

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Комитет по образованию администрации городского округа
«Город Калининград» муниципальное автономное дошкольное образовательное
учреждение города Калининграда центр развития ребенка – детский сад № 70

Принята на заседании
педагогического совета
Приказ №53-о от 31.08.2023 г.

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ ЦРР-д/с № 70
Л.А. Быкова
«31» августа 2023 год



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«МИР ВОЛШЕБНЫХ УПРАЖНЕНИЙ»**

Возраст обучающихся: 5-7 лет
Срок реализации: – 9 месяцев

Авторы-составители:
Калейкина Ирина Дмитриевна
педагог-психолог,
Мкртичьян Каринэ Рафаиловна
учитель-логопед

г. Калининград, 2023

Пояснительная записка

Описание предмета, дисциплины, которому посвящена программа

Дошкольный возраст, по определению А.Н. Леонтьева - «период первоначального фактического склада личности». Именно в это время происходит становление основных личностных механизмов и образований, определяющих последующее личностное развитие. Развитие эмоционально-волевой сферы является не только предпосылкой успешного усвоения знаний, но и определяет успех обучения в целом, способствует саморазвитию личности. В процессе развития ребёнка меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность ребёнка сознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Неумение владеть выразительными средствами тела снижает умение ребёнка взаимодействовать с окружающим миром. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, очень актуальна и важна.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир волшебных упражнений» (далее – Программа) разработана на основе изучения методической литературы, прохождения обучения педагогов метода «Образовательная кинезиология», личного профессионального опыта и направлена на коррекцию эмоционально-волевой сферы воспитанников.

Основателями образовательной кинезиологии являются Пол И. Деннисон и Гейл Деннисон. Его открытия основаны на понимании взаимосвязи физического становления, речевого развития и учебных достижений личности. Им была создана программа "Гимнастика мозга", позволяющая использовать естественные физические движения тела для активизации природных механизмов мозга.

Условия применения методики:

- точное и систематическое выполнение упражнений;
- применение на подгрупповых занятиях в эмоционально комфортной обстановке под музыку

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Главная цель в воспитании и образовании дошкольников – сохранение и укрепление здоровья. Одним из новых подходов, относящимся к здоровьесберегающим технологиям, является кинезиология.

Образовательная кинезиология представляет собой учение о возможностях развития ребенка через естественные физические движения. Это направление предлагает специально организованные движения, оптимизирующие деятельность мозга и тела для гармоничного развития и творческой самореализации личности. Эта система помогает раскрывать те возможности, которые заложены в нашем теле.

Кинезиологические упражнения совершенствуют механизмы адаптации детского организма к внешней среде, снижают заболеваемость и делают жизнь ребенка более безопасной благодаря таким качествам, как ловкость, сила, гибкость; готовят ребенка к школе, постепенно приучают его выдерживать нагрузки, проявлять волю; способны помочь ребенку справиться со стрессовыми ситуациями. Игровая форма взаимодействия ребят с педагогом позволит снимать эмоционально-психическое напряжение и, одновременно,

будет повышать двигательную активность, что так важно для детей 4-6 лет. Воздействие игры позитивно влияет на развитие мелкой и крупной моторики, оздоровление и оптимизацию общего тонуса организма. Выполняя различные упражнения, дети учатся управлять своими действиями и эмоциями, осваивают пространственные характеристики.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Образовательная кинезиология - кинесиология (Кинесиология — наука, изучающая движение во всех его проявлениях: кинесис — движение, логос — учение) представляет собой учение о возможностях развития ребенка через естественные физические движения. Это направление предлагает специально организованные движения, оптимизирующие деятельность мозга и тела для гармоничного развития и творческой самореализации личности.

Психологическая комфортность - такое состояние, возникающее в процессе жизнедеятельности ребенка, которое указывает на состояние радости, удовольствия, испытываемые школьниками, находясь в учебном учреждении.

Ритмирование – это упражнения позволяющие настроиться на любой вид деятельности (настроить нашу систему «мозг-эмоции-тело»).

Стрессоустойчивость - способность переживать стресс. Если говорить чуть сложнее, то это адаптивная способность организма, помогающая нам пережить сложности, сохранив при этом физическое и психологическое здоровье.

Эмоции - психическое отражение в форме пристрастного переживания жизненного смысла явлений и ситуаций, в основе которого лежит отношение их объективных свойств к потребностям субъекта.

Эмоционально-волевая сфера - свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир волшебных упражнений» имеет социально-гуманитарную направленность.

Содержание дополнительной общеразвивающей программы направлено на коррекцию эмоционально-волевой сферы, повышение стрессоустойчивости, уверенности в себе детей дошкольного возраста.

Уровень освоения программы - стартовый

Актуальность образовательной программы

В последнее время все чаще и чаще психологу детского сада и школы приходится отвечать на вопросы родителей и педагогов: что делать, если ребенок дерется, боится публичных выступлений, испытывает трудности в учебе, не может усидеть на месте и 10 минут?

Количество таких вопросов неуклонно растет. Возможно потому, что в наше время родители не всегда имеют возможность и время заняться ребенком, и проблемы нарастают одна за другой, как снежный ком. А может и наоборот, родители стали больше интересоваться литературой, повествующей о

том, как воспитывать детей, и многие папы и мамы, став более «грамотными», потянулись к специалистам, чтобы квалифицированно решить проблему.

Так или иначе, спрос на услуги специалистов (педагога-психолога, учителя-дефектолога, учителя-логопеда) заметно возрос. Появилась потребность в организации группы для детей дошкольного возраста, целью которой является коррекция эмоционально-волевой сферы, взаимодействие со сверстниками и взрослыми, осуществление комплексного подхода к воспитанию, обучению и коррекции поведения детей.

Сотрудничество с учителями начальных классов указывает на наличие у современных школьников, таких проблем, как:

- незрелость сложных форм поведения;
- низкая с быстрой истощаемостью целенаправленная деятельность и работоспособность на занятии;
- быстрая утомляемость при выполнении однообразных практических заданий, требующих удержания внимания довольно продолжительное время (рисование, письмо и т.д.);
- слабая способность к умственному напряжению;
- неадекватная самооценка;
- снижение объёма памяти;
- быстрое рассеивание внимания.

В связи с этим актуальным является обучение и коррекция эмоционально-волевых процессов в дошкольном возрасте.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Необходимым условием организации занятий с дошкольниками является психологическая комфортность детей, обеспечивающая их эмоциональное благополучие. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для нормального психоэмоционального состояния.

Практическая значимость образовательной программы

Данный метод помогает детям обрести уверенность в собственных силах, упрочить связи тела, мозга, эмоций, наиболее эффективно достигать поставленные цели, успешно ориентироваться в социуме, овладевать учебными навыками.

Принципы отбора содержания образовательной программы:

- принцип вариативности;
- принцип природосообразности;
- принцип доступности и индивидуализации;
- принцип развивающего и воспитывающего обучения

Отличительные особенности программы

Чаще всего мы не обращаем внимания на то, насколько связаны наше восприятие собственного тела и успешность в учебной деятельности. Отдавая дань интеллектуальному развитию ребёнка, начинаем с пелёнок учить его грамоте, забывая, что основная деятельность детей до школы - игра. А любая игра включает в себя много микро- и макродвижений, помогающих сенсорной интеграции, которая и является залогом успешного обучения. Интеграция

ощущения своего тела, восприятие мира через все органы чувств и хорошая работа вестибулярного аппарата создают платформу для базового ощущения уверенности. И тогда любая новая информация воспринимается спокойнее и усваивается лучше.

Человеческая гармония основана на трёх началах: мышление (интеллект), эмоции (чувства), тело. В идеале между ними должны быть прочные связи и каждый элемент системы должен иметь равноценное значение в решении любой жизненной ситуации. Чтобы эти связи были прочные необходимо укреплять их ещё в дошкольном возрасте. Отличным инструментом для этого служит новый метод «Образовательная кинесиология». Одними из разделов образовательной кинесиологии являются: «Гимнастика мозга», «Базовые рефлексy». Именно эти разделы легли в основу данной программы.

Цель образовательной программы: коррекция эмоционально-волевой сферы, повышение стрессоустойчивости, уверенности в себе детей дошкольного возраста.

Задачи образовательной программы:

- **образовательные** (обучающие) – обучение упражнениям образовательной кинесиологии, овладение навыками саморегуляции поведения.
- **развивающие** (личностные) – формирование потребностей в самопознании, саморазвитии; формирование необходимых для занятий способностей: выносливость, концентрацию, внимание, умение ориентироваться в пространстве; развитие мотивации к учебной деятельности.
- **воспитательные** (общекультурные) - формирование у обучающихся социальной активности, культуры общения и поведения в социуме.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир волшебных упражнений» предназначена для детей в возрасте 5 – 7 лет, посещающих МАДОУ ЦРР – д/с №70.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в группы осуществляется из детей МАДОУ ЦРР - д/с № 70 по заявлению родителей. Программа предусматривает групповые занятия с индивидуальным подходом. Состав групп 15 - 25 человек.

Практикуется показ презентаций, питье воды, музыкальное сопровождение при выполнении упражнений, стимулирующее повышенную работоспособность и возможность активизации индивидуального участия.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах - 30 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

Основные методы обучения

Данную программу отличает необычная форма занятий. Форма занятий напоминает игру, в процессе которой дети овладевают техникой выполнения упражнений, свободно передвигаются в пространстве зала, взаимодействуют друг с другом. Именно форма игры помогает детям эффективно включиться в процесс и выполнять упражнения, в основе которых лежат естественные базовые движения детей в раннем возрасте, дополненные разработками нейропсихологов. Упражнения эти довольно просты, не требуют много времени и силы для выполнения. Их легко выполнять, они доступны и взрослым и детям. Вместе с тем эффективность упражнений очень высока. Это подтверждает опыт наших коллег, и наши собственные исследования.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- 1.Словесные методы обучения - рассказывание сказочного сюжета, инструкция педагога при выполнении упражнений;
- 2.Наглядные методы обучения - показ презентаций, исполнение педагогом упражнений, наблюдение, работа по образцу.
- 3.Практические методы обучения – тренинг.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- Объяснительно-иллюстративные методы обучения.
- Репродуктивные методы обучения.
- Исследовательские методы обучения

Планируемые результаты

В результате освоения программы обучения у детей будет:

- 1.Повышаться защитное свойство организма и устойчивость к стрессовым ситуациям.
- 2.Формироваться развитие учебных навыков, творческого мышления и познавательной активности.
3. Повышаться самооценка и самовыражение, снимутся психологические зажимы.
- 4.Вырабатываться способность к саморегуляции поведения.

Механизм оценивания образовательных результатов

Обучающиеся по данной программе не оцениваются

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

Для отслеживания динамики освоения Программы и анализа результатов образовательной деятельности применяется педагогический мониторинг, с помощью которого отслеживается динамика развития психических процессов, пространственных представлений, развитие мелкой и крупной моторики, способность к произвольному самоконтролю, снижение утомляемости, повышение работоспособности, эффективное общение со сверстниками и взрослыми.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы:

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана и регламентируется расписанием занятий. Научно-методическое обеспечение

реализации программы направлено на обеспечение постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеобразовательной общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Материально-техническое обеспечение:

- музыкальный зал
- музыкальный центр
- мультимедийный проектор
- диски с песенками Железновой К.
- пальчиковый театр
- куклы бибабо
- спортивный инвентарь
- туннели

Кадровые:

Для реализации программы предоставлены педагогические работники с высшим педагогическим образованием.

Специалисты нашего учреждения прошли обучение по программе «Снятие учебного и рабочего стресса (телесно-ориентированные методы). Образовательная кинесиология».

Методическое обеспечение:

1. Музыкальный центр.
2. Диски с песнями Железновой.
3. Нейропсихологическая игра «Попробуй повтори!».
4. Мячи, обручи, тоннель.
5. Чудесный мешочек с матрёшками и грибочками, шишками, деревянными шариками.
6. Наглядный материал с изображением животных.
7. Простые и цветные карандаши, восковые мелки. Материал для творчества.
8. Мультимедийные презентации.
9. Мягкие игрушки.
10. Перчатка бибабо, сова бибабо, пальчиковый театр.
11. Кулер с водой.

Уровневая дифференциация образовательной программы (для разноуровневых программ)

Программа не является разноуровневой. Уровневая дифференциация не предусмотрена.

Учебный план

№ п/п	Темы занятий	Количество часов	Теория	Практика
1	Волшебный лес	4	1	3
2	Зоопарк	4	1	3
3	Осень золотая	4	1	3
4	На ферме	4	1	3

5	Морские звёзды	4	1	3
6	Зимние забавы	4	1	3
7	Чудеса под Новый год	4	1	3
8	Царевна - лягушка	4	1	3
9	Весенняя капель	4	1	3
10	Мой весёлый звонкий мяч	2	1	1
11	Космос	4	1	3
12	Птичий двор	3	1	2
13	Африка	4	1	3
14	Слонёнок-турист	3	1	2
15	Весёлый клоун	1	-	1
16	Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья	4	1	3
17	Вместе весело шагать	4	1	3
18	Насекомые и их знакомые	3	1	2
19	Морские обитатели	4	1	3
20	Разноцветные мячи	2	1	1
21	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	72	19	53

Содержание программы

№ п/п	Тема	Программные задачи	Содержание
1.	Волшебный лес (4 ч.)	Познакомить детей с упражнениями «Гимнастики мозга». Формировать представление о здоровом образе жизни. Активизировать детей на выполнение упражнений «Гимнастики мозга», показать значимость упражнений для хорошего самочувствия.	Ритмирование, дыхательное упражнение «Маятник», упражнение «Двойные рисунки», «Сова», игра «Собери шишки», творческая работа «Осеннее дерево», «Листопад».
2.	Зоопарк (4 ч.)	Познакомить с комплексом упражнений, пересекающих среднюю линию тела, формировать потребность ежедневного выполнения упражнений для хорошего самочувствия, положительных эмоций, адаптации к стрессовым ситуациям.	Ритмирование, подвижная игра «Автобус», «У жирафа», упражнение «Слон», «Сова», «Энергетизатор», «Двойные рисунки», игра –эстафета «Прокати животное»(свободные движения-ползание), творческая работа «Жираф», «Зебра».
3.	Осень золотая (4 ч.)	Закрепить комплекс упражнений «Гимнастики мозга», учить детей правильному дыханию во время выполнения упражнений. Формировать навык совместной активной деятельности.	Ритмирование, упражнение «Двойные рисунки», «Сова», «Активизация рук», «Ленивые восьмёрки», дыхательное упражнение «Маятник», «Брюшное дыхание», подвижная игра «Солнышко и дождик», «Разноцветная карусель», игра на внимание «Раз, два, три грибочки собери», «Белка и орехи»

			(свободные движения-увёртывания), творческая работа «Осенний ковер».
4.	На ферме (4 ч.)	Закреплять комплекс упражнений, пересекающих среднюю линию тела, формировать навык совместной деятельности. Формировать представление о здоровом образе жизни.	Ритмирование, упражнение «Двойные рисунки», «Сова», «Ленивые восьмёрки», «Перекрёстные шаги» самомассаж с шишкой, игра «Пожелание», дыхательное упражнение «Кошечка», игра «Препятствие»(свободные движения-галоп, скачки, перепрыгивание, прыжки), игра «Сенокос» (свободные движения – манипуляции орудиями труда), творческая работа «Овечка».
5.	Морские звёзды (4 ч.)	Закреплять комплекс упражнений, пересекающих среднюю линию тела, формировать навык совместной деятельности. Формировать представление о здоровом образе жизни.	Ритмирование, упражнение «Двойные рисунки», «Перекрёстные шаги», «Ленивые восьмёрки», «Энергетизатор», «Активизация рук», игра «На море» (свободные движения-перекаты, вращение, балансирование, умение крутиться), игра «Море волнуется», творческая работа «Золотая рыбка», «Черепашка».
6.	Зимние забавы (4 ч.)	Закреплять комплекс упражнений, пересекающих среднюю линию тела, формировать навык совместной деятельности. Формировать представление о здоровом образе жизни.	Ритмирование, упражнение «Двойные рисунки», «Перекрёстные шаги», «Ленивые восьмёрки», «Сова», «Активизация рук», игра «Лыжи», «Коньки», «Снежки» (свободные движения-скольжение, умение кататься на коньках, увёртывание, бег, перепрыгивание), творческая работа «Зайка», «Снеговик».
7.	Чудеса под Новый год (4 ч.)	Закреплять комплекс упражнений, пересекающих среднюю линию тела, формировать навык совместной деятельности. Формировать умение организовывать себя и концентрировать внимание на новой незнакомой деятельности.	Ритмирование, упражнение «Двойные рисунки», «Перекрёстные шаги», «Ленивые восьмёрки», «Думательный колпак», «Кнопки баланса», «Кнопки земли», игра «Снежки» (умение увёртываться), игра «Раз морозною зимой» (сочетательные движения), творческая работа «Ёлочка».
8.	Царевна-лягушка (4 ч.)	Закреплять комплекс упражнений, повышающих энергию тела. Формировать навык совместной активной деятельности, навык работы в парах.	Ритмирование, упражнения «Активизация рук», «Помпа», «Сова», «Заземлитель», игра «Препятствие» (свободные движения-перепрыгивание, прыжки), игра «Стрелок» (свободные движения скручивание, увёртывание), творческая работа «Царевна-лягушка».

9.	Весенняя капель (4 ч.)	Закреплять навыки выполнения упражнений, пересекающих среднюю линию тела. Формировать умение организовывать себя и концентрировать внимание на новой незнакомой деятельности.	Ритмирование, упражнения «Двойные рисунки», «Ленивые восьмёрки», «Перекрёстные шаги», «Крюки Деннисона», «Крюки Кука», «Позитивные точки», творческая работа «Радуга».
10.	Мой весёлый звонкий мяч (2 ч.)	Формировать новые двигательные схемы, интеграция новых движений, Формировать умение организовывать себя и концентрировать внимание на новой незнакомой деятельности.	Ритмирование, игра «Поймай мяч» (бросок, ловящее движение), игра «Подбрось имя в облака» (умение отталкивать вверх), игра «Передай мяч» (умение вести мяч), игра «Теннисная ракетка» (умение отбивать мяч на лету), творческая работа «Цветочный мяч».
11.	Космос (4 ч.)	Закреплять комплекс упражнений, повышающих энергию тела. Воспитывать положительные эмоции в процессе выполнения заданий, развивать процессы внимания и памяти.	Ритмирование, упражнение «Активизация рук», «Кнопки космоса», «Думательный колпак», «Кнопки баланса», «Кнопки земли», «Энергетическая зевота», «Гравитационное скольжение», творческая работа «Космос».
12.	Птичий двор (3 ч.)	Формировать новые двигательные схемы, интеграция новых движений, Формировать умение организовывать себя и концентрировать внимание на новой незнакомой деятельности. Воспитывать навык работы в парах.	Ритмирование, упражнения «Двойные рисунки», «Ленивые восьмёрки», «Перекрёстные шаги», «Слон», «Алфавитные восьмёрки», игра «Курочка и цыплята» (свободные движения–бег, умение концентрироваться), творческая работа «Цыплята».
13.	Африка (4 ч.)	Формировать и закреплять навыки выполнения новых упражнений, воспитывать положительные эмоции в процессе выполнения заданий ,развивать процессы внимания и памяти.	Ритмирование, упражнения «Активизация рук», «Помпа», «Сова», «Заземлитель», «Расслабление стоп», игра «Бегемот» (умение вращаться, перекачиваться), игра « У жирафа» (сочетательные движения, умение концентрироваться), творческая работа «Животные Африки».
14.	Слонёнок-турист (3 ч.)	Закреплять базовые рефлексы, (свободные неманипулятивные умения). Воспитывать навык работы в парах. Формировать и закреплять навыки выполнения новых движений).	Ритмирование, упражнения «Взгляд на перекрестие», «Двойные рисунки», «Ленивые восьмёрки», «Перекрёстные шаги», «Слон», «Энергетизатор», игра «Горная пещера» (умение перекачиваться), игра «Спальный мешок» (умение закручиваться, группироваться), творческая работа «Слонёнок».
15.	Весёлый клоун (1 ч.)	Закреплять знания левой и правой сторон тела, ориентироваться в	Ритмирование. Генетический латеральный профиль.

		пространстве, учиться рисовать в верхнем левом и правом, нижнем левом и правом частях листа. Развивать стрессоустойчивость. Формировать способность сохранять целеустремленность в любых ситуациях.	Плавное движение глаз по горизонтали и вертикали, «Ленивые восьмерки», «Перекрестные шаги», «Двойные рисунки», «Думающий колпак». Упражнения на координацию «рука-глаз», творческая работа «Клоун».
16.	Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья (4 ч.)	Закреплять базовые рефлексy (активизировать телесное чувствование через дыхательные упражнения). Формировать представление о здоровом образе жизни.	Ритмирование, дыхательное упражнение «Маятник» (Стрельниковой), упражнения «Активизация рук», «Двойные рисунки», «Расслабление стоп», «Позитивные точки», «Энергетизатор», игра «Пляж» (умение расслабиться, принять удобную для себя позу), творческая работа «Рисунки на морских камушках».
17.	Вместе весело шагать (4 ч.)	Закреплять навык работы в группе детей разного возраста и адаптации в коллективе сверстников. Формирование положительных эмоций в процессе изучения и выполнения новых упражнений.	Ритмирование, дыхательное упражнение «Маятник» (Стрельниковой), упражнения «Взгляд на перекрестие», «Вращение шей», «Двойные рисунки», «Ленивые восьмерки», «Перекрестные шаги», игра «Подари приятное слово», «Доброе животное», «Карусель», творческая работа «Птичка».
18.	Насекомые и их знакомые (3 ч.)	Формировать новые двигательные схемы, интеграция новых движений, Формировать умение организовывать себя и концентрировать внимание на новой незнакомой деятельности. Воспитывать навык работы в парах.	Ритмирование, игра «Бабочка» (умение крутиться, закручиваться), игра «Кузнечик» (умение прыгать и приземляться), игра «Жук» (умение вращаться, перекачиваться), игра «Цапля» (умение балансировать, перенос веса), творческая работа «Пчёлка».
19.	Морские обитатели (4 ч.)	Закреплять комплекс упражнений, пересекающих среднюю линию тела, формировать навык совместной деятельности. Формировать представление о здоровом образе жизни.	Ритмирование, упражнение «Двойные рисунки», «Перекрестные шаги», «Ленивые восьмерки», «Энергетизатор», «Активизация рук», игра «На море» (свободные движения-перекаты, вращение, балансирование, умение крутиться), игра «Море волнуется», творческая работа по замыслу.
20.	Разноцветные мячи (2 ч.)	Продолжать формировать новые двигательные схемы, интеграция новых движений, умение организовывать себя и концентрировать внимание	Ритмирование, игра «Поймай мяч» (бросок, ловящее движение), игра «Подбрось имя в облака» (умение отталкивать вверх), игра «Передай мяч» (умение вести мяч), игра

		на новой незнакомой деятельности.	«Теннисная ракетка» (умение отбивать мяч на лету), творческая работа по замыслу.
21.	Итоговое занятие (2 ч.)	Закреплять навык работы в группе детей разного возраста и адаптации в коллективе сверстников.	Ритмирование, упражнения «Алфавитные восьмёрки», «Взгляд на перекрестие», «Двойные рисунки», «Ленивые восьмёрки», «Перекрёстные шаги», «Слон», «Энергетизатор», «Думательный колпак», «Кнопки земли», «Кнопки космоса», «Активизация рук», «Заземлитель», «Расслабление стоп», «Сова», «Крюки Деннисона», «Крюки Кука», «Позитивные точки».

Календарный учебный график

Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Мир волшебных упражнений»
Начало учебного года	01 сентября
Продолжительность учебного периода на каждом году обучения	36 учебных недель
Продолжительность учебной недели	5 дней
Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
Количество занятий на каждом году обучения	72 занятия
Количество часов всего	72 часа
Окончание учебного года	31 мая
Период реализации программы	01.09.2021 – 31.05.2022
Праздничные (выходные) дни в соответствии с производственным календарем	- 6 ноября – День народного единства; - 1,2,3,4,5,6, и 8 января – новогодние каникулы; - 7 января – Рождество Христово; - 23 февраля – День защитника Отечества; - 8 марта – Международный женский день; - 1,2 мая – Праздник весны и труда; - 9 мая – День Победы; - 12 июня – День России

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

1. Гражданско-патриотическое;
2. Нравственное и духовное воспитание;
3. Воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
4. Интеллектуальное воспитание;

5. Здоровьесберегающее воспитание;
6. Правовое воспитание и культура безопасности;
7. Воспитание семейных ценностей;
8. Формирование коммуникативной культуры;
9. Экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности. С широким мировоззренческим кругозором, серьёзным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационных коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: игровые программы, конкурсы, викторины.

Методы: беседы, прослушивание, пропевание, проект.

Планируемый результат: повышение мотивации к вокальному искусству, сформированность нравственного, познавательного потенциала личности.

Календарный план воспитательной работы

№	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1	Инструктаж по технике безопасности при нахождении в физкультурном зале, правила поведения на занятиях	Безопасность	В рамках занятий	Сентябрь 2023 года
2	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь - май
3	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
4	Беседа о празднике Новый год	Духовно-нравственное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Декабрь

5	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май
---	--------------------------------	--	------------------	--------------

Список используемой литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области".

Список литературы для педагогов:

1. Деннисон П.И. Деннисон Г.И. Гимнастика мозга. Книга для педагогов и родителей.- М.,1997.
2. Смирнова С.С. Цыплёнок О.А. Снятие учебного и рабочего стресса. Интегративная кинесиология - М.,2011.
3. Ханнафорд К. Мудрое движение. - М.,1999

