

«Рассмотрено и принято»
на педагогическом совете
МАДОУ «Детский сад №4»
г. Стерлитамак РБ
протокол № 1
от 26.08.2025 г.



Насырова А.Г.

**Адаптированная дополнительная образовательная программа
социально-гуманитарной направленности «Малышок»
с элементами кинезиологических и нейропсихологических
игр и упражнений
для детей дошкольного возраста 2-3 лет
МАДОУ «Детский сад №4» г. Стерлитамак РБ**

Срок реализации: 1 год

Составитель:

Акчулпанова Г.Ф.
инструктор по физической культуре

г.Стерлитамак

2025

СОДЕРЖАНИЕ	Стр.
1. Комплекс основных характеристик программы	
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Цель и задачи программы	8
1.3. Содержание программы	10
1.4. Планируемые результаты	14
2. Комплекс организационно – педагогических условий включая формы аттестации	
2.1. Календарный учебный график	14
2.2. Условия реализации программы	17
2.3. Формы аттестации в дополнительном образовании	18
2.4.Оценочные материалы	19
2.5. Методические материалы	19
Список литературы	20
Приложение	

Нормативная база

Адаптированная дополнительная образовательная программа физкультурно-оздоровительной направленности «Малышок» с элементами кинезиологических и нейропсихологических игр и упражнений разработана на основе дополнительной образовательной программы. Методологической и теоретической основой определения содержания дополнительной общеразвивающей программы являются правовые акты Российской Федерации:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон Российской Федерации от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21.04.2023 № 302 "О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467;"

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года», «Планом мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы)»;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Закон Республики Башкортостан от 01.07.2013 г. № 696-з «Об образовании в Республике Башкортостан» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/463504509>;

- Постановление Правительства Республики Башкортостан от 1 ноября 2022 года №690 «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей в Республике Башкортостан до 2030 года»;

- Устав Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 4» городского округа город Стерлитамак Республики Башкортостан.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность.

Воспитание здорового и всесторонне развитого ребёнка остаётся наиболее актуальной проблемой в практике развития и воспитания, это говорит о необходимости поисков эффективных средств её реализации.

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

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

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

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

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

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

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

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

которое можно развить через кинезиологические упражнения.

Кинезиология - наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Эти упражнения позволяют создать новые нейронные сети и улучшить межполушарное взаимодействие, которое является основой развития интеллекта.

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

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

В соответствии с основной идеей, программа нацеливает родителей и педагогов на полноценное общее развитие детей, их позитивную социализацию, для достижения необходимого уровня подготовки детей дошкольного возраста к обучению

в

школе.

Отличительные особенности.

Кинезиологические упражнения и нейропсихологические игры позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга. Они влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, но и позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики. Методы и формы занятий, средства деятельности по программе соответствуют поставленным целям и задачам, способствуют усвоению дошкольниками. Упражнения позволяют активизировать межполушарные взаимодействия, приводят к гармонизации баланса жизненной энергии у человека и обладают оздоравливающим и антистрессорным эффектом, снижают утомляемость, повышают способность к произвольному контролю, улучшают мыслительную деятельность, память и внимание. В процессе заданий дошкольник развивает кинетические, пространственные, зрительные функции, тренирует мелкую и крупную моторику. Учится контролировать движения, их ритм, темп, последовательность.

Актуальность

В настоящее время определенное количество детей относится к категории детей с ограниченными возможностями, вызванными различными отклонениями в состоянии здоровья, и нуждаются в специальном образовании, которое

отвечает их особым образовательным потребностям. К их числу относятся дети с тяжёлыми нарушениями речи, дети с задержкой речевого развития, а также дети со сложными, комбинированными недостатками развития.

Нейропсихологические и кинезиологические упражнения активизируют у детей межполушарное взаимодействие и пластичность мозга, способствуют развитию психических процессов, помогают в развитии эмоционально-волевой сферы детей имеющим дефицит нейродинамических и регуляторных компонентов деятельности, таких как: трудности концентрации и удержания произвольного внимания, снижение мотивации, неустойчивость эмоционально-волевых проявлений, быстрая утомляемость, истощаемость, низкий темп деятельности и прочее.

Федеральные государственные образовательные стандарты и личностно-ориентированная модель образования ставят в центр внимания ребенка с ОВЗ, с его индивидуальными и возрастными особенностями развития и поэтому данная программа востребована родителями, заинтересованными в развитии своих детей с отклонениями здоровья. Нейропсихологические и кинезиологические упражнения позволяют выявить скрытые способности ребенка и расширить границы возможностей его мозга. Они влияют не только на развитие умственных способностей и физического здоровья, но и позволяют активизировать различные отделы коры больших полушарий, что способствует развитию способностей человека и коррекции проблем в различных областях психики.

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

Адресат программы

Адаптированная дополнительная образовательная программа физкультурно-оздоровительной направленности «Малышок» с элементами кинезиологических и нейропсихологических игр и упражнений разработана для детей младшего возраста с ОВЗ разных категорий:

- воспитанники с тяжёлыми нарушениями речи (ТНР);
- воспитанники с задержкой речевого развития (ЗРР);

Дети с ТНР имеют:

- с ограниченным и слабым словарным запасом;
- с неполноценностью грамматической, лексической и звуковой сторон речи;
- с ограниченностью мышления и воображения;
- с отсутствием навыка общения;

Распространенными видами тяжелых нарушений речи являются: алалия, дислалия, дизартрия, логоневроз.

Дети с тяжелыми нарушениями речи либо не говорят совсем, либо имеют очень скудный словарный запас. При неплохих физиологических интеллектуальных способностях они отстают в психическом развитии и их нередко принимают за умственно отсталых. Они с трудом овладевают письменной речью, зачастую страдает их грамотность, могут быть сложности в освоении арифметических заданий.

Тяжелые нарушения речи характеризуются не только проблемами с произношением звуков, но и сложностями их восприятия на слух. Такие дети с трудом строят речевые конструкции – фразы, предложения. Им сложно общаться с людьми, а это чревато комплексами и трудностями с социализацией.

У детей, страдающих тяжелыми нарушениями речи, также наблюдается отставание во всех сферах познавательной деятельности – памяти, мышления, восприятия.

Задержка речевого развития (ЗРР) – это патология, возникающая у детей с сохранными интеллектуальными способностями, при которой нарушены сроки появления речи, имеется скудный словарный запас, дефекты произношения, страдает грамматическое оформление речи и образование звуков. Различают три степени задержки речевого развития: Первая степень - это самая легкая степень задержки речи у ребенка, так как у таких детей отсутствует поражение нервной системы. При внимательном наблюдении можно заметить небольшие эмоциональные и волевые нарушения. Хотя отставание развития речи здесь проявляется в легкой степени, такие дети без помощи специалистов не могут самостоятельно догнать своих сверстников. Ко второй степени ЗРР относят отставание речевого развития, сочетающееся с нарушениями психики и патологиями нервной системы. У ребенка могут быть эмоциональная неустойчивость, нарушения памяти и внимания, мелкой моторики. Органы артикуляции (особенно язык) тоже страдают из-за легких параличей, тремора (дрожания) и насильственных движений. Такие дети медлительны, или, наоборот, расторможены. Они нуждаются в специальном обучении. При третьей степени задержка речевого развития вызвана поражением речевой зоны головного мозга. Нарушения речи обширны: ребенок затрудняется в произношении многих слов, не формируется фраза, нарушена грамматика речи, у него отсутствует чувство языка. Кроме явно выраженных речевых нарушений у таких детей страдает память, внимание, мышление, волевые и эмоциональные качества.

Форма обучения – очная.

Принципы построения программы:

-постепенность;

-возврат к пройденному ранее содержанию, с тем чтобы применить его в

качестве основы или элемента для формирования содержания других разделов;
-единство образовательных задач, требований жизни, интересов развития личности.

Методы обучения

Методы	Приёмы
Наглядный	Демонстрация упражнения педагогом, рассматривание схематических заданий и карточек
Словесный	Краткое описание и объяснение действий, сопровождение и демонстрация образцов, разных вариантов упражнений.
Практический	Выполнение упражнений и игр.
Игровой	Использование сюжета игр для организации детской деятельности, персонажей для обыгрывания сюжета.
Информационно-рецептивный	Изучение последовательности действий, которое предполагает подключение различных анализаторов (зрительных и тактильных) для знакомства с новыми упражнениями и играми, определения ориентировки в пространстве. Совместная деятельность педагога и ребёнка.

Форма организации образовательной деятельности: групповая.

Педагогические технологии: информационные и коммуникативные технологии, игровые технологии.

Сроки реализации программы –1 год

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Занятия проводятся 2 раз в неделю. Продолжительность занятия по 15мин, с обязательным включением в структуру занятия физкультминутки, используются здоровьесберегающие педагогические технологии (16 часов в полугодие). Между занятиями 10-минутный перерыв.

Особенности организации образовательного процесса. Обучение осуществляется в спортивном зале.

Состав группы переменный.

Форма проведения занятий:

- беседа (получение нового материала);
- самостоятельная деятельность (дети выполняют индивидуальные задания в течение части занятия или одного-двух занятий);
- ролевая игра;
- соревнование (практическое участие детей в различных развлечениях и мероприятиях);

1.1. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование способности взаимодействия с собственным телом и развитие межполушарной связи у детей старшего дошкольного возраста через различные виды нейропсихологических и кинезиологических упражнений.

Основные задачи:

Образовательные:

1. Способствовать развитию межполушарного взаимодействия;
2. Обучение методам саморегуляции и самоконтроля;
3. Обучение концентрации внимания на предложенном материале;
4. Формирование познавательного интереса.
5. Расширение общих представлений об окружающем мире;

Развивающие:

1. Развитие межполушарного взаимодействия;
2. Развитие межполушарной специализации;
3. Синхронизация работы полушарий;
4. Развитие комиссур (межполушарных связей);
5. Развитие способностей взаимодействия с собственным телом;
6. Развитие общей и мелкой моторики;
7. Развитие памяти, внимания, мышления, речи.

Воспитательные:

1. Формирование положительного опыта к здоровому образу жизни;
2. Способствовать снижению тревожности и снятию эмоционального напряжения.

Структура программы.

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

1.2. Содержание программы **Учебный план 1 курса обучения**

№ п/п	Название тематического раздела	Количество минут			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Улучшение мозгового кровообращения.	15	5	10	Беседа, игровые упражнения
1.	Диагностика развития познавательных способностей.				

2.	Знакомство «Наше тело»;	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
3.	Дыхательные упражнения;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
4.	Самомассаж головы;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
5.	Глазодвигательные упражнения: «Филин», «Солнышко и тучи», «Глаз за рукой»	15	5	10	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
6.	Упражнения на развитие мелкой моторики;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
7.	Упражнения на растяжки;	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
8.	Дорожка координации	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
Развитие двигательной, пространственной сферы, изучение образа физического «Я».		15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
9.	Точечный самомассаж биологически активных точек лица				
10.	Пальчиковые упражнения со звуковой гимнастикой	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
11.	Ритмические упражнения	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
12.	Перекрестные движения руками и ногами	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
13.	Кинезиологические упражнения с мячом	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
14.	Симметрическое рисование двумя руками;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
15.	Упражнения двигательного репертуара	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
16.	Дидактическая игра «Мнемокарточкис нейроритмами».	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
Итого: 16 занятий		240 мин	47 мин	193 мин	

Учебный план 2 курса обучения

№ п/п	Название тематического раздела	Количество минут			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Формирование пространственных представлений;	15	2	13	

1.	Диагностика развития познавательных способностей.				Беседа, игровые упражнения
2.	Телесные движения; Ритмические упражнения;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
3.	Телесные движения; Упражнения на релаксацию;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
4.	Дыхательные упражнения (длинный вдох, короткие выдохи);	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
5.	Артикуляционная моторика;	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
6.	Кинезиологические упражнения;	15	5	10	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
Улучшение саморегуляции.					Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
7.	Сложнокоординационные упражнения;	15	5	10	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
8.	Массаж (самомассаж) биологически активных точек кистей;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
9.	Нейропсихологические игры и упражнения;	15	5	10	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
Развитие познавательных способностей.					
10.	Коррекционные движения для тела и пальцев;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
11.	Упражнения двигательного репертуара:	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
12.	Упражнения на межполушарные взаимодействия;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
Улучшение соматической сферы ребенка.		15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
13.	Физические упражнения;				
14.	Психогимнастика; Упражнения на релаксацию;	15	3	12	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений
15.	Подвижные игры; Малоподвижные игры	15	2	13	Наблюдение, беседа, выполнение упражнений.
16.	Итоговое мероприятие.	15	3	12	Тесты, игровые

	Тестовые задания.				упражнения
Итого: 16 занятий	240 мин	48 мин	192 мин		

Уровень: стартовый

Содержание 1 курс

1. Улучшение мозгового кровообращения.

Проводимые начальной стадии каждого занятия упражнения направлены, в основном, на улучшение функционирования подкорковых структур, улучшения мозгового кровообращения, повышения работоспособности:

1. Знакомство «Наше тело»;
2. Дыхательные упражнения;
3. Самомассаж головы;
4. Глазодвигательные упражнения;
5. Упражнения на развитие мелкой моторики;
6. Упражнения на растяжки;
7. Упражнения на координацию движений.

2. Развитие двигательной, пространственной сферы, изучение образа физического «Я».

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

Пальчиковые игры и упражнения:

1. Пальчиковые упражнения со звуковой гимнастикой;
2. Сюжетные пальчиковые упражнения;
3. Пальчиковые упражнения в сочетании с самомассажем кистей и пальцев рук.
4. Точечный самомассаж биологически активных точек лица;
5. Телесные движения; Ритмические упражнения; Упражнения двигательного репертуара; Перекрестные движения руками и ногами;
6. Симметрические рисования двумя руками.

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

Развитие крупной моторики – упражнения, формирующие сенсомоторные взаимодействия, координацию движений, ощущение границ своего тела и его положения в пространстве.

Содержание 2 курс

1. Формирование пространственных представлений;

Кинезиология с ее перекрестно-литеральными, телесными движениями, активизирующими тонкую моторику движениями, балансирует и равномерно тренирует мышцы обеих сторон тела. Это непосредственно связано с

равномерной активизацией моторной коры лобных долей мозга, обеспечивающей произвольные движения тела и участвующей в выполнении сложной двигательной активности.

2. Развитие познавательных способностей.

Познавательные способности – это хорошо развитые свойства познавательных процессов, которые обнаруживаются и развиваются в процессе деятельности. Используются все виды упражнений стимулирующих развитие произвольного внимания, памяти, речи, всех видов восприятия.

4. Улучшение саморегуляции.

Блоки упражнений направленные, на развитие саморегуляции ребенка:

1. Упражнения, направленные на развитие произвольной активности, формирование эмоциональной и волевой сферы.

2. Упражнения, направленные на развитие произвольных движений и самоконтроля

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

4. В комплекс занятий направленных на развитие саморегуляции детей включены дыхательные упражнения, массаж, растяжки, упражнения на релаксацию и аутогенную тренировку.

5. Массаж (самомассаж) биологически активных точек кистей;

5. Улучшение соматической сферы ребенка.

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

Используются: психогимнастика; физические упражнения; игры; упражнения на релаксацию; подвижные и малоподвижные игры.

1.3. Планируемые результаты освоения программы.

1. Развиваются межполушарные взаимосвязи (Ребенок одинаково хорошо выполняет одно и то же упражнение как левой, так и правой частью тела);

2. Повысилась способность к произвольному контролю (Ребенок осознанно выполняет упражнения, контролируя процесс);

3. Активизируются интеллектуальные и познавательные процессы;

4. Улучшилась память и концентрация внимания;

5. Улучшилась речь;

6. Улучшилась мыслительная деятельность;

7. Сформировалось правильное дыхание;

8. Улучшилась координация движений;

9. Повысилась мотивация к обучению;
10. Снизилась утомляемость и тревожность, дети стали спокойнее и увереннее в себе;
11. Повысилась способность к произвольному контролю.

2. Комплекс организационно – педагогических условий включая формы аттестации

2.1. Календарный учебный график

Содержание	Возрастная группа
	Младший возраст
Начало занятий	01.09.2025 г.
Кол-во недель в учебном году	49
Продолжительность рабочей недели	5 дней
Недельная образовательная нагрузка	15 мин.*2р.=30 мин.
Продолжительность образовательной деятельности	не более 15 мин.
Перерыв между образовательной деятельностью	не менее 10 мин.
Максимально допустимый уровень нагрузки во 2 половине	15 мин.
Праздничные дни, каникулы	11.10.2025 г. День Республики Башкортостан 04.11.2025 г. День народного единства 01.01 2025 -08.01.2026 г. Новый год 23.02.2026 г. День Защитника Отечества 09.03.2026 г. 8 марта 20.03.2025 г. Ураза-байрам 01.05.2025-05.05.2026 г. Праздник Весны и Труда 09.05.2025-11.05.2026 г. День Победы 27.05.2026 г. Курбан-байрам
Окончание учебного года	29.05.2026 г.
Летний период	01.06.2026 –31.08. 2026 г.

Примерное календарно-тематическое планирование занятий с детьми 2-3 лет

Месяц	Тема занятия	Содержание занятия
Сентябрь	Занятие №1-2	1.Разминка. "Игра - приветствие с колокольчиком" 2. Знакомство с частями своего тела 3. Глазодвигательное упражнение «Посмотри на мяч» 4.ОРУ 5. ПИ «Трамвай» 6. МПИ «Себе-другу»
	Занятие №3-4	1.Разминка 2. Дыхательное упражнение 3.Психомоторные координации. 4.Функциональные игры и упражнения. Развитие пространственных представлений 5.ПИ «Замри» 6.Познавательные компетентности.

Октябрь	Занятие №5-6	1.Разминка 2.Глазодвигательное упражнение «Заинька», «За рукой» 3.Упражнения на развитие мелкой моторики; 4. Точечный самомассаж биологически активных точек лица; 4.Ритмическое упражнение «Сиртаки» 5.Кинезиологические упражнения с мешочками 6.Дорожка координации 7.ПИ «Самолет-ракета» 8.Дыхательное упражнение «Подуем на плечо»
	Занятие №7-8	1.Разминка 2.Звукодыхательное упражнение. 3.Глазодвигательные упражнения с использованием тренажера Базарного В.Ф. 4.Психомоторные координации 5.Развитие мелкой моторики 6.ПИ «Заинька» МПИ «День-ночь»
Ноябрь	Занятие №9-10	1.Разминка 2.ПИ «Вперед четыре шага» 3.ОРУ 4.Дорожка координации 5.ПИ «Синие и желтые палочки» 6.МПИ «Угадай, кто позвал» 7.Дыхательное упражнение «Пузырики»
	Занятие № 11-12	1.Разминка, Приветствие. 2.Звукодыхательное упражнение «Дирижер и оркестр» 3.Психомоторные координации 4.Двигательный репертуар. Упр. «Ползание на спине». 5.Познавательные компетентности. 6.ПИ «К дереву беги!» 7. Рефлексия.
Декабрь	Занятие №13-14	1.Разминка 2.Ритмическая игра «Утро» 3.Глазодвигательное упражнение «Бабочка-цветок» 4.Кинезиологические упражнения с мешочками 5.ПИ «Правая-левая» 6.Дорожка координаций 7.Упражнение «Спящий котёнок»
	Занятие № 15-16	1. Ритуал начала занятия. "Игра - приветствие с колокольчиком" 2.Звукодыхательное упражнение. 3. Психомоторные координации 4.Упражнение «Сильные ножки» 5. Дыхательное упражнение «Косим траву» 6.МПИ «Угадай, что за звук»
Январь	Занятие №1-2	1.Разминка 2.Ритмическое упражнение «Тарантелла» 3.Глазодвигательное упражнение «Филин» 4..ОРУ

		7.Кинезиологические упражнения с мешочками 8.Дорожка координации 9.МПИ «Найди предмет» 10.Двигательный репертуар. Упражнение «Ползание по - пластунски»
Февраль	Занятие №3-4	1.Разминка 2.ПИ «Пятнашки» 3.Глазодвигательное упражнение «Ослик» 4.Кинезиологические упражнения с мячом 5.Дорожка координации 6.Построение
	Занятие №5-6	1.Игра – приветствие «Я сегодня вот такой...» 2.Звукодыхательное упражнение. 3.Упр. на перекрестные движения руками и ногами 4.Ритмические упражнения 5.ПИ «Перебежки» 6. Рефлексия
Март	Занятие №7-8	1.Разминка 2.Ритмическая игра «Утро» 3.Глазодвигательное упражнение «Солнышко и тучки» 5.ОРУ 6.Кинезиологические упражнения с мячом 7. Коррекционные движения для тела и пальцев 8.Дыхательное упражнение «Часики»
	Занятие №9-10	1.Разминка «Условные сигналы» 2.Гимнастика для глаз 3.Симметрическое рисование двумя руками 4. Самомассаж биологически активных точек кистей 5. Упражнения двигательного репертуара 6. ПИ «Лиса в курятнике» 7.МПИ «День и ночь» 8. Рефлексия
Апрель	Занятие №11-12	1.Разминка 2. Музыкальная игра «Вперед четыре шага» 3.Ходьба с заданием на развитие координации 4.Ритмическое упражнение «Як-цуп-цоп» 5.Глазодвигательное упражнение «Маляры» 6.ОРУ 7.Кинезиологические упражнения с мячом 8.Дорожка координации 9.МПИ «Испорченный телефон» 10.Дыхательное упражнение «Курочки»
	Занятие №13-14	1.Приветствие рукопожатием 2.Упражнения на развитие мелкой моторики 3.Упражнения на растяжки 4.Психомоторные координации 5.Упражнение "Ползание на четвереньках" 6.Познавательные компетентности. Упражнение «Что перепутал художник?»

		7.Рефлексия
Май	Занятие №15-16	1.Разминка 2. ПИ «Пятнашки» 3.Ритмическое упражнение «Яц-цуп-цоп» 4.Глазодвигательное упражнение «Жмурки » 5.ОРУ 6.Кинезиологические упражнения с мячом 7.Дорожка координации 8.ПИ «Найди пару» 9.МПИ «Тихо-громко», «Горячо-холодно» 10. Дыхательное упражнение «Петух»

2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия

Наименование помещения	Спортивный зал
Расположение	1 этаж
Площадь	50,7
Естественное освещение	Юго- восток
Количество окон	2
Площадь окон (кв. м2)	4,4

Учебно – методическое обеспечение

Виды помещения	Оснащение помещения	Материалы для непосредственной работы с детьми
Музыкальный зал	Спортивное оборудование; тактильно-развивающее оборудование; музыкальный центр, компьютер.	Технологические, креативные карты, схемы, образцы, чертежи; картотека игр (подвижных и малоподвижных)

Учебно-методическое и информационное обеспечение

Парциальная программа с указанием выходных данных	Развивающая кинезиологическая программа «Гимнастика мозга» Пола Деннисона - Москва «Дом XXI» 2006.
Методическое обеспечение	1.«Психогимнастика в детском саду» Алябьева Е.А.; 2.Сазонов В.Ф., Кириллова Л.П., Мосунов О.П. «Кинезиологическая гимнастика против стрессов»; 3.Практическое пособие «Упражнения для психомоторного развития дошкольников» Сиротюк А.Л. 4.«Нейропсихологические занятия с детьми» Колганова В.С., Пивоварова Е.В.
Технические средства обучения	Компьютер, музыкальный центр

Кадровое обеспечение

Педагогическая деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных программ осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

ФИО педагога	Акчулпанова Гульшат Фаритовна
Образование	
Образование	Высшее
Стаж работы и квалификационная категория	
Стаж работы общий	28 лет
Педагогический стаж	22 года
В данном учреждении	15 лет
Квалификационная категория	Высшая квалификационная категория
Курсы повышения квалификации	
ЧУ ДПО «Учебно-деловой центр «Знание Плюс», «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», 72 час.	

2.3. Формы аттестации в дополнительном образовании

Формы аттестации обосновываются для определения результативности освоения программы. При реализации программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогическим работником в рамках педагогической диагностики в целях отслеживания эффективности особенностей и перспектив развития ребенка.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, грамоты, отзывы детей и родителей.

Также результаты освоения программы фиксируются на фото и видео в момент участия на спортивных развлечениях и соревнованиях;

- фото и видео материалы по результатам достижений дошкольника, а также отзывы преподавателя и родителей воспитанников будут размещаться на сайте образовательного учреждения;

- фото и видео материалы будут представлены для участия на фестивалях и олимпиадах разного уровня.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитическая справка, соревнование, участие в городских спортивных мероприятиях.

2.4. Оценочные материалы

Педагогический мониторинг знаний и умений детей проводится как в форме индивидуальной беседы, так и через решение практических задач. Диагностические мероприятия позволяют отследить успехи детей на каждом

этапе обучения.Диагностика используется для оценки исходного уровня развития каждого ребёнка с тем, для того чтобы определить оптимальную для него «ближайшую» зону здоровья, формирования систем, функций организма и двигательных навыков. Одной из составных характеристик физического состояния организма является физическая подготовленность.

Критерии оценивания:

Высокий - «3балла» - при выполнении теста ребенок самостоятельно без вмешательства взрослого действует в правильной последовательности.

Средний - «2 балла»- тест выполнен с большим трудом, имеются значительные ошибки. С прямыми указаниями взрослого.

Низкий - «1 балл»- тест практически не выполнен и ребенок не делает попыток выполнить тест.

Фамилия, имя ребенка	Итог	Улучшение мозгового кровообращения.					Развитие двигательной, пространственной сферы					Улучшение саморегуляции и соматической сферы ребенка.				
		Дыхательные упражнения	Глазо-двигательные упражнения	Упражнения на развитие мелкой моторики	Упражнения на растяжку	Пальчиковые упражнения	Точечный самомассаж биологически активных точек лица	Ритмические упражнения	Перекрестные движения руками и ногами	Кинезиологические упражнения с мячом	Симметрическое рисование в умруками	Сложные координационные упражнения	Нейропсихологические упражнения	Упражнения на межполушарные взаимодействия	Упражнения на релаксацию;	Подвижные игры; Малоподвижные игры

2.5.Методические материалы

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала в работе с детьми ОВЗ используются методические разработки, методические пособия и наглядные пособия следующих видов:

- схематический или символический (схемы, рисунки, шаблоны);
- картинный и картинно-динамический (картины, иллюстрации, слайды, фотоматериалы);
- дидактические пособия (карточки, раздаточный материал, практические задания).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста: Учебное пособие/ Под ред Л. С. Цветковой. - М. ,2001.

2. Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997.
3. Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с Практическое пособие. - АЙРИС - пресс, 2014.
4. Наумова Н. В. Нейробика как здоровьесберегающая технология в образовательном процессе // Школьная педагогика. - 2016. - №2.
5. Марычева О. И., Габараева К. А. Гимнастика для ума. Сборник упражнений для активизации умственной деятельности. [Текст] / под ред. Рябовой О. А. – Карпогоры, 2020 – 20 с.
6. Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003.
7. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. - М.: Генезис, 2010. - 474 с.
8. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учебное пособие для высших учебных заведений. – М., 2002.
9. Хризман Т.П. Развитие функций детского мозга – Л., 1978.
10. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие – М., 1999.

Приложение

Нейропсихологические и кинезиологических игры и упражнения.

Игры и упражнения на разно - типичное согласование движений рук.

Цель: развитие межполушарного взаимодействия через согласование

разнотипных движений рук. Обеспечение регуляции, программирования и контроля психической деятельности. Формирование произвольности действий.

Упражнение «Капитанское»

Одна рука приложена козырьком к бровям, а вторая рука показывает знак "Класс". Меняем руки местами. Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой рук.

Упражнение «Класс»

Одну ладонь выставляем вперед, а второй рукой показываем знак "Класс". Меняем руки.

Через несколько занятий, это упражнение можно усложнить, добавив хлопок между сменой положения рук.

Упражнение «Колечки»

Цель: развитие межполушарного взаимодействия через согласование разнотипных движений рук.

На одной руке большой палец последовательно соединяется со всеми остальными пальцами, начиная с указательного пальца.

То же самое делает другая рука, но начинает с мизинца. Задача - делать упражнение одновременно двумя руками.

Упражнение «Кулак-ребро-ладонь»

Используем эту игру для развития фонематического восприятия либо для дифференциации звуков (если услышишь звук Ш — ставь кулак, звук С — ставь ребро; звук Р — кулак, звук Л — ладонь и т.д.).

Упражнение «Ладушки»

Эта игра одной из первых появляется в опыте любого ребенка. Если он с ней не знаком — научите его играть сначала в классическом варианте, и не только руками, но и лежа — ногами. Затем усложните задачу: хлопок в ладоши, хлопок двумя руками с партнером (руки у обоих перекрещены, хлопок, хлопок с партнером «левая — правая», хлопок с партнером «правая — левая». Далее увеличивается число движений за счет соединения классического и данного вариантов. Аналогично — ногами;

Упражнение «Класс – заяц»

Левой рукой показывать «класс», правой — «зайчика». Одновременно менять положение рук и постепенно наращивать скорость.

Упражнение «Зеркало»

Выполнять его необходимо в паре. Два ребенка встают друг против друга и договариваются о своих ролях: один – ведущий, второй – «зеркало». Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий начинает производить хаотичные движения руками, а «зеркало» пытается отразить их в том же ритме. Меняются ролями.

Упражнение «Попробуй повторить»

В этой игре участник должен воспроизвести положение рук или позу, которую он видит на картинке, для чего ему необходимо совершить некоторое конкретное движение. Игра способствует развитию внимания, пространственных представлений, улучшает реакцию. Набор движений, предложенный в игре, часто используется психологами в программах по психомоторному развитию и нейропсихологической коррекции детей и, несмотря на простоту и увлекательность, является эффективным инструментом работы.

Упражнение «Резиночки»

Эта игра полезна для развития мелкой моторики, внимания, пространственной ориентировки. Здесь есть специальные карточки со схемами одевания резинок на пальцы. Такую игру легко сделать самим. Также полезен вариант без использования карточек по словесной инструкции (Одень на указательный пальчик левой руки розовую резинку, на безымянный пальчик правой руки – синюю и т.д. Таким образом закрепляем названия пальцев и понятия: «право-лево»).

«Зеркальное рисование»:

- Положите на стол чистый лист бумаги. Начните рисовать одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки (квадраты, треугольники, горизонтальные линии), буквы. При выполнении этого упражнения почувствуете, как расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличивается эффективность работы всего мозга.

Упражнение «Ухо – нос – хлопок»

Левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

Упражнение Игры с мячами (обычными, прыгунами).

Игры и упражнения с мячом, направленные на развитие фонематического восприятия, закрепление правильного произношения.

- На звук Ш отбивай мяч правой рукой, на звук С левой;
- Если назову один предмет, отбивай правой рукой мяч, если много — левой;
- Гласный звук услышат ушки – мяч взлетает над макушкой - если услышишь гласный звук, подбрось мяч вверх;
- Стукни раз, а может два, по частям скажи слова - разделить слово на слоги, ударяя мячом об пол;
- Мяч кидай, где звук узнай - определить позицию заданного звука в слове;
- Мы играем – раз, два, три, мяч бросаем, посмотри - подбросить мяч столько раз, сколько звуков в заданном слове;
- Разноцветные мячи по порядку собери - составить звуковую схему слова;
- С мячиком иду играть, звуки, слоги повторять» - автоматизация звуков, слогов;
- Лови да бросай, слово новое узнай - заменить один звук на другой и узнать новое слово (лак – рак, усы – уши);
- Мяч бросаю, диких животных называю;
- Мяч передаю, деревья назову;
- Чья у зверя голова? Подскажи скорей слова - образование притяжательных прилагательных (у волка - волчья, у лисы – лисья) и т.д.

Упражнение «Передай мячи».

Игра проходит в парах, дети встают друг против друга, в руках у одного ребенка 2 мяча.

- Передают поочередно в руки другому;
- Передают, держа руки крест на крест;
- Передают по одному мячу с хлопком и т.д.

Метод «Су-Джок»

Это колючие мячики с металлическими колечками внутри. На руках находится множество биологических точек, и при прокатывании Су-Джок между ладонями происходит стимуляция этих точек. Металлические колечки надеваются и снимаются на каждый пальчик. Такой массаж ребёнок может делать самостоятельно под присмотром взрослого. Здесь не страшно ошибиться: любое действие с «ёжиками» принесёт пользу. Вместо Су-Джок можно воспользоваться дарами природы: шишки, каштаны, орехи. Подойдут также любые колючие мячики, например, для стиральной машинки.

Чтение стихотворения под хлопки или стук двумя руками.

Цель: развитие слухомоторной координации, улучшение дикции, развитие концентрации и распределения внимания

1. Взрослый читает и одновременно прохлопывает стихотворение. Голосом и хлопками выделяются ударные слоги (в тексте эти слоги помечены ударением). Метод прохлопывания стихотворения полезен при заучивании любых стихов наизусть, так как к работе подключается левая височная доля мозга (речь, текст стихотворения) и правая височная доля (ритм, мелодика).

Зима недаром злится. Прошла ее пора'.

Весна в окно стучится

И гонит со двора'. (Ф. И. Тютчев)

2. Взрослый читает ребёнку текст в среднем темпе и одновременно стучит по столу. Ребёнок должен пересказать текст и назвать количество ударов. Текст берётся в зависимости от уровня подготовленности и возраста ребёнка. Рекомендованное количество ударов от 5 до 10.

В деревне

Приехал Миша летом в деревню из города. Всё незнакомо. Вышел во двор. А у крыльца маленький поросёнок ест из корыта. На заборе петух сидит. Крылья у петуха большие, гребешок красный. Взлетел на забор: — Ку-ка-ре-ку! Заглянул Миша в сарай. А там корова Зорька стоит, сено жуёт. Такого в городе не увидишь.

Упражнения с мячиками.

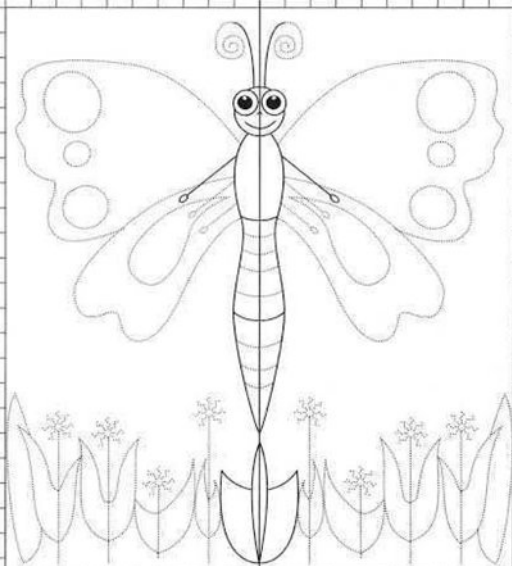
Выполняется в паре. У каждого по одному мячику (массажный, либо резиновый, маленький).

Способы действий с мячиками:

- мяч в противоположной руке
- перекладывать из руки в руку друг другу;
- мяч в противоположной руке, перекладываем с левой в правую и другому отдаем;
- мяч в противоположной руке – себе – другому,
- мяч не в противоположной руке – другому по диагонали,
- мяч не в противоположной руке – себе – по диагонали другому,
- 2 тебе, 2 мне, - диагонали – 2 у одного человека – он передает крест-накрест другому,
- 2 мяча у одного – он передает – по прямой, другой по прямой, он - диагональ, другой – диагональ, - 2 у одного - передает крест-накрест – правая рука сверху, левая рука сверху. Возможны свои вариации.

Метод двуручное рисование.

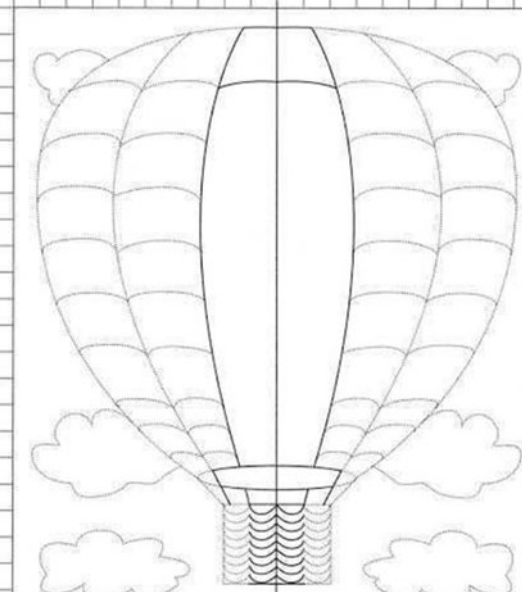
Дорисуй и раскрась рисунок обеими руками:
левая правая



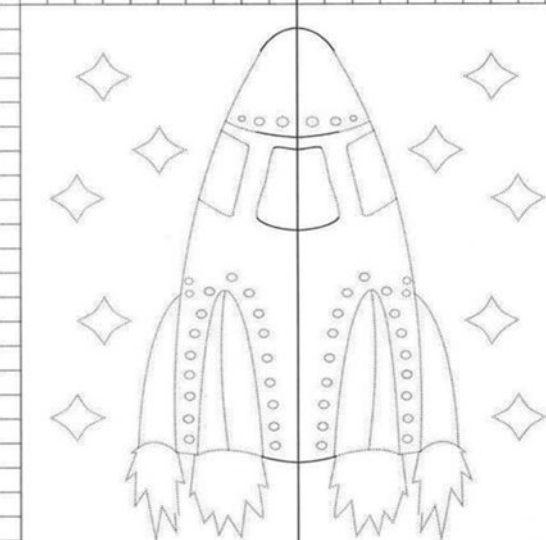
Дорисуй и раскрась рисунок обеими руками:
левая правая



Дорисуй и раскрась рисунок обеими руками:
левая правая



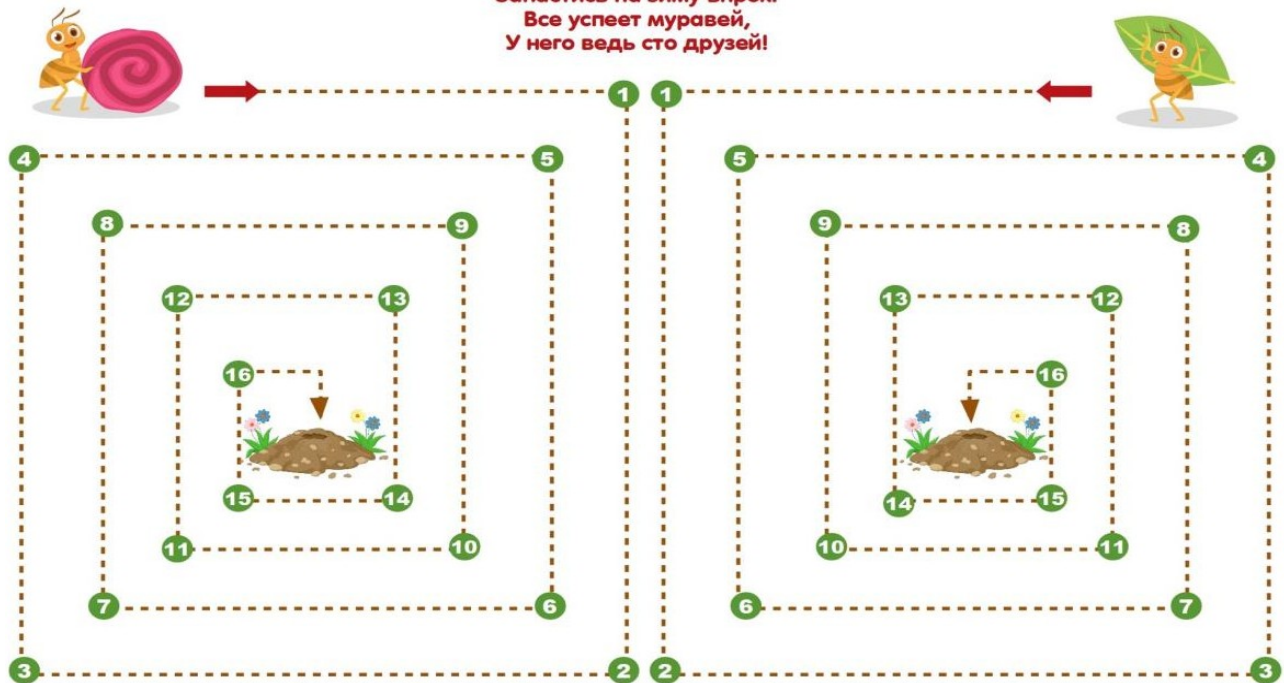
Дорисуй и раскрась рисунок обеими руками:
левая правая



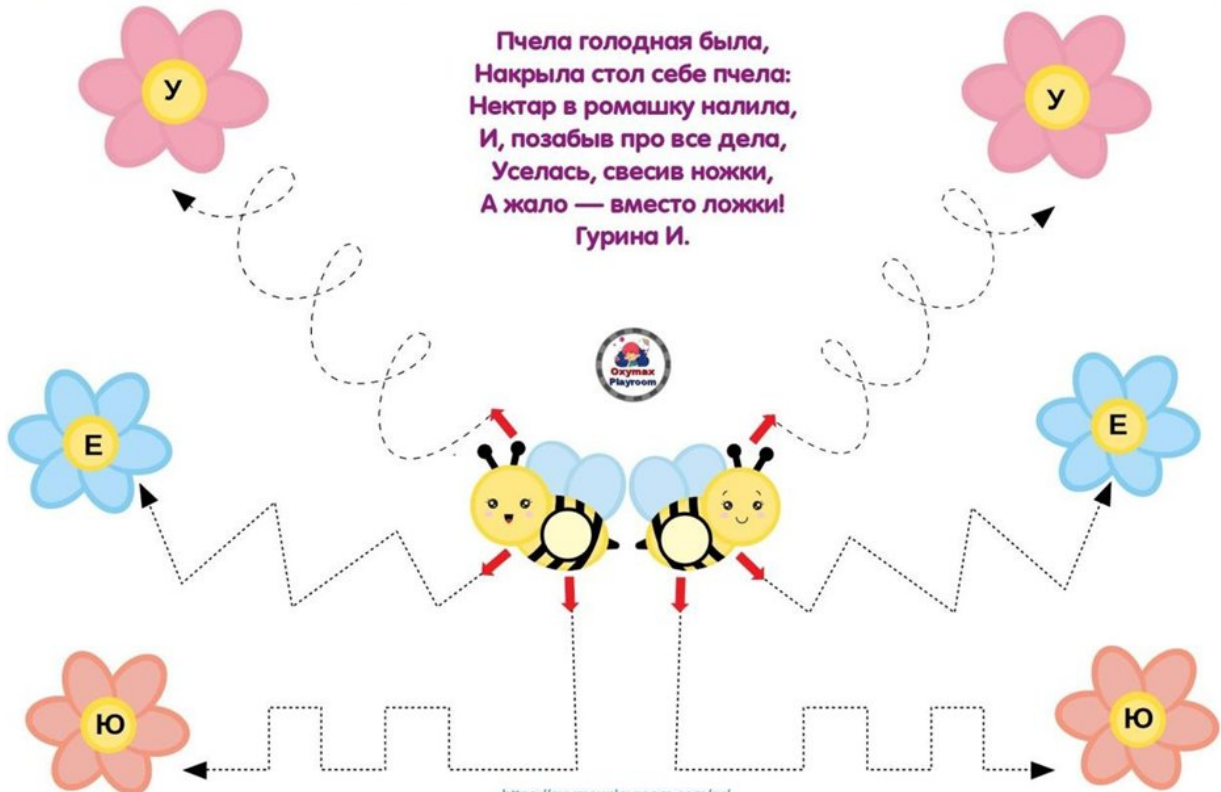
Помоги муравьям найти дорогу. Проведи пальчиком по линии сначала правой рукой, а затем, левой. Посчитай кружочки. А теперь возьми карандаши в обе руки, и нарисуй дорожки.

<https://oxymaxplayroom.com/ru/>

Муравей весь день работал,
Все проблемы, да заботы.
Дом построить надо в срок,
Запастись на зиму впрок.
Все успеет муравей,
У него ведь сто друзей!



Проведи по пунктирной линии сначала правой рукой, затем левой, послушай стихотворение. А теперь возьми два карандаша и помоги пчелам собрать нектар двумя руками одновременно. Прочитай отдельно буквы, а теперь составь слоги.



<https://oxymaxplayroom.com/ru/>

Нейроигры, нейротренажеры, нейродорожки, задания на активацию работы мозга.

Цель: Развитие межполушарных связей, когнитивной сферы, мелкой моторики рук, пространственной ориентации. Способствование развитию речи, ориентировке в пространстве.

Игра с цветными ладошками: перед ребенком силуэты цветных ладошек (левой и правой руки). Ребенок должен дотронуться до ладошек в определенном порядке:

- Двумя руками одновременно по словесной инструкции взрослого;
- Двумя руками одновременно, но с опорой на цветные фишки (для каждой руки свои цветные фишки).

Игра с нейродорожками: ребенку необходимо двумя руками одновременно пройти дорожки.

Игра с ладошками по автоматизации звуков: ребенку необходимо называть картинки в ладошках, при этом выполнять соответствующей рукой действие (нажать звончок, поднять руку с мячом и др.)



Массаж ладоней и пальцев рук колючим массажным мячиком

1. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте массажные движения, катая мяч вперёд-назад.
2. Мяч находится между ладоней ребёнка, пальцы прижаты друг к другу. Делайте круговые движения, катая мяч по ладоням.
3. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения вперёд (как будто закручиваете крышку).

4. Держа мяч подушечками пальцев, с усилием надавите ими на мяч (4—6 раз).
5. Держа мяч подушечками пальцев, делайте вращательные движения назад (как будто открываете крышку).
6. Подкиньте мяч двумя руками на высоту 20—30 см и поймайте его.
7. Сожмите мяч между ладонями, пальцы сцеплены в "замок", локти направлены в стороны. Надавите ладонями на мяч (4—6 раз).
8. Перекладывайте мяч из одной ладони в другую, постепенно увеличивая темп.

Упражнение №1

Ежик в руки мы возьмем, (берем массажный мячик)
Покатаем и потрем. (катаем между ладошек)
Вверх подбросим и поймает, (подбрасываем вверх и ловим)
И иголки посчитаем. (пальчиками одной руки нажимаем на шипы)
Пустим ежика на стол, (кладем мячик на стол)
Ручкой ежика прижмем (ручкой прижимаем мячик)
И немножко покатаем (ручкой катаем мячик)
Потом ручку поменяем. (меняем ручку и тоже катаем мячик)

Упражнение №2

Ежика возьмем в ладошки (берем массажный мячик)
И потрем его слегка, (в одной ручке держим мячик, другой проводим по нему)
Разглядим его иголки, (меняем ручку, делаем тоже самой)
Помассируем бока (катаем между ладошек)
Ежика в руках кручу, (пальчиками крутим мячик)
Поиграть я с ним хочу.
Домик сделаю в ладошках – (прячем мячик в ладошках)
Не достанет его кошка (прижимаем ладошки к себе)

Упражнение №3

Я мячом круги катаю, (Движения выполняются по тексту)
Взад - вперед его гоняю.
Им поглажу я ладошки,
А потом сожму немножко.
Каждым пальцем мяч прижму,
И другой рукой начну.
А теперь последний трюк!
Мяч катаю между рук!

Упражнение №4

Я мячом круги катаю, (катаем мячик между ладонями круговыми движениями)
Взад-вперед его гоняю, (гоняем мячик между ладонями по столу)
Им поглажу я ладошку, (гладим одну ладошку мячиком)
Будто бы сметаю крошку, (гладим другую ладошку мячиком)
И помню его немножко, (сжимаем мячик одной рукой)
Как сжимает лапу кошка. (меняем сжимаем мячик другой рукой)

Упражнение №5

Ежик, ежик – чудачок
Сшил колючий пиджачок (прокатывать мяч в ладонях вперед – назад)
Встал с утра, и в лес – гулять, (поднять руки вверх)
Чтоб друзей всех повидать (перебирать мяч пальцами, опуская медленно руки вниз)
Ежик топал по тропинке (постучать мячом по столу)
И грибочек нес на спинке (завести руки с мячом за голову, покатавать мяч по шее)
Ежик топал не спеша, (прокатываем мяч по одной коленке вперед)
Тихо листьями шурша. (прокатываем мяч по другой коленке назад)
А на встречу скачет зайка, Длинноухий Попрыгайка, (подбрасываем и ловим мячик)
В огороде чем – то ловко
Раздобыл косою морковку! (завести руки за спину и спрятать мяч)

Упражнение №6

Этот шарик не простой (Движения выполняются по тексту)
Весь колючий, вот такой.
Меж ладошками кладем
Им ладошки разотрем.
Вверх и вниз его катаем
Свои ручки развиваем! Можно шар катать по кругу
Перекидывать друг другу.
1, 2, 3, 4, 5 – Всем поранам отдохнуть!

Упражнение №7

Катится колючий ежик (выполняем круговые движения мячиком между ладонями)
Нет ни головы ни ножек.
По ладошкам он бежит
И пытит, пытит, пытит.

Мне по пальчикам бежит (перебираем мяч пальчиками)

И пытит, пытит, пытит

Бегают туда, сюда! Мне щекотно? (движения мячом по пальчикам)

Да, да, да! Уходи, колючий еж, (пускаем по столу и ловим подушечками пальцев)

В темный лес ,где ты живешь!