

Муниципальное бюджетное учреждение
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
Янтиковского района Чувашской Республики

Принята на педагогическом совете
(Протокол от 30.08.2021 № 1)

Утверждена приказом
от 30.08.2021 № 11

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Умные движения»

Программу разработала
Петрова Н.А.,
педагог-психолог

1. Пояснительная записка

Актуальность программы

В последние десятилетия психологи, педагоги, врачи констатируют катастрофическое нарастание в детской популяции ряда патологических феноменов: обилие сосудистых и костно-мышечных проблем и снижение иммунитета. Масса детей демонстрирует задержки и искажения психоречевого развития, несформированность произвольной саморегуляции, дисграфии и т.д. В совокупности это приводит к эмоционально-личностной и когнитивной неготовности к обучению и адекватной адаптации к социуму.

Научно-методологические и методические основания программы

Приоритетное участие нейропсихологии - науки о формировании мозговой организации психических процессов человека в решении широкого круга дизонтогенетических проблем обусловлено в первую очередь удручающими реалиями процессов развития в современной детской популяции.

Нейропсихологический анализ проблем отклоняющегося развития, активно развивающийся в нашей стране с начала 1980-х годов, сразу зарекомендовал себя как наиболее надежный и продуктивный. Это закономерно, поскольку в его основе лежит мощная методологическая и научно-практическая база, разработанная в общей нейропсихологии, нейропсихологии детского возраста, теории нейропсихологической реабилитации. Широко известны и активно внедряются в практику коррекционно-абилитационные методы, разработанные Л.С. Цветковой и ее учениками, Т.В. Ахутиной и Н.М. Пылаевой, А.А. Цыганок, Н.К. Корсаковой и Ю.В. Микадзе и др. Эффективность нейропсихологических технологий признаются сегодня всеми специалистами, работающими над проблемой психолого-педагогического сопровождения процессов развития.

С точки зрения нейропсихологического подхода это во многом связано с высокочастотной актуализацией в современной детской популяции «дисгенетического синдрома»: внутриутробной и/или возникающей в младенчестве дисфункции, органической или функциональной, наиболее рано созревающих подкорковых структур мозга. Его негативные последствия для онтогенеза в целом нейропсихологически заключаются в нарушениях и/или искажениях становления подкорково-корковых и межполушарных взаимодействий, функциональной специализации правого и левого полушарий мозга.

Одним из методов, успешно используемых нейропсихологами, является метод замещающего онтогенеза (МЗО) - нейропсихологическая технология, содержащая инвариантный комплекс этапов (диагностика-профилактика-коррекция-абилитация-прогноз) психолого-педагогического сопровождения детей с различными типами развития: от вариантов нормативного и отклоняющегося до грубых форм патологического.

Основная его цель - развитие мозгового (и шире - нейропсихосоматического) обеспечения психического онтогенеза.

Первой коррекционной мишенью является формирование у ребенка фундамента вертикально-горизонтальных (подкорково-корковых, внутри- и межполушарных) взаимодействий. Для этого используется комплексная методика

психомоторной коррекции, включающая, помимо нейропсихологических, телесно-ориентированные, арт-терапевтические и др. психотехники.

Как диагностическая, так и коррекционная модели представляют собой трехуровневую систему, разработанную в соответствии с учением А.Р. Лурия о трех функциональных блоках мозга (ФБМ):

1-й ФБМ - блок регуляции тонуса и бодрствования;

2-й ФБМ - блок приема, переработки и хранения информации;

3-й ФБМ - блок программирования, регуляции и контроля.

Практическая направленность программы

Программа направлена на приобретение новых знаний, умений и навыков в определенных областях социальной активности. Участие в играх и упражнениях помогает детям через соответствующие эмоциональные переживания понять себя, найти наиболее приемлемые решения существующих у них проблем. Программа «Умные движения» разработана на основе базового алгоритма «метода замещающего онтогенеза» и преимущественно ориентирована на коррекцию и абилитацию 1-го функционального блока мозга.

Цель и задачи программы

Цель программы: оптимизация функционального статуса глубинных образований мозга и межполушарной организации процессов развития ребенка.

Задачи программы:

- развитие произвольного внимания и саморегуляции;
- формирование сенсомоторного контроля;
- оптимизация тонуса;
- преодоление ригидных телесных установок и синкенезий.

В данной программе отражены варианты дидактической поурочной разработки схемы нейропсихологической коррекции, абилитации и профилактики процессов развития. Программа реализуется по единому плану, который предполагает:

- предварительную нейропсихологическую диагностику и динамическое диагностическое обследование детей в середине работы и по ее завершении;
- обязательную отработку в домашних условиях применяемых упражнений, неукоснительное выполнение их родителями в течение всего цикла (по понятным причинам это требование является одним из главных условий эффективности психолого-педагогического сопровождения);
- постоянное консультирование родителей с подробным объяснением целей и задач формирующего обучения

Адресат

Дети возраста 5-9 лет.

Продолжительность программы

Программа состоит из 30 занятий. Занятия проходят один раз в неделю. Продолжительность одного занятия 30 минут. Форма работы подгрупповая.

Ожидаемые результаты реализации программы

К концу года у ребенка должны сформироваться следующие умения и навыки:

1. Положительная динамика нейродинамических показателей.
2. Снятие остроты симптомов дезадаптации.

Система оценки достижения планируемых результатов

Оценка результатов реализации программы осуществляется за счет планового диагностического обследования детей. (Приложение).

2. Календарно-тематический план

№ п\п	Тема занятий	Кол-во часов
1	Расширение объема уровня восприятия	8
2	Формирование и развитие навыков произвольной саморегуляции	8
3	Оптимизация и стабилизация мышечного тонуса, повышение уровня психической активности	10
4	Релаксация	4
5	Формирование пространственных представлений	10
	ИТОГО	30

3. Содержание программы

Структура программы, сроки и этапы реализации

Каждое занятие данной программы состоит из нескольких этапов:

1. развитие внимания;
2. дыхательные упражнения;
3. общий двигательный репертуар;
4. игры с мячом;
5. растяжки;
6. глагодвигательный репертуар;
7. базовые сенсомоторные взаимодействия;
8. базовые сенсомоторные взаимодействия с опорой на графическую деятельность;
9. мелкая моторика.

Развитие внимания: упражнения на внимание, переходящие от более простых видов к более сложным видам.

Дыхательные упражнения: упражнения направлены на восстановление нормального дыхания в покое, а также в комплексе с различными движениями, что способствует усиленному снабжению кислородом всех органов и тканей организма, оптимизации тонуса мышц, снижению возбудимости, улучшению общего состояния ребёнка.

Игры с мячом: упражнения, развивающие ориентировку в пространстве глазомер и координацию; регулирующие силу и точность броска, ловкость, быстроту реакции, моторику рук.

Растяжки и упражнения двигательного репертуара: работа с пространством на уровне тела начинается с проработки верхней, нижней, задней, передней, правой, левой частей тела. Многие упражнения выполняются в трёх пространственных направлениях. Освоив горизонтальное положение тела (упражнения лёжа), постепенно идет переход к освоению вертикального положения тела (выполнение упражнений сначала сидя, затем стоя). Упражнения представлены в определённом порядке и повторяют последовательно те движения, которые требуются ребёнку.

Глагодвигательные упражнения: элементарные движения слежения глазами за предметом в горизонтальной или вертикальной плоскости.

Глагодвигательные упражнения помогают расширить объём зрительного восприятия и косвенно влияют на другие психические функции (речь, внимание, память). При отработке глагодвигательных упражнений для привлечения внимания ребёнка рекомендуется использовать яркие предметы. По мере освоения таких упражнений в этот процесс постепенно добавляются движения языка. Упражнения, как правило, сначала выполняются отдельно глазами, потом языком, потом глазами и языком вместе, потом снова врозь. Желательно добавлять в упражнение дыхание, но если ребёнку трудно, можно добавлять дыхание позже, когда ребёнок сможет выполнить это упражнение.

Базовые сенсомоторные взаимодействия: формирование базовых сенсомоторных (одновременных и реципрокных) взаимодействий.

Мелкая моторика: игры с мелкими предметами (конструкторы, мозаика, пазлы, бусины, счетные палочки и т. п.); занятия лепкой, рисованием, различными

видами рукоделия; развитие элементарных навыков самообслуживания (застегивание и расстегивание пуговиц, завязывание шнурков и т. п.); упражнения на обведение контуров предметов, штриховку, раскрашивание, рисование по клеткам и трафаретам.

Выполнение последовательно выстроенных движений предполагает постоянную тренировку на удержание программы, что обеспечивает формирование функции произвольного самоконтроля (саморегуляции).

Методы, используемые при реализации программы

- дидактические игры
- подвижные игры и упражнения
- пальчиковая гимнастика
- физкультминутки
- упражнения на релаксацию
- беседы

Требования к условиям реализации программы

Специалист, реализующий данную программу должен знать нейропсихологию, общую психологию, педагогическую психологию и общую педагогику, психологию личности и дифференциальную психологию, детскую психологию, основы психотерапии и психодиагностики.

Методическое обеспечение программы

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:

Помещение со свободным пространством для проведения двигательных упражнений;

Игрушки и пособия: мяч, скакалки, кегли и др.

Компьютер, проектор, колонки.

3. Список литературы

1. Харитоновна Л.А. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе / Л.А.Харитоновна. – Ростов н\Д: Феникс, 2011.
2. Ж.М.Глозман Практическая нейропсихология. Опыт работы с детьми, испытывающими трудности в обучении / Под ред. Ж.М.Глозман – 4-е изд. – М.: Генезис, 2019.
3. Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста: Учебное пособие. – 6-е изд. – М.: Генезис, 2020.
4. Трясорукова Т.П. Развитие межполушарного взаимодействия у младших школьников : развивающие занятия / Т.П. Трясорукова. – Ростов н\Д : Феникс, 2020.
5. Л.А. Выткалова, П.В. Краюшкина. Развитие пространственных представлений у младших школьников: практические задания и упражнения / авт.-сост. Л.А.Выткалова, П.В. Краюшкина. – Волгоград : Учитель, 2009.
6. Крупенчук О.И. Пальчиковые игры для детей 4-7 лет / О.И. Крупенчук. – М.: Литера, 2017.
7. Нищева Н.В. Веселая дыхательная гимнастика / Н.В. Нищева. – М.: Детство-Пресс, 2019.

Психолого-педагогическая диагностика

1. Общая моторика:
 - Изолированные движения: тест - попрыгать на одной ноге (правой, левой).
 - Синхронные движения: тест - попрыгать на двух ногах.
 - Реципрокные движения: тест - попеременные прыжки, то на одной ноге, то на другой.
 - Наличие синкинезий определяется методом наблюдения.
2. Мелкая моторика:
 - Изолированные движения: тест – кулак-ребро-ладонь.
 - Синхронные движения: тест - пальцевый праксис поз (коза-корова).
 - Реципрокные движения: тест - кулак-ладонь.
 - Наличие синкинезий определяется методом наблюдения.
3. Артикуляционный праксис:
 - Объем движений: тест – качели (рот открыт, поднимать язык вверх- вниз).
 - Переключаемость поз: - улыбка-трубочка (губы вытягивать в улыбку, растягивать в трубочку).
 - Наличие синкинезий определяется методом наблюдения.
4. Глазодвигательный праксис:
 - Слежение глазами за предметом на расстоянии вытянутой руки по 4-ем основным направлениям (верх-низ, право-лево).
 - Конвергенция – сведение глаз.
 - Наличие синкинезий определяется методом наблюдения.

Баллы:

- «0» - норма,
- «1» - незначительные погрешности,
- «2» - значительные трудности,
- «3» - невозможность выполнения.