочки, стоит она или сидит и т. д.

Игра «Найди картинку»

Ведущий на короткое время (считая до пяти) показывает детям картинку, а затем из набора похожих картинок предлагает выбрать ту, которую им показали.

Игра «Запомни картинку»

Карточка с нарисованными на ней в разных местах буквами (5-7 букв) или цифрами (от 0 до 9) демонстрируется детям столько времени, сколько они сочтут нужным.

После этого они по памяти, каждый на своем листочке бумаги, воспроизводят картинку.

Игра «Запомни фигуры»

Ведущий некоторое время показывает детям лист бумаги с изображенными на нем в произвольном порядке фигурами. Затем дети должны по памяти воспроизвести фигуры, каждый на своем листочке.

Игра «Что изменилось?»

Педагог ставит перед детьми три — семь игрушек и дает посмотреть на них несколько секунд. Затем просит детей отвернуться и меняет местами несколько игрушек. Повернувшись и посмотрев на игрушки.

На столе лежит несколько разноцветных кусков картона, немного отличающихся по фактуре. Легкими прикосновениями подушечек пальцев дети знакомятся с поверхностью листа, стараются запомнить ощущение. Отвернувшись, на ощупь отгадывают цвет (по очереди). Начинать нужно с 3-4 картонок, постепенно увеличивая количество.

Несколько разноцветных листов картона отличаются по запаху. При отгадывании (с закрытыми глазами) дети тоже должны назвать цвет.

Педагог обращается к детям: «Сейчас, когда я начну читать стихи и заиграет тихая, спокойная музыка, вы закроете глаза и начнется игра "Волшебный сон". Вы не заснете по-настоящему и будете все слышать, но не будете двигаться и открывать глаза, пока я вам не разрешу. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Шептать не надо. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. "Волшебный сон" закончится тогда, когда я громко скажу: "Открыть глаза! Встать!". Внимание... Наступает "Волшебный сон"...

	Реснички опускаются...		Напряжение улетело...
	Глазки закрываются...		И расслаблено все тело...
(2раза)	Мы спокойно отдыхаем...	(2раза)	
	Сном волшебным засыпаем...		Греет солнышко сейчас...
	Дышится легко... ровно...		Руки теплые у нас...
глубоко...			Жарче солнышко сейчас...
	Наши руки отдыхают...		Ноги теплые у нас...
	Ноги тоже отдыхают...		Дышится легко... ровно...
	Отдыхают... засыпают...	глубоко...	
(2раза)			Губы теплые и вялые,
	Шея не напряжена		Но нисколько не усталые...
	И рас-сла-а-аб-ле-на...		Губы чуть приоткрываются...
	Губы чуть приоткрываются...		Все чудесно расслабляется...
	Все чудесно расслабляется...	(2раза)	
(2раза)			Нам понятно, что такое...
	Дышится легко... ровно...		Состояние покоя... (2раза)»
глубоко...			
	Долгая пауза (до конца медленной музыки).		
	Начинает звучать бодрая, веселая музыка. Дети продолжают лежать с закрытыми глазами.		

Ведущий обращается к детям:

«Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали...

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!
Крепко кулачки сжимаем,
Их повыше поднимаем...
Потянуться! Улыбнуться!
Всем открыть глаза и встать!»

15. Релаксация.

«Сон на берегу моря»

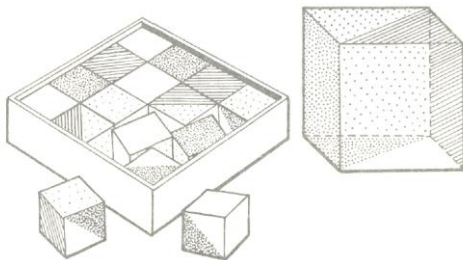
Дети слушают шум моря (аудиозапись). Ведущий говорит детям, что им всем снится один и тот же сон, и рассказывает его содержание: дети видят во сне то, что они делали на занятии (закрепление полученных впечатлений и навыков). Пауза. Ведущий сообщает, по какому сигналу дети проснутся (по счету, когда заиграет дудочка и т. п.) «Пауза. Звучит сигнал. Дети спокойно встают.

16. Познавательные способности

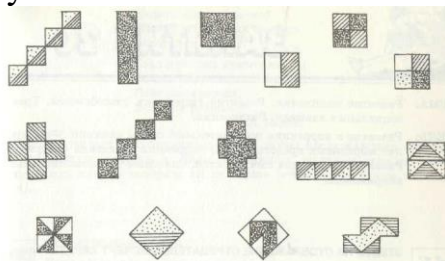
Игра «Сложи узор» (по Б. П. Никитину)

(Можно использовать кубики Косса — тест Д. Векслера для измерения интеллекта детей.)

Игра состоит из 16 одинаковых кубиков. Все 6 граней каждого кубика окрашены по-разному: передняя грань — белая, задняя грань — желтая, правая грань — синяя, левая грань — красная, верхняя грань — желто-синяя, нижняя грань — красно-белая.



Дети учатся по образцам складывать точно такой же узор из кубиков. : Затем ставится обратная задача: глядя на кубики, нарисовать узор, который они образуют.



Игра «Смысловые ряды»

Ведущий строит смысловой ряд и предлагает детям догадаться, каким будет четвертое слово. Например: карандаш — бумага, мел — ... (доска), то есть карандаш пишет по бумаге, а мел пишет по доске.

Смысловые ряды:

Дом — крыша, книга — ... (обложка).

Птица — яйцо, растение — ... (семя).

Квадрат — куб, круг — ... (шар).

Хорошо — лучше, медленно — ... (медленнее).

Электричество — выключатель, вода — ... (кран).

Одежда — голый, обувь — ... (босой).

Школа — обучение, больница — ... (лечение).

Человек — ребенок, собака — ... (щенок).

Птица — гнездо, человек — ... (дом).

10. Пальто — пуговицы, ботинок — ... (шнурок).

17. Развитие мышления.

Игра «Собери цветок»

Каждому ребенку выдается круглая карточка — серединка будущего цветка (одному — платье, второму — слон, третьему — пчела и т. д.). Затем игра проводится так же, как в лото: ведущий раздает карточки с изображением различных предметов. Каждый участник должен собрать из карточек цветок, на лепестках которого изображены предметы, относящиеся к одному понятию (одежда, животные, насекомые и т. д.).

Игра «На что похоже?»

Каждый ребенок выбирает в качестве образца какую-либо геометрическую форму и собирает изображения предметов, имеющих сходную форму. Набор: круг — пуговица, тарелка, таблетка, часы, мяч, яблоко; прямоугольник — чемодан, кирпич, портфель, телевизор, книга, дом, окно; треугольник — крыша дома, сложенная из газеты шапка, воронка, елка, египетская пирамида; овал — огурец, слива, яйцо, рыба, лист.

Игра «Логические концовки»

Лимоны кислые, а сахар... (сладкий).

Ты ходишь ногами, а бросаешь... (руками).

Если стол выше стула, то стул... (ниже стола).

Если два больше одного, то один... (меньше двух).

Если Саша вышла из дома раньше Сережи, то Сережа... (вышел позже Саши).

Если река глубже ручейка, то ручеек... (мельче реки).

Если сестра старше брата, то брат... (младше сестры).

Если правая рука справа, то левая... (слева).

Мальчики вырастают и становятся мужчинами, а девочки... (женщинами).

Нож и кусок стекла — оба... (острые).

18. Развитие положительных черт характера

Этюд «Смелый заяц»

Заяц любит стоять на пеньке, громко петь песни и читать стихи. Он не боится, что его может услышать волк.

Выразительная поза: положение стоя, одна нога чуть впереди другой, руки заложены за спину, подбородок поднят. Мимика: уверенный взгляд.

Этюд «Часовой»

Ребенок изображает пограничника. Ведущий читает стихотворение:

Стоит он в дозоре,

И зорек, и смел, Чтоб мир потревожить Никто не посмел.

Выразительная поза: голова держится прямо и немного откинута назад, взгляд устремлен вперед, ноги слегка расставлены, руки держат воображаемый автомат.

Этюд «Добрый мальчик»

Зима. Маленькая девочка, играя со снегом, потеряла варежку. У нее замерзли пальчики. Это увидел мальчик. Он подошел к девочке и надел на ее руку свою рукавичку.

Этюд «Внимательный мальчик»

По улице шла женщина с покупками. У нее упал сверток. Мальчик, увидев это, подбежал, поднял сверток и подал женщине. Женщина отблагодарила мальчика.

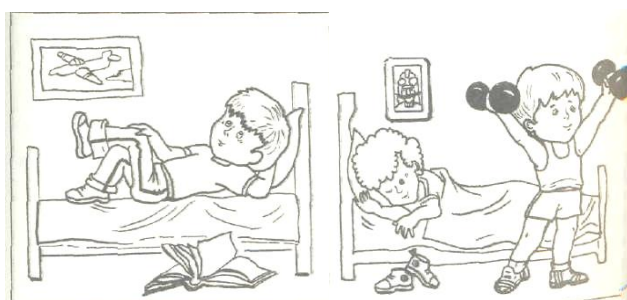
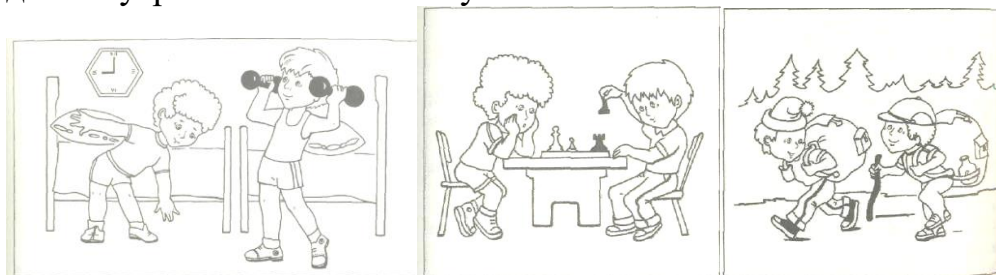
Настольная игра «Оцени поступок»

Игра состоит из 10 больших карт, на которых изображены различные жизненные ситуации. К каждой большой карте прилагается по 4 маленькие карточки, на двух из которых представлены модели желательного поведения в данной ситуации, а на двух — нежелательного, детям предлагается рассказать, в каких случаях ребята, изображенные на картинках, поступили хорошо, а в каких — плохо, и объяснить почему. Игра способствует формированию у детей моральных представлений, используется в тренинге социальной компетентности, при коррекции поведения и нежелательных черт характера. Дети учатся понимать, какое поведение какой черте характера соответствует и как оно оценивается. Содержание картинок: Э Семья за обеденным столом:

- а) мальчик помогает папе готовить обед;
- б) мальчик помогает маме накрывать на стол;
- в) мама убирает комнату, она очень устала, мальчик играет, не обращая внимания на нее;
- г) мальчик играет с котом, в его комнате беспорядок, грязь.

3 Дети занимаются спортом:

- а) дети играют в шахматы;
- б) дети идут в поход с рюкзаками;
- в) мальчик в одежде и обуви лениво развалился на кровати, на полу валяется книга;
- г) мальчик, притворяясь, что спит, поглядывает на брата, который делает утреннюю гимнастику.



- Дети играют в футбол. Один из них падает, он сильно ушибся:

- а) дети помогают мальчику встать;
 - б) дети забинтовывают мальчику ногу;
 - в) дети продолжают игру, не обращая внимания на упавшего;
 - г) дети смеются над плачущим от боли мальчиком.
- Д Девочка идет по улице. Навстречу ей старушка с тяжелой сумкой:
- а) девочка поднимает упавшую у старушки тросточку;
 - б) девочка помогает бабушке донести до дома тяжелую сумку;
 - в) из бабушкиной сумки выпадает и разбивается бутылка с молоком, девочка, смеясь, проходит мимо;
 - г) бабушка сама поднимает упавшую трость.
- О Дети играют:
- а) они дружно строят дом из конструктора;
 - б) они вместе чинят сломавшуюся машину;
 - в) мальчики ссорятся, отнимая друг у друга машину;
 - г) один из детей, прижимая к себе игрушки, не подпускает к ним других детей.
- ☐ Дети, играя в комнате с мячом, разбили мамину любимую вазу:
- а) мальчик просит прощения у мамы, честно признав свою вину;
 - б) дети пытаются склеить разбившуюся вазу;
 - в) мальчик говорит маме, что вазу разбил кот, мама наказывает кота;
 - г) мальчик говорит, что он тут ни при чем, а вазу разбила его младшая сестра.
- ☐ Мальчик встречает на улице заблудившуюся маленькую девочку. Она плачет:
- а) мальчик успокаивает девочку, угощает ее конфетой;
 - б) мальчик берет девочку за руку, узнает, где она живет, и отводит домой;
 - в) мальчик смеется над плачущей девочкой, дразнит ее;
 - г) мальчик достает рогатку и целится в девочку.
- О Дети рисуют и мастерят:
- а) мальчик делает аппликацию;
 - б) девочка рисует;
 - в) мальчик вырезает картинки из книги;
 - г) мальчик вырезает узоры из скатерти, лежащей на столе.
- ☐ Девочка играет с мячом. Мяч укатился, рядом с ним — собака. Девочка не решается подойти к мячу, боясь собаку:
- а) мальчик подходит к собаке, берет мяч и отдает его девочке;
 - б) мальчик загораживает собой девочку от собаки;
 - в) мальчик смеется над девочкой и науськивает на нее собаку;
 - г) мальчик дразнит девочку, вырывает у нее из рук куклу и ломает её
- Дети видят на улице собаку с занозой в лапе:
- а) дети вытаскивают занозу, забинтовывают лапу;
 - б) дети кормят собаку;
 - в) мальчик замахивается на собаку, кидает в нее камни;
 - г) мальчик привязал к хвосту собаки консервную банку и смеется,

когда собака убегает.

Ситуации и модели желательного и нежелательного поведения можно придумать самим и словесно изложить детям, предложив выбрать модели желательного поведения и обосновать выбор.

Предложенные ситуации можно инсценировать с детьми.

19. По правилам дорожного движения: дорожные знаки, транспорт, светофор.

20. Итоговое занятие.

Условие реализации программы: педагог должен иметь средне-специальное или высшее педагогическое образование и владеть основами психологии.

Материально-техническое обеспечение: наглядные пособия, игрушки, дидактический материал, аудиокассеты, музыкальный центр и др.

Форма подведения итогов: итоговое занятие.

На конец учебного года обучающиеся будут

Знать:

- Развитие чувства сопереживания, лучшего понимания себя и других, обучение умению быть в мире с самим собой.
- Создание возможностей для самовыражения, средствами человеческого общения (мимикой, жестом, пантомимикой).
- Коррекцию нежелательных личностных особенностей, поведения, настроения.

Уметь: Выбатывать у детей положительные черты характера, способствующих лучшему взаимопониманию при общении.

Повышать уровень самоконтроля в отношении своего эмоционального состояния в ходе общения, формирование терпимости к мнению собеседника.

Совершенствовать память, внимание, мышление, развитие восприятия, творческих способностей, воображения, речи.

Календарный учебный график программы

Год обучения	Форма обучения/контроля	Количество занятий в неделю/продолжительность одного занятия	Всего академических часов в год	Количество академических часов в неделю
1 год обучения (9-15 лет)	Очная форма обучения	2 раз в неделю по 2 часа (1 академический час – 45 мин)	144	4

Рабочая программа воспитания

Цели:

- Реализация разнообразных детских интересов.
- Развитие в каждом ребенке стремления стать лучше, знать больше, стремления преодолеть себя, столкнувшись с трудностями.
- Развитие стремления к социальной активности, направленной на социально значимое преобразование окружающей среды, инициативность, творчество, самостоятельность, нравственно положительную результативность.

Задачи:

- Социальная адаптация детей.
- Сотрудничество детей разного возраста взрослых при подготовке и проведении общественно полезных дел.
- Формирование ценностных ориентаций, побуждающих к самоанализу и рефлексии.
- Формирование общей культуры личности

Календарный план воспитательной работы

Месяца	Мероприятия	Дата и место проведения
СЕНТЯБРЬ	День открытых дверей. Презентация творческих объединений в ЦДТ	3, 4, 5 сентября 2025 г.
	День солидарности в борьбе с терроризмом. Беседа	3 сентября 2025г. ЦДТ
	День воссоединения ДНР, ЛНР, Запорожской и Херсонской областей с РФ (3 года). Беседа	30 сентября 2025г.,
НОЯБРЬ	Программа «Осенние каникулы» Участие в программе	25 октября - 2 ноября 2025г.,
ДЕКАБРЬ	Всемирный день борьбы с СПИДом Беседа	1 декабря 2025г.
	Участие в мероприятии, посвященном Международному Дню инвалидов Беседа	3 декабря 2025г., По сообщению
	День Неизвестного солдата Беседа	3 декабря 2025г.,
	День Героев Отечества Беседа	9 декабря 2025г.,
	День конституции РФ (32 года) Беседа	12 декабря 2025г
ЯНВАРЬ 2026г	Игровая программа «Рождественские встречи» Участие	7 января 2026г., площадь перед Администрацией

	Программа «Зимние новогодние каникулы». Показ образовательных фильмов во время новогодних каникул Участие	05.01.2026г. – 09.01.2026г., по программе
	Всероссийская акция "Блокадный хлеб" Участие	Январь, 2026 г.
	Программа «Весенние каникулы». Показ образовательных фильмов в ART- зале Участие	30 марта-3 апреля 2026г.
МАЙ	Всероссийская акция «Георгиевская ленточка» Беседа	28.04.-09.05.2026 г.
	Участие в праздничной программе, посвящённой 81-летию Победы в ВОВ	9 мая 2026г., площадь перед Администрацией

Список литературы Нормативно - правовое обеспечение:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 28.12.2024 г.), статья 95
2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015г., №996-р.;
3. Стратегическая инициатива «Новая модель системы дополнительного образования», одобренная Президентом РФ 27 мая 2015г.;
4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016г. №11);
5. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017г. № 48226);
6. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утв. Приказом Минтруда и социальной защиты РФ от 05 мая 2018г. № 298н, зарегистрирован в Минюсте РФ 28 августа 2018г., рег. №52016);
7. Приказ № 1309 от 09.11.2015г. «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи»;
8. Санитарными правилами СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
9. Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические

требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

12. Конвенция о правах ребенка;

13. Конституция Российской Федерации;

14. Трудовой кодекс РФ №197 –ФЗ от 30 декабря 2001 года введен в действие с 01.02.2002 г.;

15. Правила пожарной безопасности в РФ (ППБ 01-03). Введены в действия приказом министерства РФ по делам Гражданской обороны. Чрезвычайных ситуаций и ликвидации стихийных бедствий от 18 июня 2013 года №313;

16. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.(с изменениями от 21.10.2024 г.)

17. Постановление Правительства РБ от 01.11.2022 года № 690 «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей в Республике Башкортостан до 2030 г.».

18. «Концепция духовно – нравственного развития и воспитания гражданина России»;

19. «Примерная программа воспитания и социализация обучающихся».

20. Конституция Республики Башкортостан;

21. Закон Республики Башкортостан от 1 июля 2013г. № 696-з «Об образовании в Республики Башкортостан»:

22. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утверждённая приказом Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года №467 (редакция от 21 апреля 2023)

23. Локальные акты МБУ ДО ЦДТ о проведении НОК ДОД

24. Федеральный закон от 21 июля 2014 г. N212-ФЗ «Об основах общественного контроля в РФ»(с изменениями от 25 декабря 2023 г.).

25. Федеральный закон от 13.07.2020 N189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»(ред. от 26.12.2024).

26. Постановление Правительства РФ от 13 февраля 2021 г. N 183 "Об утверждении Положения о структуре реестра исполнителей государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере в соответствии с социальным сертификатом на получение государственной (муниципальной) услуги в социальной сфере и порядке формирования информации, включаемой в такой реестр, а также Правил исключения исполнителя государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере из реестра исполнителей государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере в соответствии с социальным сертификатом на получение государственной (муниципальной) услуги в социальной сфере» (с изменениями от 30 мая 2023 г.).

27. Приказ Министерства образования и науки РБ «Об утверждении состава экспертов независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ в Республике Башкортостан» от 16.10.2024 г. № 2229 вместе с приказом Министерства образования и науки Республики Башкортостан «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ в Республике Башкортостан» от 7 июня 2019 г. № 727)

28. Приказ Минпросвещения России от 13.03.2019 N 114 "Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»

29. Письмо Минпросвещения России от 28.02.2023 N 02-139 "О направлении методических рекомендаций« (вместе с "Методическими рекомендациями к Единому порядку расчета показателей независимой оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам (с учетом отраслевых особенностей)»

30. Приказ Минпросвещения РФ от 29.12.2020 г. № 853 «Об утверждении Порядка рассмотрения результатов независимой оценки качества условий осуществления образовательной деятельности федеральными государственными образовательными организациями, а также иными организациями, осуществляющими образовательную деятельность за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 12.05.2023 г. № 366)

Литература для педагога

1. Агаева Е. Л. и др. Чего на свете не бывает? М., 1991.
2. Выгодская Н. Г., Пеллингер Е. П., Успенская Л. П. Устранение заикания у дошкольников в игре. М., 1984.
3. Заморев С. И., Кудрявцева С. В. От игры — к развитию личности // Оздоровление детей в организационных коллективах. СПб., 1995.
4. Захаров А. РЛ Неврозы у детей. СПб., 1998.
5. Ладыженская Т. А. и др. Речь. Речь. М., 1990.
6. Лэндрет Г. Л. Игровая терапия: искусство отношений. М., 1994.
7. Михайлова З. А. Игровые занимательные задачи для дошкольников. М., 1990,
8. Никитин Б. П. Ступеньки творчества, или развивающие игры. М., 1991.

9. Сербина Е. В. Математика для малышей. М.* 1992. Чистякова М. И, Психогимнастика, М., 1990. Щипкцына Л. М. и др. Основы коммуникации. СПб., 1995

Приложение 1

Календарный учебный график группа 1 (пятница, суббота)

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Даты
1.	Набор детей в группу. Знакомство. Правило техники безопасности. Рассказ о себе. Правая и левая рука. Что умеют руки.	8	2	6	05.09 06.09 12.09 13.09
2	Рисунок «Моя семья»	8	2	6	19.09 20.09 26.09 27.09
3.	Рисунок «Мое любимое животное». Кто где живет? Какое настроение? Упражнение «стульчик».	8	2	6	03.10 04.10 10.10 17.10
4	Развитие воображения, умения видеть характерные признаки предметов, сравнивать их.	4	2	2	18.10 24.10
5	Знакомство с элементами выразительных движений, жеста.	4	2	2	25.10 31.10
6.	Игры по развитию речи	8	2	6	01.11 07.11 08.11 14.11
7	Развитие активного внимания	8	2	6	15.11 21.11 22.11 28.11
8	Развитие умения быстро сосредоточиваться:	8	2	6	29.11 05.12 06.12 12.12
9	Преодоление двигательного автоматизма	8	2	6	13.12 19.12 20.12 26.12
10	Этюды на расслабление мышц	8	2	6	27.12 16.01 17.01 23.01
11	Игры на сопоставление различных черт	8	2	6	24.01

	характера				30.01 31.01 06.02
12	Развитие творческих способностей	8	2	6	07.02 13.02 14.02 20.02
13	Психомышечные тренировки	8	2	6	21.02 27.02 28.02 06.03
14	Упражнения на развитие памяти	8	2	6	07.03 13.03 14.03 21.03
15	Релаксации	8	2	6	27.03 28.03 03.04 04.04
16	Познавательные способности	8	2	6	10.04 11.04 17.04 18.04
17	Развитие мышления	8	2	6	24.04 25.04 08.05 15.05
18	Развитие положительных черт характера	8	2	6	16.05 22.05 23.05 29.05
19	По правилам дорожного движения	4	2	2	30.05
20	Подведение итогов изученного материала за год (анкетирование)	4	2	2	
	ИТОГО	144	40	104	

Календарный учебный график группа 2 (четверг, суббота)

№	Тема	Всего	Теория	Практика	Даты
1.	Набор детей в группу. Знакомство. Правило техники безопасности. Рассказ о себе. Правая и левая рука. Что умеют руки.	8	2	6	04.09 06.09 11.09 13.09
2	Рисунок «Моя семья»	8	2	6	18.09

					20.09 25.09 27.09
3.	Рисунок «Мое любимое животное». Кто где живет? Какое настроение? Упражнение «стульчик».	8	2	6	02.10 04.10 09.10 16.10
4	Развитие воображения, умения видеть характерные признаки предметов, сравнивать их.	4	2	2	18.10 23.10
5	Знакомство с элементами выразительных движений, жеста.	4	2	2	25.10 30.10
6.	Игры по развитию речи	8	2	6	01.11 06.11 08.11 13.11
7	Развитие активного внимания	8	2	6	15.11 20.11 22.11 27.11
8	Развитие умения быстро сосредоточиваться:	8	2	6	29.11 04.12 06.12 11.12
9	Преодоление двигательного автоматизма	8	2	6	13.12 18.12 20.12 25.12
10	Этюды на расслабление мышц	8	2	6	27.12 15.01 17.01 22.01
11	Игры на сопоставление различных черт характера	8	2	6	24.01 29.01 31.01 05.02
12	Развитие творческих способностей	8	2	6	07.02 12.02 14.02 19.02
13	Психомышечные тренировки	8	2	6	21.02 26.02 28.02 05.03
14	Упражнения на развитие памяти	8	2	6	07.03

					12.03 14.03 19.03
15	Релаксации	8	2	6	21.03 26.03 28.03 02.04
16	Познавательные способности	8	2	6	04.04 09.04 11.04 16.04
17	Развитие мышления	8	2	6	18.04 23.04 25.04 30.04
18	Развитие положительных черт характера	8	2	6	02.05 07.05 09.05 14.05
19	По правилам дорожного движения	4	2	2	16.05 21.05
20	Подведение итогов изученного материала за год (анкетирование)	4	2	2	23.05 28.05
	ИТОГО	144	40	104	