Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 22

**Программа**

 **«Формирование произвольной регуляции**

**у детей с ОВЗ»**

педагог-психолог высшей категории

Румянцева Ксения Борисовна

г. Рыбинск, 2019 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Целевой раздел программы ………………………………………………...3

1.1 Пояснительная записка ……………………………………………………3

1.2. Планируемые результаты освоения программы ………………… .......14

2. Содержательный раздел программы ……………………………….…….15

2.1. Учебно-тематический план ……………………………………………..15

3.1. Методическое и материально-техническое обеспечение программы..19

3.2. Литература………………………………………………………………..25

**1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Одним из основных показателей готовности ребенка к школе является развитие у него произвольности, что обеспечивает полноценное функционирование всех психических функций и поведения в целом.

Дети с недостаточно сформированной произвольностью хуже включаются в процесс обучения, и даже при нормальном уровне интеллектуального развития такие школьники могут попасть в группу неуспевающих. Поэтому развитию произвольности целесообразно уделить особое внимание.

Развитие произвольности – многокомпонентный процесс, требующий обязательного формирования целостной системы осознанной саморегуляции. Эта система включает в себя способность удерживать цель выполняемой деятельности, составлять программу исполнительных действий, формировать модель значимых условий деятельности, уметь пользоваться обратной связью и корректировать допущенные ошибки как в процессе самой деятельности, так и по ее окончании. Успешное выполнение любой деятельности возможно лишь при наличии такой целостной системы произвольной саморегуляции. Под саморегуляцией следует понимать способность ребенка к формированию произвольной самостоятельной деятельности.

У детей ЗПР проблема саморегуляции очень актуальна, так как дошкольники с ЗПР имеют определенные особенности познавательной сферы. Это недостаточная концентрация и устойчивость внимания, низкая работоспособность, недостаточно развита способность к произвольной регуляции поведения, трудности в процессе восприятия (слухового, зрительного, тактильного), память детей – ограничен объем памяти, снижена точность запоминания, страдает вербальная память, затруднена мыслительная деятельность: классификация предметов, обобщении предметов и признаков сравнения, замедлен процесс формирования мыслительных операций, низкий уровень развития познавательной потребности, незрелость эмоционально – волевой сферы обуславливает своеобразие их поведения.

Отклонения от нормы у таких детей проявляется на занятиях, в игровой, бытовой и прочей деятельности. Одни дети быстро отвлекаются, начинают вертеться, разговаривать; другие напротив сидят тихо, спокойно, но задания не воспринимают и могут отвечать невпопад.

В процессе общения между собой одни дети возбудимы, другие наоборот вялые, плохая дисциплина, неумение самостоятельно работать. Одной из причин школьной дезадаптации является недостаточное развитие произвольной сферы.

Указанные особенности в развитии детей требует специальной работы по их коррекции, учитывающей сильные и слабые стороны развития их психики. Без целенаправленной коррекционной поддержки могут привести к отсутствию интереса к обучению и проблемам школьной готовности.

 Эта работа должна строиться с учетом принципов:

* Принцип единства диагностики и коррекции
* Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач
* Принцип учета возрастных, психологических и индивидуальных особенностей
* Принцип комплексности методов психологического воздействия
* Принцип возрастания сложности (от простого к сложному)
* Принцип учета эмоциональной сложности материала (благоприятный, эмоциональный фон)

Методологической основой программы являются современные представления о закономерностях развития и иерархическом строении мозговой организации высших психических функций в онтогенезе (по А. Р. Лурия); учение Л.С. Цветковой о нейропсихологической реабилитации и формирующем обучении; исследования А.В. Семенович о возможностях «замещающего онтогенеза».

Парциальная несформированность ВПФ преимущественно регуляторного компонента характеризуется в первую очередь импульсивностью в поведении, двигательной и речевой расторможенностью. Помимо импульсивности в любом варианте деятельности, включая игру, порой поведение ребенка становится неуправляемым, нерегулируемым взрослым. Преобладают выраженные игровые интересы, хотя и в играх такие дети чаще всего конфликтны и недостаточно критичны.

 Отличительной чертой развития познавательной сферы является несформированность именно произвольности ВПФ: не столько элементарных (восприятие, память, внимание), сколько «высших» (программирование и контроль), то есть собственно регуляторных процессов. При достаточной внешней организации деятельности и ее жестком контроле дети способны к выполнению познавательных задач, соответствующих возрасту.

Развивающая и коррекционная работа должна быть направлена в первую очередь на формирование произвольной регуляции деятельности и функции программирования и контроля. Эта работа должна проводиться с выполнением вначале двигательных, а позднее когнитивных методов, основанных на нейропсихологическом подходе. «Программирующей» может оказаться и сама среда, в случае, если она специально структурирована и создает возможность для постоянного внешнего контроля.

Развитие произвольности – многокомпонентный процесс, требующий обязательного формирования целостной системы осознанной саморегуляции. Эта система включает в себя способность удерживать цель выполняемой деятельности, составлять программу исполнительных действий, формировать модель значимых условий деятельности, уметь пользоваться обратной связью и корректировать допущенные ошибки как в процессе самой деятельности, так и по ее окончании. Успешное выполнение любой деятельности возможно лишь при наличии такой целостной системы произвольной саморегуляции. Под саморегуляцией следует понимать способность ребенка к формированию произвольной самостоятельной деятельности. У детей ЗПР проблема саморегуляции очень актуальна.

Для достижения поставленной в программе цели используются кинезиологические упражнения – комплекс движений, позволяющий активизировать межполушарное взаимодействие, развивать комиссуры как межполушарные интеграторы, через которые полушария обмениваются информацией, происходит синхронизация работы полушарий, а также телесно-ориентированные, арттерапевтические, восточные (йога, тай-чи, ушу-таолу) психотехники; упражнения из «Методики замещающего онтогенеза» Б.А. Архипова и А.В. Семенович, «Гимнастика мозга» П. Деннисона и других. В программе используются упражнения, разработанные Б. А. Архиповым, Е. А. Воробьевой, И. Г. Выгодской, Т.Г. Горячевой, В.И. Зуевым, П. Деннисоном, Ю.В. Касаткиной, Н.В. Клюевой, Л.В. Константиновой, Е.К. Лютовой, Г.Б. Мониной, Е. В. Пеллингер, А. Ремеевой, А. Л. Сиротюк, А. С. Сиротюк, А. С. Султановой, Л. П. Успенской, К. Фоппелем и др.

Нейропсихологическая коррекция включает в себя:

Растяжки нормализуют гипертонус и гипотонус мышц. Оптимизация тонуса является одной из самых важных задач нейропсихологической коррекции. Любое отклонение от оптимального тонуса является как причиной, так и следствием возникших изменений в психической и двигательной активности ребенка, негативно сказывается на общем ходе его развития. Наличие гипотонуса обычно связано со снижением психической и двигательной активности ребенка, с высоким порогом и длительным латентным периодом возникновения всех рефлекторных и произвольных реакций. Гипотонус сочетается с замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий. Наличие гипертонуса, как правило, проявляется в двигательном беспокойстве, эмоциональной лабильности, нарушении сна. Для таких детей характерно отставание в формировании произвольного внимания, дифференцированных двигательных и психических реакций.

Регуляция силы мышечного тонуса должна проходить в соответствии с законами развития движений: от головы и шеи к нижним конечностям (цефало-каудальный закон), от шеи и плеч к кистям и отдельным пальцам и соответственно от колен к пальцам ног (проксимодистальный закон).

Дыхательные упражнения улучшают ритмирование организма, развивают самоконтроль и произвольность. Единственным ритмом, которым произвольно может управлять человек, является ритм дыхания и движения. Нейропсихологическая коррекция строится на автоматизации и ритмировании организма ребенка через базовые многоуровневые приемы. Нарушение ритма организма (электрическая активность мозга, дыхание, сердцебиение, перистальтика кишечника, пульсация сосудов и т. д.) непременно приводят к нарушению психического развития ребенка. Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением. Отработка дыхательных упражнений начинается со стадии выдоха, после чего, выждав естественную в цикле дыхания паузу и дождавшись момента, когда появится желание вдохнуть, сделать глубокий вдох ртом или носом так, чтобы было приятное, легкое, без напряжения ощущение вдоха. На этапе освоения глубокого дыхания ребенку предлагается положить руку на область движения диафрагмы, чувствуя, как на вдохе рука поднимается вверх, а на выдохе — опускается вниз. Дыхание (различные его этапы) сочетается с разнообразными вариантами упражнений глаз и языка. Эффективным приемом является подключение к дыхательным упражнениям визуальной и сенсорной системы («надувание» цветных шаров в животе, «вдыхание» солнечного света и золотистой энергии и т. д.).

Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие. Однонаправленные и разнонаправленные движения глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетизацию организма. Разнонаправленные движения глаз активизируют процесс обучения. Многие черепные нервы, идущие от продолговатого мозга, включая тройничные, лицевой, отводящие, глазодвигательный и блоковый, соединяются с глазом. Они активизируют движения глазного яблока во всех направлениях, сокращают или расслабляют мышцы зрачка, чтобы регулировать колебания сетчатки, и изменяют форму хрусталика для того, чтобы видеть вблизи и вдали. В трехмерной среде глаза находятся в постоянном движении, собирают сенсорную информацию и строят сложные схемы образов, необходимые для обучения. Мозг объединяет их с другой сенсорной информацией для построения визуальной системы восприятия. Трехмерное визуальное восприятие является необходимым условием успешного обучения.

Большая часть двигательной (моторной) коры больших полушарий участвует в мышечных движениях гортани, языка, рта, челюсти и глаз, которые формируют речь.

Коррекционные движения тела и пальцев, или телесные упражнения обеспечивают развитие межполушарного взаимодействия, снятие синкинезий и мышечных зажимов. Кроме того, развитие «чувствования» своего тела способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации от самого тела (дополнительная афферентация тела). Центром тонкой моторной координации является лобная доля мозга, отвечающая также за внутреннюю речь и самоконтроль.

Человек может мыслить, сидя неподвижно. Однако для закрепления мысли необходимо движение. И.П. Павлов считал, что любая мысль заканчивается движением. Именно поэтому многим людям легче мыслить при повторяющихся физических действиях, например ходьбе, покачивании ногой, постукивании карандашом по столу, жевании хрустящих продуктов и др. В результате движения во время мыслительной деятельности простраиваются нейронные сети, позволяющие закрепить новые знания. При этом происходит выделение нейротранстмиттера ацетилхолина через синапсы активизированных нейронов, что способствует росту дендритов и развитию нервной сети. На двигательной активности построены все нейропсихологические коррекционно-развивающие и формирующие программы. Вот почему следует помнить, что неподвижный ребенок не обучается!

В процессе развития детей миелинизация нервных сетей происходит при условии их высокой двигательной активности. Дети, которые пропустили жизненно важную стадию развития — ползание, испытывают трудности в обучении. Во время ползания используются перекрестные движения рук, ног и глаз, активизирующие развитие мозолистого тела.

При регулярном выполнении реципрокных движений образуется и миелинизируется большое количество нервных путей, связывающих полушария головного мозга, что обеспечивает развитию психических функций. Медленное выполнение перекрестных движений способствует активизации вестибулярного аппарата и лобных долей мозга.

Выразительные движения являются неотъемлемым компонентом эмоциональной, чувственной сферы человека, так как нет такой эмоции, переживания, которые бы не выражались в телесном движении. В результате дети лучше чувствуют и осознают свое тело, свои чувства и переживания, могут более адекватно их выразить.

Понимание себя дает и понимание телесной экспрессии других, т.е. развитие выразительных движений ребенка как средства самовыражения и общения влияет также и на его общие коммуникативные навыки, создавая дополнительные условия для развития.

К упражнениям для развития произвольности относят движения, которые осуществляются по словесной команде и должны быть определенным образом осмыслены, «перекодированы» ребенком, на основании чего он дает команду произвести то или иное действие. В процессе занятий степень произвольности может быть различной. Так, инструкция для решения задачи типа «делай, как хочешь» не требует программы. Выполнение действий здесь носит механический характер, и степень произвольности снижается. Оптимальным для развития произвольности являются подробные инструкции, подразумевающие постепенное формирование у ребенка способности к построению собственной программы.

Релаксация может проводиться как в начале занятия с целью настройки, так и в конце — с целью интеграции приобретенного в ходе занятия опыта. Интеграция в теле (релаксация, самонаблюдение, воспоминание событий и ощущений) является частью единого процесса. За ней следуют интеграция в движении (невербальный компонент) и в обсуждении (вербальный компонент). Эти три составляющие создают необходимые условия для рефлексии ребенком ощущений и навыков, приобретенных в ходе занятия.

Коррекционная работа включает в себя различные виды массажей (дополнительная афферентация тела). Особенно эффективным является массаж пальцев рук и ушных раковин. Насчитывают 148 точек, расположенных на ухе, которые соответствуют различным частям тела. Точки на верхушке уха соответствуют ногам, а на мочке — голове.

Необходимым условием любого коррекционного процесса является система наказаний и поощрений, которая разрабатывается в начале занятий. Для стимуляции деятельности ребенка на занятии за каждое успешно выполненное упражнение дается «капелька ума», которая кладется в «сосуд знаний». Как только «сосуд знаний» наполняется, ребенок получает поощрение. В качестве поощрений могут служить различные призы, выбор любимой музыки для сопровождения занятий, просмотр любимого мультфильма и т. д. В случае отказа от выполнения упражнения «капелька ума» изымается из «сосуда знаний», что приводит к отсрочке получения поощрения. Обязательно по окончании занятия отмечаются успехи ребенка, заносимые в «Дневник достижений».

 Очень важны четкая повторяющаяся структура занятий, неизменное расположение предметов, что является дополнительным организующим моментом при формировании произвольности. Еще одним условием развития произвольности является соблюдение ребенком правил, ритуалов и временного регламента.

**Цель программы**: формирование произвольной саморегуляции познавательной деятельности старших дошкольников с ЗПР.

**Задачи:**

1. развивать функции внимания, мышления, речи, памяти, зрительно - пространственное и слуховое восприятие;
2. развивать сенсомоторную координацию, графические навыки и мелкую моторику пальцев рук;

3. развивать произвольную регуляцию собственной деятельности, самоконтроль, произвольное поведение, эмоционально-волевые качества личности;

4. формировать познавательную активность, кругозор и учебную мотивацию у детей;

5. способствовать регулированию психоэмоционального состояния дошкольников, обогащать положительными эмоциями;

6. развивать навыки социального общения, групповой сплоченности;

Содержание программы

 Конкретное содержание программы психолого-педагогического сопровождения ребенка с ограниченными возможностями здоровья состоит из примерного учебного материала по развитию знаний, умений и навыков по следующим сферам:

1. Когнитивная (познавательная) сфера: развитие мыслительной деятельности (образного мышления); развитие зрительного восприятия; развитие внимания; развитие памяти, внимания; развитие воображения.
2. Двигательная: формирование, коррекция и развитие общей моторики и координации; формирование, коррекция и развитие мелкой моторики и зрительно-ручной координации (в том числе и графомоторных навыков).

3. Речевая сфера: фонематическое развитие; коррекция нарушений звукопроизношения; развитие словаря (активного, пассивного); развитие грамматического строя речи; развитие связной речи.

4. Эмоционально-волевая сфера: формирование навыков регуляции поведения; понимание и принятие социальных норм и правил; развитие умения сочувствовать, сопереживать; преодоление эмоционально-волевых фобий (страхи, агрессия).

5. Коммуникативная сфера: формирование и повышение уровня общительности; формирование адекватной самооценки, самосознания; обучение адекватно вести себя и реагировать на изменение ситуации.

Организация программы.

Данная программа предназначена для детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития.

Программа расчитана на 1 год. Цикл занятий состоит из 20 занятий, 1 раз в неделю.

Объем программы рассчитан на 4-5 месяцев. Продолжительность каждого занятия – 25-30 минут. Оптимальная наполняемость группы – 2-3 человека.

Занятия проводятся в кабинете психолога, оснащенном ковровым покрытием, мягкими подушками, магнитофоном, ноутбуком, аудиозаписями и видеозписями. Занятия проводятся в утреннее время.

Форма организации.

- индивидуальные

- в парах

- групповые

Структура.

- ритуал приветствия;

- подвижные игры, направленные на снятие эмоционального и физического напряжения;

- когнитивные игры и упраженения, направленные на развитие памяти, внимания, мышления, восприятия, воображения, речи;

- дыхательное упражнение;

- упражнения для развития мелкой моторики рук;

- самомассаж;

- игры и упражнения, направленные на развитие произвольной саморегуляции;

- глазодвигательные упражнения;

- игры и упражнения, направленные на развитие коммуникативной сферы, умения работать в команде;

- релаксация;

- ритуал прощания.

1.2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

1. улучшатся показатели мышления, речи, памяти, внимания, воображения, зрительно - пространственного и слухового восприятия;
2. скорректирована общая и мелкая моторика, зрительно-ручная координация;
3. сформированы навыки произвольной регуляции собственной деятельности, самоконтроля и поведения;
4. активизация и стабилизация межполушарного взаимодействия;
5. оптимизация тонуса мышц, снятие мышечных зажимов;
6. сформирована познавательная активность, кругозор и учебная мотивация у детей;
7. улучшится общее эмоциональное состояние ребенка;
8. повысится уровень общительности, самооценки, самосознания.

**2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

2.1. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Цели,задачи**  | **Кол-во****часов** |
|  |  | **Теорет-х** | **Практ-х** |
| 1 | - формирование произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие межполушарного взаимодействия- улучшение зрительного восприятия - оптимизация тонуса мышц, ритмирование организма- развитие навыков взаимодействия в коллективе | 1 | 1 |
| **2** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие межполушарного взаимодействия- элиминация импульсивности- снятие синкинезий и мышечных зажимов- расслабление разщличных групп мышц- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **3** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие всех свойств внимания- развитие зрительной памяти, воображения- коррекция импульсивности- расслабление различных групп мышц- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **4** | -формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие самоконтроля- развитие моторно-двигательного внимания: устойчивость, концентрация, объем, преключение- развитие навыка работы по образцу - развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **5** | **-** формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие самоконтроля- коррекция внимания- развитие быстроты восприятия, точности и навыков ориентировки в пространстве- развитие моторики - развитие умения действовать по правилам- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | **1** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **6** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля - развитие восприятия: быстроты восприятия, устойчивости воспринятых образов, внимания при восприятии характерных признаков объекта, точности и навыков ориентировки в пространстве- развитие графических навыков и мелкой моторики пальцев рук- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | **1** |
| **7** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- формирование представлений о цвете- развитие целостного восприятия предмета- развитие мелкой моторики, графических навыков- координация руки и глаз- развитие навыка работы по образцу- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | **1** |
| **8** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие ворсприятия- развитие ориентировки в пространстве- развитие навыка работы по образцу- развитие мелкой моторики рук- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | **1** |
| **9** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие мышления, зрительного восприятия, внимания- формирование навыков творческого воображения- обучение произвольному расслаблению мышц рук, ног, туловища- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | **1** |
| **10** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и произвольного поведения- развитие ориентировки в пространстве - развитие речи - развитие воображения- развитие тактильных ощущений- развитие и совершенствование коммуникативных навыков- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | **1** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **11** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие самоконтроля и произвольности действий- развитие зрительного внимания- развитие мышления- развитие навыка работы по образцу- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **12** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие самоконтроля, умение действовать по правилам- развивитие внимания-развитие наблюдательности- развитие тонкой моторики - развитие координации движений - регуляция моторной деятельности |  | 1 |
| **13****(11** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие самоконтроля и произвольности действий- развитие зрительного внимания- развитие мышления- развитие навыка работы по образцу- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **14** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие внимания: увеличение объема и устойчивости, улучшение распределения и быстроты переключения- развитие сенсорных и графических навыков- развитие мелкой моторики пальцев рук- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **15**  | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие навыков самоконтроля и саморегуляцииразвитие внимания: устойчивости и переключения - развитие способности действовать по правилу, развитие воображения и тонкой моторики- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **16** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и навыка самоконтроля- внимания и памяти- развитие тактильного восприятия- развитие мелкой моторики- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **17** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие межполушарного взаимодействия- элиминация импульсивности- снятие синкинезий и мышечных зажимов- расслабление разщличных групп мышц- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **18** | - формирование произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и самоконтроля- развитие межполушарного взаимодействия- улучшение зрительного восприятия - оптимизация тонуса мышц, ритмирование организма- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **19** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие самоконтроля- коррекция внимания- развитие быстроты восприятия, точности и навыков ориентировки в пространстве- развитие моторики - развитие умения действовать по правилам- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |
| **20** | - формирование навыков произвольной регуляции собственной деятельности- развитие внимания и произвольного поведения- развитие ориентировки в пространстве - развитие речи - развитие воображения- развитие тактильных ощущений- развитие и совершенствование коммуникативных навыков- развитие навыков взаимодействия в коллективе |  | 1 |

**3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ ПРОГРАММЫ**

3.1. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ заня****тия** | **Используемые формы** | **Методы и приемы** | **Дидактическое и техническое оснащение** | **Методическое обеспечение**  |
| 1 | * Ритуал приветствия
* Растяжки
* Дыхательное упражнение
* Имитационное упражнение
* Упражнения для развития мелкой моторики
* Телесное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | * мягкая игрушка Заяц
* мягкая игрушка Улыбашка
* игрушечный барабан с открывающимся верхом
* воздушный шарик
* магнитофон
* аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации
* мягкие подушки
 | Семенович А.В. «Комплексная методика психомоторной коррекции.» М., 1998.Чистякова М. И. «Психогимнастика». — М., 1995. Шанина Г.Е. «Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков»: Учебное пособие. М., 1997 |
| 2 | — Ритуал прветствия* Релаксация
* Растяжки
* Имитационное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Дыхательное упражнение
* Самомассаж
* Телесное упражнение
* Упражнения для развития мелкой моторики
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— магнитофон— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |
| 3 | — Ритуал прветствия— Когнитивное упражнение* Дыхательное упражнение

— Упражнения для развития мелкой моторики— Имитационное упражнение* Когнитивное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— магнитофон— аудиодиск с веселой музыкой и спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки* альбомы
* цветные карандаши
 |  |
| **№ занятия** | **Используемые формы** | **Методы и приемы** | **Дидактическое и техническое оснащение** | **Методическое обеспечение**  |
| 4 | * Ритуал прветствия
* Глазодвигателное упражнение

— Когнитивное упражнение— Упражнения для развития мелкой моторики—Телесное упражнение — Когнитивное упражнение— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | * мягкая игрушка Улыбашка

— магнитофон* аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации
* мягкие подушки
 |  |
| 5 | — Ритуал прветствия— Когнитивное упражнение* Телесное упраженеие

— Когнитивное упражнение* Имитационное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка* мяч

— магнитофон— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| 6 | * Ритуал прветствия
* Когнитивное упражнение
* Упраженения для мелкой моторики
* Когнитивное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Глазодвигательное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка* мяч

— магнитофон— бланки, картинки с заданиями* карточки с изображением геометрических предметов
* цветные карандаши

— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| 7 | — Ритуал прветствия— Когнитивное упражнение* Упраженения для развития мелкой моторики
* Телесное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Глазодвигательное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка* мяч

— магнитофон— бланки, картинки с заданиями* цветные карандаши

— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| **№ заня****тия** | **Используемые формы** | **Методы и приемы** | **Дидактическое и техническое оснащение** | **Методическое обеспечение**  |
| 8 | * Ритуал прветствия

— Когнитивное упражнение— Упраженения для мелкой моторики* Телесное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Глазодвигательное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | * мягкая игрушка Улыбашка

— магнитофон* картинкив 2-х экземлчярах на разные темы
* конверты с набором геометрических фигур
* картинки с изображениями животных
* игра «Что лишнее»
* аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации
* мягкие подушки
 |  |
| 9 | — Ритуал прветствия— Когнитивное упражнение— Когнитивное упражнение— Телесное упражнение— Дыхательное упражнение— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— магнитофон— бланки с заданиями «Лабиринты»— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| 10 | * Ритуал приветствия
* Телесное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Телесное упраженение
* Когнитивное упражнение
* Дыхательное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка* мяч
* шарф
* мелкие игрушки
* мешочек
* магнитофон
* лампа-свеча

— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| **№ занятия** | **Используемые формы** | **Методы и приемы** | **Дидактическое и техническое оснащение** | **Методическое обеспечение**  |
| 11 | — Ритуал приветствия* Когнитивное упражнение
* Дыхательное упражнение

— Когнитивное упражнение* Упражнения для развития мелкой моторики
* Глазодвигательное упражнение

— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | * мягкая игрушка Улыбашка
* мяч
* карточка с изображением 4-5 предметов
* мозаика

— магнитофон* аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации
* мягкие подушки
 |  |
| 12 | * Ритуал приветствия
* Когнитивное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Телесное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Глазодвигательное упражнение
* Упражнения для развития мелкой моторики
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка* мяч
* цветные круги красного, желтого и зеленого цветов
* листы А3

— магнитофон— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| 13 | — Ритуал приветствия— Когнитивное упражнение— Телесное упражнение— Когнитивное упражнение* Глазодвигательное упражнение

— Когнитивное упражнение— Упражнения для развития мелкой моторики— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— мяч— карточка с изображением 4-5 предметов— мозаика— магнитофон— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| **№ занятия** | **Используемые формы** | **Методы и приемы** | **Дидактическое и техническое оснащение** | **Методическое обеспечение**  |
| 14 | * Ритуал приветствия
* Когнитивное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Упражнения для развития мелкой моторики
* Когнитивное упражнение
* Телесное упражнение
* Глазодвигательное упражнение
* Когнитивное упражнение
* Релаксация
* Ритуал прощания
 | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— мяч— таблицы с изображениемгеометрических фигур— бланки с заданиями— магнитофон— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации |  |
| 15 | — Ритуал приветствия— Когнитивное упражнение— Упражнения для развития мелкой моторики— Когнитивное упражнение— Телесное упражнение* Имитационное упражнение

— Когнитивное упражнение— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | * мягкая игрушка Улыбашка

— магнитофон* альбомные листы
* цветные карандаши
* аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации
* мягкие подушки
 |  |
| 16 | * Ритуал приветствия

— Когнитивное упражнение—Глазодвигательное упражнение* Упражнения для развития мелкой моторики
* Когнитивное упражнение

— Телесное упражнение* Когнитивное
* Имитацинное упражнение
* Релаксация

— Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | * мягкая игрушка Улыбашка
* мяч

— магнитофон* карточки с изображением двух картинок, имеющих несколько различий
* мозаика
* лампа-свеча
* аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации
* мягкие подушки
 |  |
| **№ заня****тия** | **Используемые формы** | **Методы и приемы** | **Дидактическое и техническое оснащение** | **Методическое обеспечение**  |
| 17 | * Ритуал прветствия

— Растяжки— Имитационное упражнение — Когнитивное упражнение — Дыхательное упражнение— Самомассаж — Телесное упражнение — Упражнения для развития мелкой моторики— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— магнитофон— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| 18 | — Ритуал приветствия— Растяжки— Дыхательное упражнение— Имитационное упражнение — Упражнения для развития мелкой моторики— Телесные упражнения— Когнитивное упражнение— Релаксация— Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— магнитофон— картинки на разные темы (2 экз)— конверты с набором геометри ческих фигур— картинки с изображениями животных — игра «Что лишнее»— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| 19 | — Ритуал прветствия— Когнитивное упражнение— Упраженения для мелкой моторики— Когнитивное упражнение* Самомассаж

— Когнитивное упражнение* Глазодвигательное упражнение

— Когнитивное упражнение— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | — мягкая игрушка Улыбашка— мяч— магнитофон— аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации— мягкие подушки |  |
| 20 | — Ритуал приветствия— Телесное упражнение — Когнитивное упражнение— Телесное упраженение— Дыхательное упражнение— Когнитивное упражнение* Глазодвигательное упражнение

— Релаксация — Ритуал прощания | Словесные, наглядные, практические | * мягкая игрушка Улыбашка
* мяч
* шарф
* мелкие игрушки
* мешочек
* магнитофон
* лампа-свеча
* аудиодиск со спокойной музыкой для релаксации
* мягкие подушки
 |  |

**Литература**

1. Актуальные проблемы нейропсихологии детского возраста/ под ред. Л.С. Цветковой. М., 2001.
2. Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. Школа внимания. Методика развития и коррекции внимания у детей 5-7 лет. М., 1997.
3. Брязгунов И.П., Касатикова Е.В. Непоседливый ребенок. М., 2001.
4. Венгер Л.А. и др. “Игры и упражнения по развитию умственных способностей у детей дошкольного возраста”, М., 1989 г.
5. Давайте поиграем: “Математические игры для детей 5-6 лет / Под ред. Столяра А.А., М., 1991 г.
6. Деннисон П., Деннисон Г. Гимнастика ума. Простые упражнения для развития умственных возможностей. — М., 1993
7. Заваденко Н.Н. Как понять ребенка: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. М., 2000.
8. Зуев В.И Волшебная сила растяжки. М., 1993.
9. Игнатьев Е.И. “В царстве смекалки”, М., 1979 г.
10. Илларионова Ю.Т. “Учите детей отгадывать загадки”, М., 1985 г.
11. Кольцова М.М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. М., 1973.
12. Лопухина И. Логопедия. Речь. Ритм. Движение.- СПб., Дельта, 1997
13. Лурия А.Р. Высшие корковые функции человека. М., 1969.
14. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. М., 1973.
15. Михайлова З.А. “Игровые занимательные задачи для дошкольников”, М., 1985 г.
16. Меликян, З.А. Состояние зрительно-пространственных функций у детей в норме и с задержкой психического развития / З.А. Меликян, Т.В. Ахутина // Школа здоровья. – 2002. – № 1. – С. 28-36.
17. Никитин Б.С. “Развивающие игры”, М., 1985 г.
18. Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития / Л.Б. Баряева, И.Г. Вечканова, О.П. Гаврилушкина и др.; под. ред. Л.Б. Баряевой, Е.А. Логиновой. – СПб. : ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2010.
19. Рузина М.С., Афонькин С.Ю. Страна пальчиковых игр.-СПб., Кристалл, 1997.
20. Семенович А.В. Комплексная методика психомоторной коррекции. М., 1998.
21. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. М., 2002
22. Слепович, Е.С. Игровая деятельность дошкольников с задержкой психического развития / Е.С. Слепович. – М. : Педагогика, 1990.
23. Смоленцева А.А. “Сюжетно-дидактические игры с математическим содержанием”, М., 1987 г.
24. Слепович, Е.С. Игровая деятельность дошкольников с задержкой психического развития / Е.С. Слепович. – М. : Педагогика, 1990.
25. Тригер, Р.Д. Психологические особенности социализации детей с задержкой психического развития / Р.Д. Тригер. – СПб. : Питер, 2008.
26. Ульенкова У.В. Дети с задержкой психического развития / У.В. Ульенкова. – Н.Новгород, 1999.
27. ФГОС ДО
28. Ханнафорд К. Мудрое движение/ Пер. С.А.Масгутовой. М., 2000.
29. Чистякова М. И. Психогимнастика. — М., 1995.
30. Шанина Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: Учебное пособие. М., 1997.
31. Шевченко, С.Г. Подготовка к школе детей с задержкой психического развития / С.Г. Шевченко и др.; под общ. ред. С.Г. Шевченко. – М. : Школьная Пресса, 2003. – Кн. 1