

Государственное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение
детский сад № 118 комбинированного вида Адмиралтейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
ГБДОУ детского сада
комбинированного вида № 118
Адмиралтейского района СПб
Протокол № 1 от 31.08.2026

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим ГБДОУ детский сад
комбинированного вида № 118
Адмиралтейского района СПб
Колесовой Е. В.
приказ от 31.08.2026 № 40/6-р

Программа по здоровьесбережению в коррекционной и развивающей
деятельности с детьми дошкольного
возраста (3–7 лет) в группах комбинированной направленности
на 2026–2027 учебный год

Разработчики:
Багунова Т. С.
Красюкова Г. А.
Нурмагомедова М. А.
Присячева Л. И.

Санкт-Петербург, 2026

Паспорт программы

1.	Основания для разработки программы	• Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; • Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»; • Приказ Минпросвещения России от 25 ноября 2022 г. № 1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования»; • Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1022 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья • СанПиН 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденный Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28; • Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; • Письмо Министерства образования РФ от 14.03.2020 М 65/23-16 «О Гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения»; • Устав Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида № 118 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга • Образовательная программа дошкольного образования Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада комбинированного вида № 118 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга; • Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи.
2.	Реализация программы осуществляется в группах комбинированной направленности	Группа № 1 «Крепыши» Группа № 2 «Любознайки» Группа № 3 «Мечтатели» Группа № 4 «Волшебники»

3.	Цель программы	Создание условий для укрепления и сохранения физического, психического и речевого здоровья детей 3–7 лет посредством применения нейропсихологических, кинезиологических и телесно-ориентированных методов и приёмов. Организация взаимодействия специалистов и воспитателей, а также создания партнерских взаимоотношений с родителями (законными представителями) дошкольников, в том числе с ТНР.
4.	Задачи программы	• охранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей, в том числе их эмоциональное благополучие; • развивать высшие психические функции у обучающихся, в том числе у детей с ОВЗ (ТНР); • развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы у обучающихся, в том числе у детей с ОВЗ (ТНР); • формирование, коррекция и развитие коммуникативных и социальных компетенций у обучающихся, в том числе у детей с ОВЗ (ТНР); • поддерживать и развивать творческую инициативу, индивидуальные способности каждого ребенка во всех видах деятельности, расширять кругозор; • оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщать семьи к здоровому образу жизни; • повышать компетентность педагогов по проблеме внедрения и использования в процессе образовательной деятельности здоровьесберегающих технологий; • развивать у дошкольников социальный и эмоциональный интеллект, эмоциональную отзывчивость.
5.	Участники реализации программы	Обучающиеся групп комбинированной направленности (ТНР); педагоги (воспитатели и специалисты); родители (законные представители)
6.	Адресат программы	Программа предназначена обучающимся от 3 до 7 лет, в том числе детям с тяжелыми нарушениями речи.
7.	Практическая направленность	Необходимость разработки данной программы определяется увеличением числа детей с тяжелыми нарушениями речи с нейропсихологической симптоматикой, которые, в том числе, нуждаются в коррекционно-развивающей помощи с применением нейропсихологических технологий.
8.	Место реализации программы	198095, Санкт-Петербург, ул. Шкапина, д. 13, к.2, стр. 1 Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида № 118 Адмиралтейского района Санкт-Петербурга Адрес сайта: https://118spb.tvoyasadik.ru/ Телефон: 8(812) 409-88-18 Электронная почта: 118deti@mail.ru Заведующий: Колесова Елена Валерьевна
9.	Сроки реализации	Сентябрь 2026 – май 2027

Содержание

1. Пояснительная записка
 - 1.1. Актуальность и востребованность программы
 - 1.2. Цели и задачи программы
 - 1.3. Планируемые результаты освоения Программы
 - 1.4. Практическая значимость программы
2. Условия реализации программы
3. Реализация программы
4. Содержание программы
5. Методическое обеспечение программы

Список литературы

Приложения:

Оценочные материалы

Календарно-тематическое планирование (КТП)

Работа с родителями

Пополнение РППС

Сборник нейропсихологических упражнений

1. Пояснительная записка

Программа по здоровьесбережению в коррекционной и развивающей деятельности с детьми дошкольного возраста (3–7 лет) в группах комбинированной направленности (далее – Программа) адресована педагогическим работникам ГБДОУ детского сада комбинированного вида № 118 Адмиралтейского района СПб (далее – ГБДОУ). Программа составлена на уровень дошкольного образования и соответствует требованиям ФГОС ДО, с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, а также с учётом рекомендаций ТПППК для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (далее – ТНР). Программа разработана и реализуется коллективом педагогов площадки ГБДОУ расположенной по адресу: Санкт-Петербург, ул. Шкапина, д. 13, к. 2, стр. 1.

Программа содержит коррекционно-развивающие занятия с применением нейропсихологических приемов и упражнений, направленных на развитие и коррекцию высших психических функций, эмоционально-волевой сферы, коммуникативных и социальных навыков у детей дошкольного возраста, в том числе у детей с ОВЗ (ТНР), для которых целенаправленно создаются условия, позволяющие ребёнку раскрыть свои потенциальные возможности, поверить в собственные силы и научиться достигать успеха в своей деятельности.

Адресат: Программа адресована детям в возрасте 3–7 лет. В группе могут быть и мальчики, и девочки. Возможно формирование разновозрастных групп. Наличие базовых знаний по Программе и специальных способностей в данной предметной области не требуется.

Срок реализации Программы: сентябрь 2026 года – май 2027 года.

1.1. Актуальность и востребованность программы

Актуальность продиктована изменениями в образовательной политике государства на уровне общего образования, связанного с внесением изменений в федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155, в ред. 17.02.2023), а также поиском новых подходов к организации работы по здоровьесбережению в образовательном учреждении в рамках требований федеральной образовательной программы дошкольного образования, федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования, а именно: формирование основ безопасного и здорового образа жизни (ФГОС ДО, п. 4.6); развитие физических качеств, совершенствование мелкой и крупной моторики (ФОП); обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ (ФАОП).

Программа позволяет сформировать у детей ценностное отношение к здоровому образу жизни, развить высшие психические функции, межполушарные связи, эмоционально-волевую сферу, а также коммуникативные и социальные навыки.

Содержание Программы отражает социальный запрос родителей (законных представителей), связанный с сохранением и укреплением здоровья детей, коррекцией нейропсихологических особенностей развития и возможностями образовательного учреждения.

Основная идея Программы — использование нейропсихологических, кинезиологических и телесно-ориентированных методов и приёмов для развития психических процессов, эмоционально-волевой сферы и сохранения здоровья.

Уровень освоения — общекультурный.

Объём Программы — 36 часов, срок освоения — 36 дней.

1.2. Цели и задачи программы

Цель Программы — создание условий для укрепления и сохранения физического, психического и речевого здоровья детей 3–7 лет посредством применения нейropsychологических, кинезиологических и телесно-ориентированных методов и приёмов. Организация взаимодействия специалистов и воспитателей, а также создания партнерских взаимоотношений с родителями (законными представителями) дошкольников, в том числе с ТНР.

Задачи Программы

Обучающие:

- создать условия для формирования навыков дыхательной саморегуляции;
- создать условия для обучения детей приёмам снятия психоэмоционального напряжения;
- создать условия для формирования навыков межполушарного взаимодействия и координации движений;
- создать условия для обучения элементам звукового анализа и артикуляционной гимнастики;
- создать условия для формирования навыков зрительного восприятия и пространственных представлений.

Развивающие:

- развивать высшие психические функции (внимание, память, мышление, восприятие);
- развивать межполушарные связи и мелкую моторику;
- развивать эмоционально-волевую сферу;
- развивать крупную моторику, равновесие и координацию;
- развивать речевые навыки и коммуникативные компетенции.

Воспитательные:

- формировать мотивацию к здоровому образу жизни;
- воспитывать эмпатию и эмоциональную отзывчивость;
- формировать коммуникативную культуру и навыки социального взаимодействия;
- воспитывать самостоятельность и ответственность.

1.3. Планируемые результаты освоения Программы

Личностные:

- сформированность ценностного отношения к здоровью;
- эмоциональное благополучие;
- готовность к сотрудничеству.

Метапредметные:

- владение приемами саморегуляции;
- умение планировать и контролировать деятельность;
- готовность к диалогу.

Предметные:

- владение дыхательными техниками;
- развитие мелкой и крупной моторики;
- улучшение зрительного восприятия и внимания;
- развитие речевых навыков.

1.4. Практическая значимость программы

Программа содержит коррекционно-развивающие занятия с применением нейropsychологических приемов и упражнений, направленных на развитие и коррекцию психических процессов у детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья, на которых целенаправленно создаются условия, позволяющие ребёнку

раскрыть свои потенциальные возможности, поверить в собственные силы и научиться достигать успеха в своей деятельности.

Программа имеет универсальный характер, воспроизводима и может быть использована в коррекционно-развивающей работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (с тяжёлыми нарушениями речи), педагогами-психологами, учителями-дефектологами и иными педагогическими работниками, как в условиях дошкольных образовательных организаций, так и в группах кратковременного пребывания, в центрах психолого-педагогической-медико-социальной помощи (ЦППМС-центрах), в центрах психолого-педагогической реабилитации и коррекции.

2. Условия реализации программы

Организационно-педагогические условия реализации

Язык программы — русский.

Форма обучения: очная.

Особенности реализации: Программа предусматривает аудиторную работу с обучающимися с учётом возрастных и индивидуальных особенностей. Основной принцип построения занятия — использование различных форм образовательной деятельности на основе вариативных блоков, которые могут объединяться в одном занятии:

- блок двигательной активности, предполагающий знакомство с элементами нейропсихологических, кинезиологических и телесно-ориентированных упражнений;
- блок, расширяющий и закрепляющий представления детей о новом материале, в основе которого лежат игровые ситуации и дидактические игры;
- блок материалов сопровождения для родителей (законных представителей) детей, включающий ссылки на электронные ресурсы, которые помогают родителям составить представление о изучаемом материале и при желании закрепить этот материал со своими детьми.

Итогом обучения по Программе может быть открытое занятие (запись видеоролика), где дети демонстрируют свои умения, освоенные в процессе занятий.

Формы организации занятий

Программа предусматривает аудиторные занятия. Занятие строится в игровой форме, проводятся в группах, сочетая следующие формы: фронтальная: весь состав группы — беседа, объяснение, показ, игровая ситуация; работа в малых группах (парах) при выполнении определённых заданий педагога — дидактические игры; при необходимости педагог оказывает индивидуальную помощь ребёнку при выполнении заданий.

Материально-техническое оснащение:

- спортивный зал с мягким напольным покрытием (сухой бассейн);
- дидактические пособия: мячи, мешочки, балансиры, нейрокарточки, камушки Марбл, пирамидки с колечками, цветные коврики-сектора, обручи, мелкие музыкальные инструменты;
- нейропрописи (В. Г. Дмитриева, О. А. Звонцова);
- интерактивное оборудование, музыкальный центр для релаксаций, спортивный инвентарь, коврики и мячи для сухого бассейна и др.

Методическое обеспечение Программы

Методологическое обеспечение:

- ✓ Карточки с нейропсихологическими заданиями;
- ✓ Картотека дидактических игр в соответствии с Приложением 1;
- ✓ Нейропрописи (В.Г. Дмитриева, О.А. Звонцова);
- ✓ Кинезиологические упражнения по методике «Bal-a-vis x» (Б. Хьюберт) и др.

Методы и приёмы, используемые при обучении

Наглядный	Словесный	Практический
Показ, имитация, зрительные ориентиры, нейрокарточки, дидактический материал	Объяснение, пояснение, вопросы к детям, словесная инструкция, словесное сопровождение упражнений	Выполнение нейропсихологических и кинезиологических упражнений, дидактических игр, нейропрописей, арт-терапевтических техник. Далее практика может быть предложена для пары/группы детей

Примерная структура занятия

Вводная часть

Разминка: проводится в начале каждого занятия. Педагог проводит с детьми комплекс упражнений, нацеленных на снятие мышечного и эмоционального напряжения, дыхательную гимнастику, пальчиковые игры.

Основная часть

Повторение пройденного материала (при необходимости). Разучивание и/или закрепление нового материала согласно календарно-тематическому планированию. Гимнастика и/или игровая пауза (кинезиологические упражнения, «мозговой отдых»).

Заключительная часть

Проведение рефлексии, игры на создание положительного настроения, релаксация, подведение итогов занятия.

Взаимодействие с родителями

Взаимодействие с родителями направлено на повышение их педагогической культуры и вовлечение в образовательный процесс для формирования компетентной педагогической позиции.

Задачи работы с семьей:

- Выработка уважительного отношения к традициям семейного воспитания и признание приоритетности родительского права.
- Вовлечение родителей в воспитательно-образовательный процесс через совместные нейроигры.
- Создание активной информационно-развивающей среды, обеспечивающей единые подходы к развитию ребенка в семье и ДООУ.

Формы взаимодействия:

- Консультации и мастер-классы для родителей по технике выполнения нейропсихологических упражнений дома.
- Выдача домашних заданий в формате «Нейропрописей» для совместного выполнения.
- Оформление информационных стендов и папок-передвижек («Игры для развития мозга дома», «Польза самомассажа Су-Джок» и др.).
- Совместные детско-родительские досуги с элементами кинезиологических игр.

3. Реализация программы

Реализации данной программы состоит из трех этапов: диагностический, формирующий, контрольный.

I. Диагностический этап (проведение психологической диагностики в целях выявления особенностей психического развития детей, установления нарушений или отклонений в познавательной, эмоционально-волевой, коммуникативной сферах у обучающихся).

II. Формирующий этап (реализация основных мероприятий программы).

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю в течение 15–30 минут (продолжительность может варьироваться с учетом индивидуальных и возрастных особенностей развития детей).

Программа построена по принципу, который предполагает чередование различных форм представления материала для знакомства: нейропсихологические упражнения, кинезиологические упражнения, телесно-ориентированная работа, дидактические игры, арт-терапевтические техники.

Занятия проводятся в игровой форме с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

III. Контрольный этап: оценка эффективности реализации цикла мероприятий программы.

Противопоказания. Программа не рекомендована детям: с повышенной эпилептической готовностью; с нарушениями интеллекта; с психиатрическими диагнозами.

4. Содержание программы

1. Вводное занятие

Теория: правила поведения в аудитории, знакомство с программой.

Практика: «Давайте познакомимся» - игровая ситуация, первичная диагностика эмоционального состояния.

2. Раздел «Психоэмоциональная адаптация и саморегуляция»

Теория: знакомство с эмоциями, приёмы саморегуляции (дыхание, расслабление), эмоциональный интеллект.

Практика: игры на распознавание эмоций, дыхательные техники для самоуспокоения, комплексная релаксация, игры на снятие психоэмоционального напряжения.

3. Раздел «Дыхательная культура и голосообразование»

Теория: диафрагмальное дыхание, связь дыхания и эмоционального состояния, дыхание и голос.

Практика: дыхательные игры с артикуляционным выдохом, дыхательно-голосовые упражнения со звукоподражанием, дыхательная гимнастика в движении.

4. Раздел «Межполушарное взаимодействие и мелкая моторика»

Теория: особенности межполушарного взаимодействия, роль мелкой моторики в развитии речи и мышления.

Практика: пальчиковые игры и нейропрописи, кинезиологические упражнения «Кросс-моторика», рисование и лепка двумя руками, игры с мелким материалом (камушки, бусины).

5. Раздел «Зрительное восприятие и пространственные представления»

Теория: зрительное внимание и восприятие, глазодвигательный контроль, пространственная ориентировка.

Практика: глазодвигательные тренировки, игры на развитие зрительной памяти, пространственные конструкции и пазлы, игры на зрительно-моторную координацию.

6. Раздел «Крупная моторика, равновесие и координация»

Теория: проприоцептивная чувствительность и равновесие, телесная схема.

Практика: телесно-ориентированные упражнения, игры на развитие равновесия и пространственной ориентировки, ходьба по бревну, комплексные подвижные игры, имитация плавательных движений на ковриках (сухопутный бассейн).

7. Раздел «Речевое развитие и коммуникация»

Теория: активное слушание, речевая инициатива, ролевое взаимодействие.

Практика: игры на развитие диалогической и связной речи, логоритмика, сюжетно-ролевые игры, игры на развитие словаря, рассказывание по картинкам.

8. Раздел «Познавательные процессы и творческая саморегуляция»

Теория: произвольное внимание, память, логическое и образное мышление, творческие способности.

Практика: игры на развитие внимания и памяти, игры на логическое мышление, арт-терапевтические техники, коллективное творческое дело, игры на развитие лидерства и ответственности.

9. Контрольное занятие

Теория: повторение пройденного материала.

Практика: игровые ситуации с использованием всего объёма изученного материала (итоговая диагностика в форме игры).

Список литературы

Для педагога и родителей

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. на 2024 г.).

2. ФГОС ДО. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утв. приказом Минпросвещения России от 17.10.2013 № 1155).

3. Приказ Минпросвещения России от 31.12.2020 № 1028 «Об утверждении федерального перечня учебников...».

4. Приказ Минпросвещения России от 31.12.2020 № 1022 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования для обучающихся с ОВЗ».

5. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

6. Приказ Минпросвещения России от 15.10.2021 № 196 «Об утверждении Порядка организации образовательной деятельности по адаптированным образовательным программам».

7. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии. — М., 2018.

8. Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте. — М., 2020.

9. Цветкова Л.С. Нейропсихология детского возраста. — М., 2019.

10. Хьюберт Б. Bal-a-vis x. Кинезиологические упражнения для детей. — М., 2018.

11. Пивоварова Е.В. Нейропсихологическая коррекция в дошкольном возрасте. — М., 2021.

12. Колганова С.В., Евлампиева М.В. Программы коррекционной работы с детьми с ОВЗ. — М., 2020.

13. Трясорукова Т.П. Физическое развитие детей дошкольного возраста. — М., 2019.

14. Дмитриева В.Г., Звонцова О.А. Нейропрописи: развиваем межполушарное взаимодействие. — М., 2020.

15. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. — М., 2019.

16. Лебединский В.В. Нарушения психического развития у детей. — М., 2017.

Интернет-источники:

— Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25.08.2022 № 1676-р.

— Письмо Минобрнауки № 06-1844.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

1. ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ («Карта наблюдения за ребёнком» — эмоционально-волевая сфера, социализация)

№	ФИ ребенка	Эмоциональная устойчивость		Уровень тревожности		Социальная адаптация		Коммуникативные навыки		Самостоятельность		Волевые качества	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													

РАСШИФРОВКА БАЛЛОВ:

- 3 балла — высокий уровень развития (норма, показатель сформирован в полной мере);
- 2 балла — средний уровень развития (показатель формируется, наблюдаются отдельные недостатки);
- 1 балл — низкий уровень развития (показатель недостаточно сформирован, требует коррекции).

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

1. ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ

Методика: «Карта наблюдения за ребёнком» (эмоционально-волевая сфера, социализация)

1.1. Эмоциональная устойчивость

Цель: определить способность ребёнка сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях.

Материалы: Картинки с эмоциями, мяч, набор игрушек.

Задания:

- «Непредвиденная ситуация». Воспитатель «случайно» роняет коробку с кубиками. Наблюдать реакцию ребёнка (плач, замирание, попытка помочь, спокойствие).
- «Потерянная игрушка». Предложить ребёнку поиграть с любимой игрушкой, затем «спрятать» её. Оценить реакцию на отсутствие игрушки.
- «Новый человек». В комнату входит незнакомый взрослый. Наблюдать за поведением ребёнка (скрывается, подходит, замирает).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Ребёнок сохраняет спокойствие, адекватно реагирует на ситуацию, предлагает решение (помогает собрать кубики, ищет игрушку, здоровается с гостем).
2 балла	Наблюдается кратковременное волнение, но ребёнок быстро успокаивается, принимает помощь взрослого.
1 балл	Резкая эмоциональная реакция (плач, истерика, агрессия, застывание), длительное успокоение.

1.2. Уровень тревожности

Цель: выявить степень тревожности ребёнка в различных ситуациях.

Материалы: рисунковый тест «Человек в дожде», набор картинок.

Задания:

- «Рисунок тревоги». Предложить нарисовать «то, что тебя пугает». Оценить содержание рисунка, детализацию, эмоциональную окраску.
- «Волшебная дверь». Предложить представить, что за дверью что-то неизвестное. Оценить реакцию (страх, любопытство, отказ).
- «Разделение с мамой». Мама выходит из комнаты на 3–5 минут. Наблюдать поведение ребёнка.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Ребёнок спокоен, уверен в себе, легко расстается с мамой, рисунок позитивный или нейтральный.
2 балла	Умеренная тревога, ребёнок задаёт вопросы, ищет подтверждение безопасности, но продолжает занятие.
1 балл	Высокая тревога: плач, истерика, отказ от заданий, рисунок содержит много угрожающих элементов.

1.3. Социальная адаптация

Цель: оценить способность ребёнка адаптироваться в группе сверстников.

Материалы: Настольные игры на 3–4 человек, конструктор.

Задания:

- «Совместная игра». Включить ребёнка в группу из 2–3 сверстников с общей задачей (построить город из конструктора). Наблюдать за ролью в группе.
- «Новый ребёнок в группе». Представить ребёнку «новенького» (куклу/роль педагога). Оценить реакцию.
- «Правила игры». Предложить игру с чёткими правилами. Оценить способность принять и соблюдать правила.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Активно взаимодействует, берёт на себя роль лидера или исполнителя, легко входит в

	контакт, соблюдает правила.
2 балла	Участствует в игре под руководством взрослого, иногда нарушает правила, но принимает замечания.
1 балл	Избегает контакта, играет в стороне, отказывается от групповой деятельности, агрессивен.

1.4. Коммуникативные навыки

Цель: определить уровень развития речевого и неречевого общения.

Материалы: Картинки с сюжетами, куклы, ситуационные задачи.

Задания:

- «Расскажи по картинке». Показать картинку с сюжетом, попросить рассказать, что происходит. Оценить связность, полноту, обращение к слушателю.
- «Попроси помощи». Создать ситуацию, когда ребёнку нужна помощь (достать игрушку с полки). Оценить способность обратиться к взрослому/сверстнику.
- «Покажи без слов». Попросить показать эмоцию (радость, грусть, удивление) без слов. Оценить выразительность мимики, жестов.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Строит связные высказывания, активно обращается к собеседнику, использует жесты и мимику, легко просит о помощи.
2 балла	Отвечает на вопросы, иногда теряется, просит помощи с помощью взрослого, мимика бедная.
1 балл	Отказывается говорить, односложные ответы, не обращается за помощью, замкнут.

1.5. Самостоятельность

Цель: оценить способность ребёнка выполнять действия без помощи взрослого.

Материалы: Одежда (куртка, шапка, обувь), посуда, игрушки для уборки.

Задания:

- «Оденься сам». Предложить одеться на прогулку. Оценить последовательность, аккуратность, обращение за помощью.
- «Накрой стол». Попросить накрыть стол для куклы (тарелка, ложка, стакан). Оценить самостоятельность.
- «Убери игрушки». После игры попросить убрать игрушки на место.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Выполняет все действия самостоятельно, в правильной последовательности, не обращается за помощью.
2 балла	Выполняет с подсказками взрослого, частично самостоятельно, иногда просит помощи.
1 балл	Отказывается выполнять, ждёт постоянной помощи взрослого, не может справиться даже с простыми действиями.

1.6. Волевые качества

Цель: определить способность ребёнка доводить начатое дело до конца, преодолевать трудности.

Материалы: Пазлы, шнуровка, конструктор сложной сборки.

Задания:

- «Собери пазл». Предложить пазл на 12–16 элементов. Оценить усидчивость, способность преодолевать трудности.
- «Не смотри». Положить перед ребёнком конфету и попросить не есть её, пока взрослый не вернётся (2–3 мин).
- «Сложная задача». Предложить задание, которое требует нескольких попыток (продеть нитку в иголку с большим ушком).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Доводит дело до конца, не отвлекается, переживает неудачи спокойно, выполняет инструкцию «подожди».
2 балла	Выполняет с перерывами, иногда отвлекается, просит помощи при затруднении, с трудом сдерживается.
1 балл	Быстро бросает начатое, капризничает, не может сдержать импульс, отказывается от задания.

2. УЧИТЕЛЬ-ЛОГОПЕД («Протокол логопедического обследования» — ФР, звукопроизношение, словарь, грамматика)

№	ФИ ребенка	Фонематическое восприятие (ФР)		Звукопроизношение		Словарный запас		Грамматический строй речи		Фонематический анализ и синтез	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											

РАСШИФРОВКА БАЛЛОВ:

- 3 балла — высокий уровень развития (норма, показатель сформирован в полной мере);
- 2 балла — средний уровень развития (показатель формируется, наблюдаются отдельные недостатки);
- 1 балл — низкий уровень развития (показатель недостаточно сформирован, требует коррекции).

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

2. УЧИТЕЛЬ-ЛОГОПЕД

Методика: «Протокол логопедического обследования» (ФР, звукопроизношение, словарь, грамматика)

2.1. Фонематическое восприятие (ФР)

Цель: оценить способность различать и анализировать звуки речи.

Материалы: Картинки (дом-ком, мышь-мышь, ухо-ухо), фишки, барабан.

Задания:

- «Найди одинаковые слоги». Педагог произносит слоги (ма-ма, ма-на, ма-ма). Ребёнок показывает фишкой, когда слоги одинаковы.

- «Что изменилось?». Показать 3 картинки: мышь, мышь с усами, мышь с хвостом. Попросить найти отличия и назвать.

- «Слова с шумом». Произнести слова с пропущенным звуком: «_ар» (мар, бар, кар). Ребёнок должен угадать слово.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Выполняет все задания без ошибок, легко различает звуки, оперирует звуковым составом слова.
2 балла	Допускает 1–2 ошибки, выполняет задания с подсказками, путает похожие звуки (с-з, ш-ж).
1 балл	Многочисленные ошибки, не различает звуки, не понимает задания даже с помощью взрослого.

2.2. Звукопроизношение

Цель: оценить чистоту произношения звуков.

Материалы: Картинки для автоматизации звуков, зеркало.

Задания:

- «Покажи язычком». Попросить выполнить артикуляционную гимнастику: «положи язык за верхние зубы», «лопаточка», «чашечка».

- «Назови картинки». Показать картинки со словами, содержащими все звуки русского языка в разных позициях.

- «Скороговорка». Предложить повторить: «Карл у Клары украл кораллы» (упрощённый вариант).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Все звуки произносятся чётко и правильно, артикуляция свободная, дикция ясная.
2 балла	1–2 звука искажены или заменены, артикуляция напряжённая, дикция удовлетворительная.
1 балл	Многочисленные замены, пропуски, искажения звуков, неразборчивая речь, нарушения артикуляции.

2.3. Словарный запас

Цель: определить объём активного и пассивного словаря.

Материалы: Картинки по темам (животные, профессии, транспорт, овощи-фрукты).

Задания:

- «Назови всё, что знаешь». Показать тематическую картинку (например, «Зоопарк»), попросить назвать всех животных.

- «Что это?». Показать картинки редких предметов (топор, термометр, грабли). Оценить понимание.

- «Объясни слово». Попросить объяснить значение слов: «почему», «зачем», «дружба», «зависть».

Балл	Критерий оценки
3 балла	Богатый словарь (2000+ слов), использует прилагательные, наречия, сложные предложения, понимает абстрактные слова.
2 балла	Средний словарь (1500–2000 слов), преобладают существительные и глаголы, объясняет слова через действия.
1 балл	Бедный словарь (<1500 слов), односложные ответы, не понимает абстрактные понятия, замена слов жестами.

2.4. Грамматический строй речи

Цель: оценить овладение грамматическими категориями и синтаксисом.

Материалы: Картинки с сюжетами, куклы, предметы.

Задания:

- «Составь рассказ». Показать картинку с сюжетом (дети играют в мяч). Попросить составить рассказ из 3–5 предложений.
- «Множественное число». Положить 1 кубик — «кубик», добавить ещё — «кубики». Оценить образование форм.
- «Предлоги». Попросить положить кубик «на стол», «под стол», «за стол», «перед столом».

Балл	Критерий оценки
3 балла	Строит сложные предложения, правильно использует род, число, падеж, предлоги, согласование.
2 балла	Простые распространённые предложения, отдельные ошибки в согласовании, предлогах, окончаниях.
1 балл	Неполные предложения, грубые ошибки в грамматических формах, телеграфный стиль речи.

2.5. Фонематический анализ и синтез

Цель: оценить способность разложить слово на звуки и собрать из звуков.

Материалы: Схемы слов (кружочки, квадратики), картинки, палочки.

Задания:

- «Сколько звуков?». Показать картинку «дом». Ребёнок раскладывает столько палочек, сколько звуков в слове.
- «Первый звук». Назвать слово, попросить назвать первый звук.
- «Собери слово». Произнести звуки по отдельности: м-а-м-а. Ребёнок должен «собрать» слово.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Легко определяет количество звуков, первый/последний звук, собирает слово из звуков, оперирует схемой.
2 балла	Выполняет задания с опорой на схему, путает количество звуков в сложных словах, требует подсказок.
1 балл	Не понимает задание, не различает звуки и буквы, не может определить первый звук даже с помощью.

3. ВОСПИТАТЕЛЬ («Нейропрописи» — графомоторика, межполушарное взаимодействие)

№	ФИ ребенка	Графомоторные навыки		Межполушарное взаимодействие		Координация движений рук		Внимание и усидчивость	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

РАСШИФРОВКА БАЛЛОВ:

- 3 балла — высокий уровень развития (норма, показатель сформирован в полной мере);
- 2 балла — средний уровень развития (показатель формируется, наблюдаются отдельные недостатки);
- 1 балл — низкий уровень развития (показатель недостаточно сформирован, требует коррекции).

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

3. ВОСПИТАТЕЛЬ

Методика: «Нейропрописи» (графомоторика, межполушарное взаимодействие)

3.1. Графомоторные навыки

Цель: Оценить развитие мелкой моторики рук, координацию «глаз—рука».

Материалы: Карандаши, прописи, листы бумаги в клетку/линейку, ножницы, пластилин.

Задания:

- «Обведи по контуру». Предложить обвести простые фигуры (круг, квадрат, треугольник) по пунктирной линии.
- «Проведи линию». Соединить точки прямой линией, зигзагом, волной.
- «Вырежи по контуру». Вырезать круг из бумаги по намеченной линии.
- «Рисунок из точек». Соединить точки по номерам, получив картинку.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Линии ровные, точные, уверенные, без отрыва карандаша, аккуратный вырез.
2 балла	Линии в основном ровные, небольшие погрешности, вырез с небольшими заступами.
1 балл	Линии дрожащие, сильно выходят за контур, неточный вырез, смена рук во время работы.

3.2. Межполушарное взаимодействие

Цель: оценить согласованную работу обоих полушарий мозга.

Материалы: Мячи, обруч, палочки, картинки для зеркального рисования.

Задания:

- «Зеркальный рисунок». Ребёнок рисует левой рукой то, что показано правой рукой педагога (одновременно).
- «Хлопки в ладоши». Ритмические хлопки: правой—левой, обеими, поочерёдно.
- «Координация рук». Одновременно круговые движения руками: одна по часовой, другая против.
- «Перекатывание мяча». Перекатывать мяч между ладонями по кругу на столе.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Легко выполняет зеркальные движения, ритмичные хлопки, координированные движения обеих рук.
2 балла	Выполняет с небольшими запинками, теряет ритм, одна рука ведущая.
1 балл	Не может выполнить зеркальные движения, сильная асимметрия, доминирование одной руки, отказ от задания.

3.3. Координация движений рук

Цель: оценить точность и плавность движений кистей.

Материалы: Бусы, пуговицы, шнурки, конструктор мелкой моторики.

Задания:

- «Нанижи бусины». Нанизать 10 бусин на шнурок за 1 минуту.
- «Застегни пуговицу». Застегнуть пуговицу на рубашке (или на специальной доске).
- «Собери конструктор». Собрать модель из мелких деталей по образцу.
- «Пальчиковая гимнастика». Выполнить: «Ёжик» (пальцы сжаты в кулак, поочерёдно разжимаются).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Точные, плавные движения, быстро застёгивает, нанизывает, выполняет пальчиковую гимнастику чётко.
2 балла	Выполняет с небольшими затруднениями, медленно, иногда требует подсказок.
1 балл	Неуклюжие движения, не может застегнуть пуговицу, роняет бусины, отказывается от задания.

3.4. Внимание и усидчивость

Цель: оценить произвольное внимание и способность к длительной деятельности.

Материалы: Раскраски, пазлы, лабиринты, прописи.

Задания:

- «Найди отличия». Показать 2 почти одинаковые картинки, попросить найти 5 отличий.
- «Пройди лабиринт». Предложить простой лабиринт (время — до 5 минут).
- «Раскрась аккуратно». Раскрасить картинку, не выходя за контур (время — до 10 минут).
- «Посчитай». Попросить посчитать предметы на картинке (до 10), не пропуская.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Сосредоточен на задании 10–15 минут, внимателен, не отвлекается, выполняет аккуратно.
2 балла	Работает 5–7 минут, иногда отвлекается, допускает 1–2 ошибки, требует напоминаний.
1 балл	Не может сосредоточиться более 2–3 минут, постоянно отвлекается, многочисленные ошибки, бросает задание.

4. ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ («Методика оценки физического развития» — равновесие, координация, сила)

№	ФИ ребенка	Равновесие		Координация движений		Сила		Выносливость		Гибкость	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											

РАСШИФРОВКА БАЛЛОВ:

- 3 балла — высокий уровень развития (норма, показатель сформирован в полной мере);
- 2 балла — средний уровень развития (показатель формируется, наблюдаются отдельные недостатки);
- 1 балл — низкий уровень развития (показатель недостаточно сформирован, требует коррекции).

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

4. ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Методика: «Методика оценки физического развития» (равновесие, координация, сила)

4.1. Равновесие

Цель: оценить статическое и динамическое равновесие.

Материалы: Скамеечка, линия на полу, мяч, обруч.

Задания:

- «Стояние на одной ноге». Встать на одну ногу, руки на поясе, зафиксировать положение (время фиксации).
- «Ходьба по линии». Пройти по прямой линии (ширина 10 см), пятка к носку, руки в стороны.
- «Перешагивание». Перешагнуть через препятствие высотой 20 см, не задев его.
- «Журавль». Встать на одну ногу, другую согнуть в колене, руки в стороны — удерживать 5 сек.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Уверенно стоит на одной ноге 8+ сек, ровно ходит по линии, легко перешагивает, устойчив в позе «журавль».
2 балла	Стоит 4–7 сек, небольшие колебания при ходьбе по линии, касается препятствия при перешагивании.
1 балл	Не может удержать равновесие более 2 сек, сходит с линии, падает, не уверен в движениях.

4.2. Координация движений

Цель: оценить согласованность движений всего тела.

Материалы: Мяч, обруч, скакалка, конусы.

Задания:

- «Бросок мяча в цель». Бросить мяч в корзину (или круг) с расстояния 2 м. 5 попыток.
- «Прыжки через скакалку». Выполнить 5 прыжков через скакалку (или через линию).
- «Змейка». Оббежать 5 конусов (или предметов), двигаясь зигзагом.
- «Ловля мяча». Партнёр бросает мяч, ребёнок ловит двумя руками. 5 попыток.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Точные, плавные движения, попадает в цель 4–5 раз, уверенно прыгает, ловит мяч 4–5 раз.
2 балла	Неточные движения, попадает 2–3 раза, запинаясь при прыжках, ловит 2–3 раза.
1 балл	Неуклюжие движения, не попадает в цель, не может прыгнуть через скакалку, не ловит мяч.

4.3. Сила

Цель: оценить развитие мышечной силы.

Материалы: Гимнастическая стенка, скамья, мячи разного веса.

Задания:

- «Подтягивание». Повиснуть на перекладине и подтянуться (хотя бы раз).
- «Отжимание». Отжимание от пола (в упрощённой позе — с колен).
- «Прыжок в длину». Прыжок с места. Измерить длину.
- «Поднятие туловища». Лёжа на спине, поднять туловище, руки за головой.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Подтягивается 1+ раза, отжимается 3+ раза, прыжок в длину соответствует возрастной норме, легко поднимает туловище.
2 балла	Повисает на перекладине, отжимается 1–2 раза, прыжок чуть ниже нормы, поднимает туловище с трудом.
1 балл	Не может подтянуться, не отжимается, прыжок значительно ниже нормы, не поднимает туловище.

4.4. Выносливость

Цель: оценить способность выполнять физические упражнения длительное время.

Материалы: Секундомер, обруч, мяч.

Задания:

- «Бег на месте». Бег на месте с высоким подниманием колен (1 минута).
- «Прыжки на двух ногах». Прыжки на двух ногах по прямой (10 м).

- «Ходьба с приседаниями». Пройти 10 м с 5 приседаниями.
- «Обруч». Крутить обруч вокруг талии (время удержания).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Не устаёт за 1 минуту бега, легко выполняет прыжки и приседания, крутит обруч 20+ сек.
2 балла	Небольшая усталость к концу задания, замедляется темп, крутит обруч 5–15 сек.
1 балл	Быстро устаёт, не может выполнить задание до конца, сильно запыхался, не крутит обруч.

4.5. Гибкость

Цель: оценить подвижность суставов и эластичность мышц.

Материалы: Коврик, линейка, скамеечка.

Задания:

- «Наклон вперёд». Стоя, наклониться вперёд, коснуться пола ладонями (ноги прямые).
- «Мостик». Лёжа на спине, поднять таз, опираясь на стопы и ладони.
- «Растяжка ног». Сидя на полу, развести ноги в стороны, коснуться лбом пола между ногами.

- «Повороты». Стоя, повернуть туловище вправо-влево, руки в стороны.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Легко касается пола ладонями, уверенно выполняет «мостик», касается лбом пола, повороты на 90°.
2 балла	Касается пола кончиками пальцев, «мостик» неполный, наклон ограничен, повороты на 45°.
1 балл	Не может наклониться, «мостик» не получается, напряжённые мышцы, ограниченная подвижность.

5. МУЗЫКАЛЬНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ («Диагностика музыкального развития» - слух, ритм, вокал)

№	ФИ ребенка	Музыкальный слух		Чувство ритма		Вокальные данные		Музыкальная память		Эмоциональный отклик на музыку	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											

РАСШИФРОВКА БАЛЛОВ:

- 3 балла — высокий уровень развития (норма, показатель сформирован в полной мере);
- 2 балла — средний уровень развития (показатель формируется, наблюдаются отдельные недостатки);
- 1 балл — низкий уровень развития (показатель недостаточно сформирован, требует коррекции)

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

5. МУЗЫКАЛЬНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ

Методика: «Диагностика музыкального развития» (слух, ритм, вокал)

5.1. Музыкальный слух

Цель: оценить способность различать высоту, тембр, громкость звука.

Материалы: Фортепиано/синтезатор, металлофон, детские музыкальные инструменты.

Задания:

- «Высоко—низко». Педагог играет два звука. Ребёнок показывает руками: вверх — высокий, вниз — низкий.
- «Угадай инструмент». Проиграть на 3–4 инструментах (барабан, металлофон, бубен, маракас). Ребёнок называет или показывает.
- «Громко—тихо». Проиграть фрагмент громко и тихо. Ребёнок показывает картинками (большой/маленький круг).
- «Повтори мелодию». Проиграть простую мелодию из 3–4 нот. Ребёнок повторяет на металлофоне или напевает.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Легко различает высоту, тембр, громкость, точно повторяет мелодию, уверенно называет инструменты.
2 балла	Различает очевидные различия, иногда путает похожие звуки, повторяет мелодию с неточностями.
1 балл	Не различает высоту и тембр, не может повторить мелодию, не реагирует на изменение громкости.

5.2. Чувство ритма

Цель: оценить способность воспроизводить и чувствовать ритм.

Материалы: Барабан, палочки, музыкальное сопровождение.

Задания:

- «Повтори ритм». Педагог отбивает ритм (та-та-тата). Ребёнок повторяет. 5 ритмических фраз разной сложности.
- «Хлопни в такт». Включить музыку, ребёнок хлопает в такт.
- «Потопай». Потопать ногами в заданном ритме: топ—топ—пауза—топ.
- «Танец». Свободно двигаться под музыку, попадая в такт.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Точно повторяет ритм, уверенно попадает в такт, ритмично двигается, чувствует паузы.
2 балла	Повторяет простые ритмы, иногда сбивается, в основном попадает в такт, движения неритмичны.
1 балл	Не может повторить ритм, не попадает в такт, хаотичные движения, не чувствует паузы.

5.3. Вокальные данные

Цель: оценить тембр голоса, чистоту интонирования, диапазон.

Материалы: Фортепиано, ноты простых песенок.

Задания:

- «Спой с фортепиано». Педагог играет ноту до, ре-ми-фа. Ребёнок повторяет голосом. Оценить попадание в ноту.
- «Спой песенку». Попросить спеть известную песенку. Оценить тембр, чистоту, выразительность.
- «Голосовое эхо». Педагог поёт фразу, ребёнок «отзывается» тем же мотивом.
- «Громко—тихо». Спеть фразу громко, затем тихо, контролируя силу голоса.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Чистый тембр, точно попадает в ноту, широкий диапазон, выразительное исполнение, контролирует громкость.

2 балла	Приемлемый тембр, иногда «плавает» интонация, узкий диапазон, исполнение ровное, но бедное эмоционально.
1 балл	Неприятный тембр, фальшивит, говорит вместо пения, не контролирует громкость, отказывается петь.

5.4. Музыкальная память

Цель: оценить способность запоминать и воспроизводить музыкальные фрагменты.

Материалы: Фортепиано, аудиозаписи, картинки.

Задания:

- «Узнай мелодию». Проиграть начало известной песенки (3–4 ноты). Ребёнок называет песню.
- «Запомни и повтори». Проиграть мелодию из 4 нот 2 раза. Ребёнок воспроизводит на металлофоне или напевает.
- «Свяжи со звуком». Показать 3 картинки, каждая «поёт» свою мелодию. Затем проиграть мелодию — ребёнок указывает картинку.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Легко узнаёт мелодии, точно воспроизводит 4 ноты, связывает звук с образом.
2 балла	Узнаёт знакомые мелодии, воспроизводит 2–3 ноты, иногда путает картинки.
1 балл	Не узнаёт мелодии, не может воспроизвести даже 2 ноты, не связывает звук с образом.

5.5. Эмоциональный отклик на музыку

Цель: оценить способность эмоционально реагировать на музыку.

Материалы: Записи музыки разного характера (весёлая, грустная, торжественная, пугающая).

Задания:

- «Какая музыка?». Включить фрагменты разной музыки. Ребёнок выбирает картинку с соответствующей эмоцией.
- «Танец настроения». Танцевать под музыку, передавая её характер (радостная — прыжки, грустная — медленные движения).
- «Расскажи». После прослушивания попросить рассказать, что чувствовал при музыке.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Ярко реагирует на музыку, точно определяет настроение, разнообразно выражает эмоции движениями, вербализирует чувства.
2 балла	Реагирует умеренно, иногда путает настроение, движения однообразны, с трудом описывает чувства.
1 балл	Безразличен к музыке, не определяет настроение, отказывается двигаться, не может выразить эмоции.

6. ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (БАССЕЙН) («Протокол наблюдения в бассейне» - адаптация, координация, дыхание)

№	ФИ ребенка	Адаптация к воде		Координация движений в воде		Дыхательная гимнастика		Водная ориентация		Психозмоциональное состояние	
		сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май	сентябрь	май
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											

РАСШИФРОВКА БАЛЛОВ:

- 3 балла — высокий уровень развития (норма, показатель сформирован в полной мере);
- 2 балла — средний уровень развития (показатель формируется, наблюдаются отдельные недостатки);
- 1 балл — низкий уровень развития (показатель недостаточно сформирован, требует коррекции)

ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ И УПРАЖНЕНИЯ

6. ИНСТРУКТОР ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (БАССЕЙН)

Методика: «Протокол наблюдения в бассейне» (адаптация, координация движений)

6.1. Адаптация к воде

Цель: оценить психологическую и физиологическую готовность к водной среде.

Материалы: бассейн, надувные жилеты, круги, мячи, игрушки для воды.

Задания:

- «Коснись воды». Зайти в воду держась за поручень, выполнить движения руками по воде. Оценить реакцию.
- «Набери воды». Сложить ладони вместе «Ковшиком» зачерпнуть воды. Оценить реакцию.
- «Прыжки». Держась за поручень двумя руками попрыгать.
- «Ходьба по дну бассейна». Предложить пройти по дну бассейна держась одной рукой за поручень, а другой загибая воду. (уровень воды по пояс). Оценить эмоциональное состояние.
- «Брызги». Поплескаться водой руками, брызнуть на себя.

Балл	Критерий оценки
3 балла	Радостно реагирует на воду, активно плещается, легко погружается, не боится брызг.
2 балла	Осторожно подходит к воде, нуждается в поощрении, неуверенно, но выполняет задания.
1 балл	Страх воды, плач, отказ касаться воды, напряжение, дрожь, попытки уйти из бассейна.

6.2. Координация движений в воде

Цель: оценить способность контролировать тело в водной среде.

Материалы: бассейн, доска, мячи, обручи.

Задания:

- «Ходьба по дну». Пройти по дну бассейна, приседая, чтобы вода доходила до подбородка.
- «Перекачивание мяча». Перекачивать мяч по поверхности воды от себя к партнёру.
- «Повороты». Стоя в воде, повернуться на 360° без потери равновесия.
- «Прыжки». Прыжки от одного бортика до другого, помогая себе руками, сохранить равновесие

Балл	Критерий оценки
3 балла	Уверенно двигается, сохраняет равновесие, точно перекачивает мяч, легко прыгает, не боится.
2 балла	Двигается осторожно, иногда теряет равновесие, мяч уходит в сторону, прыгает с подготовкой.
1 балл	Неуверенно в воде, часто падает, не может контролировать мяч, отказывается прыгать, страх.

6.3. Дыхательная гимнастика

Цель: оценить овладение навыками правильного дыхания.

Материалы: мячи, плавательные игрушки.

Задания:

- «Подуй на игрушку». Положить на воду перед ребенком игрушку, нужно выполнить выдох ртом на поверхность воды, чтобы игрушка поплыла. Можно выполнять в парах, дети стоят друг к другу лицом. Дуют на игрушку по очереди. (руками не помогаем, только за счёт выдоха игрушка плывет)
- «Пузыри». Выполнить выдох в воду, пуская пузыри. Оценить контроль выдоха.
- «Шарик». Надуть воздушный шарик (небольшой). Оценить силу и контроль выдоха.
- «Задержка дыхания». Достать игрушку со дна бассейна. Задержать дыхание на 5–10 секунд (по команде).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Хороший продолжительный выдох, задерживает дыхание
2 балла	Неравномерный выдох, короткий выдох, задержка дыхания 3–5 сек.
1 балл	Сбивчивое дыхание, не может выполнить продолжительный выдох, не задерживает дыхание.

6.4. Водная ориентация

Цель: оценить понимание положения тела в воде и пространственную ориентацию.

Материалы: надувные жилеты, обручи, игрушки плавающие и тонущие, доски для плавания

Задания:

- «Найди игрушку». Попросить достать игрушки со дна бассейна, присесть под воду на задержке дыхания
- «Пройди в туннель ». Инструктор держит обруч вертикально, ребенку нужно пройти в обруч на задержке дыхания.
- «Ляг на спину». Лечь на спину в воде (с поддержкой инструктора). Оценить расслабление. Одной рукой держась за поручень.
- «Повернись». Стоя в воде, выполнить поворот на 180° (по команде).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Уверенно ориентируется, легко достаёт игрушку, расслабленно лежит на воде, точно поворачивается.
2 балла	Небольшие затруднения , напряжён , поворот с поправкой.
1 балл	Не может опустить лицо в воду, отказывается ложиться на воду, отказывается от заданий.

6.5. Психоэмоциональное состояние

Цель: оценить общее эмоциональное состояние ребёнка во время занятий в воде.

Материалы: лист наблюдений, шкала настроения (смайлики).

Задания:

- «Выбери смайлик». После занятия попросить выбрать смайлик, отражающий настроение (радостный, нейтральный, грустный).
- «Расскажи». Спросить, что понравилось/не понравилось на занятии.
- «Игра с партнёром». Поиграть в воде с другим ребёнком (перекидывать мяч). Оценить социальное взаимодействие.
- «Самостоятельное плавание». Дать возможность самостоятельно поплавать с плавательной доской (под контролем).

Балл	Критерий оценки
3 балла	Радостное настроение, активно участвует, легко взаимодействует с партнёром, уверенно плавает с плавательной доской.
2 балла	Нейтральное настроение, участвует под руководством, осторожно взаимодействует, нуждается в поддержке.
1 балл	Негативное настроение, плач, отказ от игры, избегает контакта с партнёром, страх, агрессия.

ИТОГОВАЯ ШКАЛА ОЦЕНКИ

Общая расшифровка баллов для всех специалистов:

Балл	Уровень развития	Рекомендации
3 балла	Высокий уровень (норма)	Поддерживающие занятия, развивающие игры, расширение круга умений.
2 балла	Средний уровень (формируется)	Коррекционно-развивающие занятия, закрепление навыков, индивидуальные задания.
1 балл	Низкий уровень (требуется коррекция)	Индивидуальный коррекционный маршрут, консультация специалистов, интенсивная работа.

Примечание: Диагностика проводится в начале (сентябрь) и в конце (май) реализации программы. Результаты фиксируются в индивидуальных картах, на их основе составляются индивидуальные маршруты и коррекционные рекомендации.

Календарно-тематическое планирование (КТП)

Педагог-психолог (формы: подгрупповая / индивидуальная)

Месяц (общая тема)	Неделя	Подтема занятия	Цель занятия
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	1	Знакомство с правилами занятий. Диагностика эмоционального состояния.	Создать эмоционально комфортную среду, выявить уровень тревожности.
	2	Игры на снятие психоэмоционального напряжения.	Научить детей приёмам саморегуляции (дыхание, расслабление).
	3	Развитие эмоционального интеллекта. Распознавание эмоций.	Формировать умение распознавать и называть базовые эмоции у себя и других.
	4	Адаптация к группе. Диагностика межличностных отношений.	Выявить статус ребёнка в группе, скорректировать адаптацию.
Октябрь Дыхательная культура	1	Дыхательные техники для самоуспокоения.	Сформировать навык диафрагмального дыхания.
	2	Связь дыхания и эмоционального состояния.	Научить использовать дыхание для регуляции аффекта.
	3	Дыхательные игры с артикуляционным выдохом.	Развивать произвольное регулирование дыхательных движений.
	4	Комплексная релаксация с дыхательным сопровождением.	Закрепить навыки дыхательной саморегуляции.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	1	Диагностика межполушарного взаимодействия.	Определить уровень развития межполушарных связей.
	2	Пальчиковые игры и нейропрописи.	Развивать мелкую моторику и межполушарное взаимодействие.
	3	Кинезиологические упражнения «Кросс-моторика».	Активизировать работу мозолистого тела.
	4	Рисование и лепка двумя руками.	Развивать пространственное планирование и межполушарную передачу.
Декабрь Зрительное восприятие	1	Диагностика зрительного внимания и восприятия.	Выявить уровень развития зрительно-моторной координации.
	2	Глазодвигательные тренинги.	Улучшить произвольную регуляцию движений глаз.
	3	Игры на развитие зрительной памяти.	Повысить объём и устойчивость зрительного внимания.
	4	Пространственные конструкции и пазлы.	Развивать пространственное мышление и конструктивные навыки.

Январь Крупная моторика	1	Диагностика проприоцептивной чувствительности и равновесия.	Определить уровень развития координации и равновесия.
	2	Телесно-ориентированные упражнения.	Развивать телесную схему и проприоцепцию.
	3	Игры на развитие равновесия и пространственной ориентировки.	Улучшить устойчивость в статических и динамических позах.
	4	Комплексное упражнение на координацию движений.	Закрепить навыки координации крупной моторики.
Февраль Речевое развитие	1	Диагностика коммуникативных навыков.	Оценить уровень сформированности коммуникативных компетенций.
	2	Развитие активного слушания и понимания обращённой речи.	Формировать навыки эмпатийного слушания.
	3	Игры на развитие речевой инициативы.	Стимулировать речевую активность в коммуникации.
	4	Ролевые игры на социальное взаимодействие.	Развивать навыки сотрудничества и разрешения конфликтов.
Март Познавательные процессы	1	Диагностика внимания и памяти.	Определить уровень развития произвольного внимания и оперативной памяти.
	2	Тренинг произвольного внимания.	Улучшить концентрацию и переключаемость внимания.
	3	Игры на развитие логического мышления.	Формировать анализ, синтез, сравнение.
	4	Развитие образного мышления и памяти.	Повысить объём зрительной и слуховой памяти.
Апрель Творческая саморегуляция	1	Диагностика уровня творческих способностей.	Выявить индивидуальные творческие потенциалы.
	2	Арт-терапевтические техники саморегуляции.	Научить детей использовать творчество для эмоциональной разрядки.
	3	Коллективное творческое дело.	Развивать навыки сотрудничества через творческую деятельность.
	4	Игры на развитие лидерства и ответственности.	Формировать социально значимые качества личности.
Май Комплексное закрепление	1	Повторная диагностика эмоционально-волевой сферы.	Оценить динамику психоэмоционального развития.
	2	Комплексное нейropsychологическое обследование.	Оценить динамику высших психических функций.
	3	Итоговая диагностика коммуникативных навыков.	Оценить динамику социализации.
	4	Подведение итогов. Составление рекомендаций.	Сформировать прогноз и рекомендации на следующий период.

Логопед (формы: подгрупповая / индивидуальная)

Месяц (общая тема)	Неделя	Подтема занятия	Цель занятия
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	1	Диагностика речевого развития (ФР, звукопроизношение, словарь, грамматика).	Определить уровень речевого развития.
	2	Игры на снятие речевого напряжения.	Создать положительный эмоциональный фон речевой деятельности.
	3	Артикуляционная гимнастика в игровой форме.	Сформировать правильный артикуляционный уклад.
	4	Логоритмика для эмоциональной разрядки.	Снять мышечное напряжение артикуляционного аппарата.
Октябрь Дыхательная культура	1	Диагностика речевого дыхания.	Определить уровень сформированности речевого выдоха.
	2	Дыхательные упражнения для развития речевого выдоха.	Увеличить объём и силу выдоха.
	3	Связь дыхания и голоса. Голосовые игры.	Научить управлять силой голоса через дыхание.
	4	Дыхательно-голосовые упражнения со звукоподражанием.	Закрепить навыки речевого дыхания.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	1	Диагностика фонематического восприятия и артикуляционной моторики.	Выявить уровень звукового анализа и моторики артикуляционного аппарата.
	2	Пальчиковые игры с речевым сопровождением.	Развивать межполушарное взаимодействие через артикуляцию и моторику.
	3	Артикуляционная гимнастика с элементами кинезиологии.	Улучшить подвижность артикуляционного аппарата.
	4	Игры на развитие фонематического слуха и зрительного анализа звуков.	Формировать звуковой анализ и синтез.
Декабрь Зрительное восприятие	1	Диагностика зрительного восприятия речевого материала.	Оценить уровень зрительно-образного компонента речи.
	2	Игры на развитие зрительной памяти слов и предложений.	Улучшить запоминание речевых конструкций.
	3	Глазодвигательные упражнения с чтением/называнием.	Сформировать устойчивость зрительного внимания при речевой деятельности.
	4	Пространственная ориентация в речи (схемы предложений, опоры).	Развивать пространственные представления в речевой деятельности.
Январь Крупная моторика	1	Диагностика общей моторики и её связи с речью.	Определить уровень рече-двигательной координации.
	2	Логоритмика с элементами крупной моторики.	Развивать ритмико-интонационную сторону речи через движение.

	3	Игры на координацию движений и речи.	Улучшить согласованность речи и движения.
	4	Комплексное упражнение «Речь и тело».	Закрепить навыки рече-двигательной координации.
Февраль Речевое развитие	1	Диагностика лексико-грамматического строя речи.	Оценить уровень словаря и грамматики.
	2	Игры на обогащение словаря.	Активизировать словарь детей.
	3	Формирование грамматического строя речи.	Улучшить согласование слов в предложении.
	4	Развитие связной речи. Рассказывание по картинкам.	Формировать монологическую речь.
Март Познавательные процессы	1	Диагностика фонематического анализа и синтеза.	Определить уровень звуковой культуры.
	2	Игры на развитие фонематического слуха.	Улучшить дифференциацию звуков.
	3	Упражнения на развитие звукового анализа и синтеза.	Формировать умение выделять звуки в слове.
	4	Подготовка к звуковому анализу (для старших).	Заложить основы звуко-буквенного анализа.
Апрель Творческая саморегуляция	1	Диагностика творческой речи.	Оценить уровень развития творческих речевых навыков.
	2	Игры на развитие творческого воображения в речи.	Стимулировать образное словотворчество.
	3	Сюжетно-ролевые игры с речевым сопровождением.	Развивать диалогическую речь и социализацию.
	4	Терапевтические сказки.	Использовать речь как средство эмоциональной разрядки.
Май Комплексное закрепление	1	Повторная диагностика речевого развития.	Оценить динамику речевых показателей.
	2	Комплексное обследование звукопроизношения.	Оценить динамику звукопроизносительной стороны речи.
	3	Итоговая диагностика фонематических процессов.	Оценить уровень звуковой культуры.
	4	Составление рекомендаций для родителей.	Сформировать домашнюю программу на лето.

Воспитатель (формы: фронтальная / подгрупповая)

Месяц (общая тема)	Неделя	Подтема занятия	Цель занятия
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	1	Знакомство с режимом дня. Игры на установление контакта.	Адаптировать детей к условиям ДООУ, снизить тревожность.
	2	Игры на развитие доверия к взрослому.	Сформировать безопасную привязанность.
	3	Развитие эмоциональной отзывчивости.	Формировать эмпатию и эмоциональную чуткость.
	4	Наблюдение за эмоциональным состоянием детей.	Выявить детей, нуждающихся в психологической поддержке.
Октябрь Дыхательная культура	1	Дыхательные игры в повседневной жизни (утренняя гимнастика).	Включить дыхательные упражнения в режим.
	2	Игры с воздушными шариками, мыльными пузырями.	Развивать речевое дыхание в игре.
	3	Дыхательные упражнения перед сном/тихим часом.	Научить детей самостоятельно расслабляться.
	4	Интеграция дыхательной гимнастики в режимные моменты.	Закрепить навыки дыхательной саморегуляции.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	1	Пальчиковые игры в режимных моментах.	Развивать мелкую моторику и межполушарное взаимодействие.
	2	Игры с мелким материалом (камушки, бусины, пуговицы).	Улучшить координацию движений пальцев.
	3	Нейропрописи и рисование в свободной деятельности.	Развивать графомоторные навыки.
	4	Дидактические игры на развитие межполушарного взаимодействия.	Закрепить навыки работы двумя руками.
Декабрь Зрительное восприятие	1	Игры на развитие зрительного внимания (найди отличия).	Развивать концентрацию зрительного внимания.
	2	Игры на развитие зрительной памяти (запомни и покажи).	Улучшить объём и устойчивость зрительной памяти.
	3	Глазодвигательные упражнения в повседневной жизни.	Сформировать навыки произвольной регуляции движений глаз.
	4	Конструирование и пазлы в свободной деятельности.	Развивать пространственное мышление.
Январь Крупная моторика	1	Игры на развитие равновесия и координации (ходьба по бревну).	Улучшить устойчивость в статических и динамических позах.
	2	Подвижные игры с элементами ориентировки в пространстве.	Развивать пространственную ориентировку.

	3	Телесно-ориентированные игры (зеркало, робот).	Развивать телесную схему и проприоцепцию.
	4	Комплексная подвижная игра на координацию.	Закрепить навыки координации крупной моторики.
Февраль Речевое развитие	1	Игры на развитие диалогической речи.	Стимулировать речевую активность в общении.
	2	Развитие словаря через предметно-игровую деятельность.	Активизировать словарь детей.
	3	Игры на развитие связной речи (рассказы по картинкам).	Формировать монологическую речь.
	4	Сюжетно-ролевые игры на социальное взаимодействие.	Развивать коммуникативные навыки.
Март Познавательные процессы	1	Игры на развитие внимания (найди, запомни).	Развивать произвольное внимание.
	2	Игры на развитие памяти (что изменилось).	Улучшить объём и устойчивость памяти.
	3	Игры на развитие мышления (сравни, классифицируй).	Формировать логические операции.
	4	Дидактические игры на развитие образного мышления.	Развивать творческое мышление.
Апрель Творческая саморегуляция	1	Игры на развитие творческого воображения.	Стимулировать творческую активность.
	2	Арт-терапевтические занятия (рисование, лепка).	Использовать творчество для эмоциональной разрядки.
	3	Коллективное творческое дело (аппликация, конструирование).	Развивать навыки сотрудничества.
	4	Игры на развитие самостоятельности и ответственности.	Формировать социально значимые качества.
Май Комплексное закрепление	1	Повторная диагностика речевого развития.	Оценить динамику речевых показателей.
	2	Комплексная диагностика познавательных процессов.	Оценить динамику внимания, памяти, мышления.
	3	Итоговая диагностика коммуникативных навыков.	Оценить динамику социализации.
	4	Подведение итогов. Составление рекомендаций.	Сформировать прогноз и рекомендации на следующий период.

Инструктор по физической культуре (формы: фронтальная / подгрупповая)

Месяц (общая тема)	Неделя	Подтема занятия	Цель занятия
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	1	Диагностика физического развития и готовности к нагрузкам.	Определить уровень физической подготовленности и выявить противопоказания.
	2	Игры на снятие мышечного напряжения. Растяжка.	Создать положительный эмоциональный фон физической деятельности.
	3	Игры на развитие доверия и взаимодействия в группе.	Формировать навыки социального взаимодействия через движение.
	4	Адаптационные физические упражнения низкой интенсивности.	Адаптировать детей к физическим нагрузкам.
Октябрь Дыхательная культура	1	Дыхательная гимнастика в движении.	Сформировать навык координированного дыхания при движении.
	2	Бег с дыхательным ритмом.	Развивать выносливость и регуляцию дыхания.
	3	Игры с мячом с элементами дыхательного контроля.	Улучшить координацию движений и дыхания.
	4	Комплексная гимнастика с дыхательными упражнениями.	Закрепить навыки дыхательной регуляции в движении.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	1	Диагностика координации и межполушарного взаимодействия.	Определить уровень развития координации движений.
	2	Упражнения на развитие межполушарного взаимодействия (перекрёстное марширование).	Активизировать работу мозолистого тела.
	3	Игры с мячом, требующие перекрёстных движений.	Развивать координацию и межполушарное взаимодействие.
	4	Комплексное упражнение на координацию и равновесие.	Закрепить навыки межполушарной координации.
Декабрь Зрительное восприятие	1	Диагностика зрительно-моторной координации.	Определить уровень развития зрительно-моторной координации.
	2	Игры на метание, ловлю, наведение (визуальный контроль).	Улучшить точность движений под визуальным контролем.
	3	Упражнения на развитие пространственной ориентировки.	Развивать пространственные представления в движении.
	4	Комплексная игра на зрительно-моторную координацию.	Закрепить навыки зрительно-моторной координации.
Январь Крупная моторика	1	Диагностика равновесия, координации, силы.	Определить уровень развития крупной моторики.
	2	Упражнения на развитие равновесия (ходьба по бревну, балансир).	Улучшить устойчивость в статических и динамических позах.
	3	Игры на развитие координации и ловкости.	Развивать координацию движений.

	4	Комплексная подвижная игра на крупную моторику.	Закрепить навыки координации крупной моторики.
Февраль Речевое развитие	1	Игры с речевым сопровождением (считалки, догонялки со словами).	Стимулировать речевую активность в движении.
	2	Логоритмика. Движение под счёт и стих.	Развивать ритмико-интонационную сторону речи через движение.
	3	Игры на координацию движений и речи.	Улучшить согласованность речи и движения.
	4	Комплексная игра «Речь и тело».	Закрепить навыки рече-двигательной координации.
Март Познавательные процессы	1	Игры на развитие внимания (стоп-игра, команды).	Развивать произвольное внимание в движении.
	2	Игры на развитие памяти (запомни последовательность).	Улучшить объём и устойчивость памяти.
	3	Игры на развитие мышления (ориентирование на местности).	Формировать пространственное мышление.
	4	Комплексная игра на познавательные процессы.	Закрепить навыки внимания, памяти, мышления в движении.
Апрель Творческая саморегуляция	1	Игры на развитие творческого воображения в движении.	Стимулировать творческую активность.
	2	Танцевально-двигательные импровизации.	Использовать движение для эмоциональной разрядки.
	3	Коллективные подвижные игры.	Развивать навыки сотрудничества.
	4	Игры на развитие самостоятельности и ответственности.	Формировать социально значимые качества.
Май Комплексное закрепление	1	Повторная диагностика физического развития.	Оценить динамику физических показателей.
	2	Комплексная диагностика координации и равновесия.	Оценить динамику крупной моторики.
	3	Итоговая диагностика выносливости и силы.	Оценить динамику физической подготовленности.
	4	Подведение итогов. Составление рекомендаций.	Сформировать прогноз и рекомендации на следующий период.

Музыкальный руководитель (формы: фронтальная / подгрупповая)

Месяц (общая тема)	Неделя	Подтема занятия	Цель занятия
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	1	Музыкальная диагностика (слуховое восприятие, эмоциональная реакция на музыку).	Определить уровень музыкального развития и эмоционального состояния.
	2	Музыкальные игры на снятие напряжения (звуковой массаж, шумовые инструменты).	Создать эмоционально комфортную среду.
	3	Игры на распознавание эмоций через музыку (весёлая, грустная, страшная музыка).	Формировать эмоциональный интеллект.
	4	Музыкальные игры на адаптацию к группе (хороводы, круговые танцы).	Адаптировать детей к групповой деятельности.
Октябрь Дыхательная культура	1	Дыхательные упражнения под музыкальное сопровождение.	Сформировать навык диафрагмального дыхания в музыкальной деятельности.
	2	Пение с дыхательным контролем (длинные фразы, паузы).	Развивать речевое дыхание через пение.
	3	Игры на развитие голоса (голосовая гимнастика, звукоподражание).	Улучшить силу, тембр и диапазон голоса.
	4	Музыкально-дыхательная релаксация.	Закрепить навыки дыхательной саморегуляции через музыку.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	1	Диагностика музыкально-ритмических способностей.	Определить уровень ритмического развития.
	2	Ритмические упражнения с элементами кросс-моторики.	Активизировать межполушарное взаимодействие через ритм.
	3	Игры на музыкальных инструментах с перекрёстными движениями.	Развивать координацию и межполушарные связи.
	4	Танцевальные движения с перекрёстной координацией.	Закрепить навыки межполушарной координации в движении.
Декабрь Зрительное восприятие	1	Диагностика зрительно-слухового восприятия.	Оценить уровень аудиовизуальной координации.
	2	Музыкальные игры на развитие зрительного внимания (сledi за дирижёром).	Улучшить произвольную регуляцию внимания.
	3	Игры на развитие зрительной памяти (запомни мелодию и картинку).	Повысить объём зрительно-слуховой памяти.
	4	Пространственные музыкальные игры (где звук?).	Развивать пространственное слуховое восприятие.
Январь Крупная моторика	1	Диагностика музыкально-двигательных способностей.	Определить уровень музыкально-ритмической координации.
	2	Танцевальные упражнения на развитие равновесия.	Улучшить устойчивость в движении под музыку.

	3	Подвижные игры с музыкальным сопровождением.	Развивать координацию крупной моторики.
	4	Комплексная музыкально-ритмическая игра.	Закрепить навыки музыкально-двигательной координации.
Февраль Речевое развитие	1	Диагностика вокальных способностей.	Оценить уровень вокального развития.
	2	Пение с артикуляционной гимнастикой.	Развивать артикуляционный аппарат через пение.
	3	Ритмические игры со словами и считалками.	Стимулировать речевую активность через ритм.
	4	Музыкальные сюжетно-ролевые игры.	Развивать диалогическую речь и социализацию.
Март Познавательные процессы	1	Диагностика музыкального внимания и памяти.	Определить уровень музыкальных познавательных процессов.
	2	Игры на развитие музыкального внимания (узнай инструмент).	Улучшить концентрацию внимания.
	3	Игры на развитие музыкальной памяти (запомни мелодию).	Повысить объём музыкальной памяти.
	4	Игры на развитие музыкального мышления (сравни, найди отличия).	Формировать анализ и сравнение в музыкальной деятельности.
Апрель Творческая саморегуляция	1	Диагностика творческих музыкальных способностей.	Выявить индивидуальные творческие потенциалы.
	2	Импровизация на музыкальных инструментах.	Стимулировать творческую активность.
	3	Коллективное музыкальное творчество (оркестр, хор).	Развивать навыки сотрудничества.
	4	Музыкальная арт-терапия.	Использовать музыку для эмоциональной разрядки.
Май Комплексное закрепление	1	Повторная диагностика музыкального развития.	Оценить динамику музыкальных показателей.
	2	Комплексная диагностика ритмических способностей.	Оценить динамику ритмического развития.
	3	Итоговая диагностика вокальных способностей.	Оценить динамику вокального развития.
	4	Подведение итогов. Составление рекомендаций.	Сформировать прогноз и рекомендации.

ИФК (бассейн) (формы: подгрупповая / фронтальная)

Месяц (общая тема)	Неделя	Подтема занятия	Цель занятия
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	1	Диагностика готовности к занятиям в бассейне.	Определить уровень адаптации и выявить противопоказания.
	2	Знакомство с правилами безопасности в бассейне.	Сформировать представления о безопасном поведении
	3	Игры на снятие напряжения на мягких ковриках.	Создать эмоционально комфортную среду.
	4	Адаптационные упражнения низкой интенсивности на ковриках.	Адаптировать детей к нагрузкам в бассейне.
Октябрь Дыхательная культура	1	Дыхательная гимнастика в положении лёжа на коврике.	Сформировать навык диафрагмального дыхания.
	2	Дыхательные упражнения с мягкими мячами (выдох на мяч).	Развивать силу и объём выдоха.
	3	Имитация плавательных движений с дыхательным ритмом на суше	Научить координировать дыхание с движениями.
	4	Комплексная дыхательная гимнастика в бассейне.	Закрепить навыки дыхательной регуляции.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	1	Диагностика координации в бассейне.	Определить уровень развития координации в воде
	2	Упражнения на перекрёстную координацию на суше и в воде	Активизировать работу мозолистого тела.
	3	Игры с маленькими мячами, требующие перекрёстных движений.	Развивать межполушарное взаимодействие.
	4	Упражнения на координацию движений в бассейне.	Закрепить навыки межполушарной координации.
Декабрь Зрительное восприятие	1	Диагностика зрительно-моторной координации в бассейне.	Оценить уровень координации в воде
	2	Упражнения на метание и ловлю мягких мячей с визуальным контролем.	Улучшить точность движений.
	3	Игры на пространственную ориентировку в воде	Развивать пространственные представления.
	4	Комплексная игра на зрительно-моторную координацию.	Закрепить навыки зрительно-моторной координации.
Январь Крупная моторика	1	Диагностика крупной моторики в бассейне.	Определить уровень развития крупной моторики.
	2	Имитация плавательных стилей на груди (кроль на спине) на суше и в воде	Развивать координацию крупной моторики.
	3	Упражнения на равновесие и координацию на мягком покрытии.	Улучшить устойчивость и ловкость.
	4	Комплексная аквааэробика на суше и в воде	Закрепить навыки крупной моторики.
Февраль Речевое развитие	1	Игры с речевым сопровождением в бассейне.	Стимулировать речевую активность.
	2	Считалки и потешки в движении	Развивать ритмико-интонационную сторону речи.
	3	Игры на координацию движений и речи в воде	Улучшить согласованность речи и движения.
	4	Комплексная игра «Речь и движение» в воде.	Закрепить навыки рече-двигательной координации.
Март Познавательные процессы	1	Игры на внимание в бассейне (стоп-игра).	Развивать произвольное внимание.
	2	Игры на память (запомни последовательность движений).	Улучшить объём и устойчивость памяти.
	3	Игры на мышление (ориентирование).	Формировать пространственное мышление.
	4	Комплексная игра на познавательные процессы.	Закрепить навыки внимания, памяти, мышления.
Апрель Творческая саморегуляция	1	Игры на творческое воображение в движении в воде.	Стимулировать творческую активность.
	2	Танцевально-двигательные импровизации в воде.	Использовать движение для эмоциональной разрядки.
	3	Подвижные игры на закрепление плавательных умений .	Развивать навыки сотрудничества.

		(скольжение, ныряние, выдох в воду)	
	4	Игры на развитие самостоятельности и ответственности.	Формировать социально значимые качества.
Май Комплексное закрепление	1	Повторная диагностика в бассейне.	Оценить динамику физических показателей.
	2	Комплексная диагностика координации и равновесия.	Оценить динамику крупной моторики.
	3	Итоговая диагностика выносливости и силы.	Оценить динамику физической подготовленности.
	4	Подведение итогов. Составление рекомендаций.	Сформировать прогноз и рекомендации на следующий период.

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

Педагог-психолог

Месяц (общая тема)	Форма работы	Содержание	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Анкетирование, консультация	Анкета «Эмоциональное состояние ребёнка в семье». Консультация «Адаптация к ДОУ: как помочь ребёнку».	Выявить семейный запрос, снизить тревожность родителей.
Октябрь Дыхательная культура	Консультация-практикум	«Дыхательная саморегуляция дома»: обучение приёмам диафрагмального дыхания, визуальные схемы.	Сформировать навыки дыхательной регуляции в семье.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Семейная нейроигра	«Пальчиковые игры и нейропрописи»: мастер-класс для родителей по выполнению упражнений с ребёнком.	Развивать мелкую моторику и межполушарное взаимодействие в семье.
Декабрь Зрительное восприятие	Консультация	«Зрительное восприятие в быту»: рекомендации по играм на внимание, пространственные игры дома.	Повысить зрительно-моторную координацию в домашних условиях.
Январь Крупная моторика	Тренинг	«Телесная схема ребёнка»: упражнения на проприоцепцию, массажные дорожки дома.	Развивать телесную схему и проприоцепцию.
Февраль Речевое развитие	Консультация	«Как развивать речь дома»: рекомендации по активному слушанию, диалогу, расширению словаря.	Активизировать речевое развитие в семье.
Март Познавательные процессы	Семейная нейроигра	«Игры на внимание и память»: настольные игры, мнемотехники для дошкольников.	Улучшить произвольное внимание и память.
Апрель Творческая саморегуляция	Арт-терапия для семьи	Совместное арт-занятие «Творчество для эмоциональной разрядки» (рисование, лепка).	Научить использовать творчество для саморегуляции.
Май Комплексное закрепление	Итоговая консультация	Анализ динамики, составление индивидуальных рекомендаций на летний период.	Сформировать прогноз и домашнюю программу.

Учитель-логопед

Месяц (общая тема)	Форма работы	Содержание	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Анкетирование, консультация	Анкета «Речевое развитие в семье». Консультация «Нормы речевого развития и ТНР».	Определить уровень речевого развития и семейный запрос.
Октябрь Дыхательная культура	Мастер-класс	«Речевое дыхание дома»: упражнения с шариками, свечами-имитацией, ветрячками.	Увеличить объём и силу выдоха в домашних условиях.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Консультация-практикум	«Пальчиковые игры для речи»: обучение пальчиковой гимнастике с речевым сопровождением.	Развивать межполушарное взаимодействие через артикуляцию.
Декабрь Зрительное восприятие	Консультация	«Зрительная память и чтение»: рекомендации по чтению вслух, схемы-предложения.	Развивать зрительно-образный компонент речи.
Январь Крупная моторика	Консультация	«Речь и движение»: логоритмика дома, согласование речи и движения.	Улучшить рече-двигательную координацию.
Февраль Речевое развитие	Мастер-класс	«Обогащение словаря»: игры с предметными картинками, сюжетные полотна, рассказы.	Активизировать словарь детей в семье.
Март Познавательные процессы	Консультация	«Фонематический слух дома»: дифференциация звуков, звуковой анализ слов.	Заложить основы звуковой культуры.
Апрель Творческая саморегуляция	Консультация	Работа над развитием связной речи с помощью плоскостного театра	Развивать диалогическую речь и социализацию.
Май Комплексное закрепление	Итоговая консультация	Анализ динамики речевых показателей. Домашняя программа на лето.	Сформировать рекомендации для летнего периода.

Воспитатель

Месяц (общая тема)	Форма работы	Содержание	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Родительское собрание	«Адаптация к ДОУ». Наблюдение за эмоциональным состоянием. Рекомендации по режиму.	Адаптировать детей к условиям ДОУ, снизить тревожность.
Октябрь Дыхательная культура	Рекомендации, консультация	«Дыхательные игры в режиме»: включение дыхательных упражнений в утреннюю гимнастику, перед сном.	Закрепить навыки дыхательной саморегуляции в режиме.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Консультация	«Мелкая моторика в быту»: игры с камушками, бусинами, пуговицами, рисование двумя руками.	Развивать мелкую моторику и межполушарное взаимодействие.
Декабрь Зрительное восприятие	Выставка, консультация	Выставка поделок. Консультация «Внимание и память в играх» (найди отличия, запомни).	Развивать зрительное внимание и память.
Январь Крупная моторика	Консультация	«Безопасность и равновесие дома»: ходьба по «бревну» (линии на полу), подвижные игры.	Улучшить координацию и равновесие в домашних условиях.
Февраль Речевое развитие	Мастер-класс	«Диалогическая речь в семье»: приёмы развития диалога, активное слушание.	Стимулировать речевую активность в общении.
Март Познавательные процессы	Консультация	«Игры на мышление»: сравнение, классификация, сортировка в бытовой деятельности.	Формировать логические операции.
Апрель Творческая саморегуляция	Коллективное творческое дело с родителями	Совместная аппликация/конструирование «Наш город/лес». Арт-терапевтические техники.	Развивать навыки сотрудничества через творчество.
Май Комплексное закрепление	Итоговое собрание	Анализ динамики. Составление рекомендаций на следующий период (лето).	Сформировать прогноз развития ребёнка.

Инструктор по физической культуре

Месяц (общая тема)	Форма работы	Содержание	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Анкетирование + консультация	Анкета «Физическая активность ребёнка дома». Консультация «Физическая активность и здоровье».	Определить уровень физической подготовленности в семье.
Октябрь Дыхательная культура	Мастер-класс	«Дыхательная гимнастика с родителями»: обучение дыханию в движении, бег с ритмом.	Сформировать навык координированного дыхания.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Консультация	«Межполушарные упражнения дома»: перекрёстное марширование, игры с мячом.	Активизировать работу мозолистого тела.
Декабрь Зрительное восприятие	Консультация	«Зрительно-моторная координация»: метание в цель, ловля мяча, игры с визуальным контролем.	Улучшить точность движений под визуальным контролем.
Январь Крупная моторика	Консультация	«Равновесие дома»: упражнения на баланс, ходьба по линии, статические позы.	Улучшить устойчивость в статических и динамических позах.
Февраль Речевое развитие	Мастер-класс	«Речь и движение»: считалки, догонялки со словами, логоритмика в семье.	Закрепить навыки речевой двигательной координации.
Март Познавательные процессы	Консультация	«Подвижные игры на внимание»: стоп-игра, команды, ориентирование на местности.	Развивать произвольное внимание в движении.
Апрель Творческая саморегуляция	Семейная спортивная эстафета	Совместные подвижные игры, танцевально-двигательные импровизации.	Развивать навыки сотрудничества и эмоциональную разрядку.
Май Комплексное закрепление	Итоговая консультация	Анализ динамики физических показателей. Рекомендации на лето.	Сформировать прогноз физического развития.

Музыкальный руководитель

Месяц (общая тема)	Форма работы	Содержание	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Анкетирование, консультация	Анкета «Музыкальное развитие и эмоции». Консультация «Музыка и эмоциональное благополучие».	Определить уровень музыкального развития и эмоционального состояния.
Октябрь Дыхательная культура	Мастер-класс	«Дыхание через пение»: длинные фразы, паузы, диафрагмальное дыхание под музыку.	Сформировать навык диафрагмального дыхания в музыкальной деятельности.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Консультация	«Ритм в семье»: ритмические упражнения, игры на музыкальных инструментах.	Развивать ритмическое развитие и межполушарные связи.
Декабрь Зрительное восприятие	Консультация	«Музыкальное внимание»: игры «следи за дирижёром», запомни мелодию и картинку.	Улучшить аудиовизуальную координацию.
Январь Крупная моторика	Консультация	«Танцы дома»: танцевальные упражнения на равновесие, подвижные игры с музыкой.	Улучшить музыкально-двигательную координацию.
Февраль Речевое развитие	Мастер-класс	«Пение и артикуляция»: пение с артикуляционной гимнастикой, ритмические игры со словами.	Развивать артикуляционный аппарат через пение.
Март Познавательные процессы	Консультация	«Музыкальные игры на память»: узнай инструмент, запомни мелодию, сравнение.	Повысить объём музыкальной памяти и внимания.
Апрель Творческая саморегуляция	Музыкальный досуг	Коллективное музыкальное творчество: оркестр, хор, импровизация.	Развивать навыки сотрудничества и творческую активность.
Май Комплексное закрепление	Итоговая консультация	Анализ динамики музыкальных показателей. Рекомендации на лето.	Сформировать прогноз музыкального развития.

ИФК (бассейн)

Месяц (общая тема)	Форма работы	Содержание	Цель
Сентябрь Психозэмоциональная адаптация	Анкетирование, консультация	Анкета «Готовность к занятиям в бассейне». Консультация «Правила поведения в бассейне».	Определить уровень адаптации и выявить противопоказания.
Октябрь Дыхательная культура	Консультация-практикум	«Дыхание в положении лёжа»: обучение родителей дыхательным упражнениям на коврике.	Сформировать навык диафрагмального дыхания дома.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Мастер-класс	«Координация дома»: перекрёстные движения в положении лёжа/сидя, игры с мячом.	Развивать межполушарное взаимодействие.
Декабрь Зрительное восприятие	Консультация	«Игры с мячом»: метание, ловля, визуальный контроль на мягком покрытии/коврике.	Улучшить зрительно-моторную координацию.
Январь Крупная моторика	Консультация	«Плавание на суше дома»: имитация плавательных стилей (кроль на груди, на спине)	Развивать координацию крупной моторики.
Февраль Речевое развитие	Мастер-класс	«Считалки и потешки в движении»: речевое сопровождение упражнений на суше.	Развивать ритмико-интонационную сторону речи.
Март Познавательные процессы	Консультация	«Внимание в движении»: стоп-игры, запоминание последовательности движений.	Развивать произвольное внимание и память.
Апрель Творческая саморегуляция	Семейная аквааэробика на суше	Совместные танцевально-двигательные импровизации на суше	Использовать движение для эмоциональной разрядки.
Май Комплексное закрепление	Итоговая консультация	Анализ динамики физических показателей. Рекомендации на лето.	Сформировать прогноз на следующий период.

ПОПОЛНЕНИЕ РППС (РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ)

Педагог-психолог

Месяц (общая тема)	Зона РППС	Пополнение / оформление	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Уголок саморегуляции	Мягкие подушки, визуальные карты эмоций (плакаты «Я чувствую...»), песочные часы, тканевые тенты, спокойная музыка (аудиозаписи).	Создать эмоционально комфортную среду для снятия тревожности.
Октябрь Дыхательная культура	Дыхательный уголок	Дыхательные шарики, ветрячки, мыльные пузыри, визуальные схемы диафрагмального дыхания, «дыхательные дорожки» (коврики с маркерами).	Сформировать навык дыхательной саморегуляции.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Нейроуголок	Нейрокарточки, пальчиковые лабиринты, камушки Марбл, пирамидки с колечками, цветные коврики-сектора для работы двумя руками.	Развивать мелкую моторику и межполушарное взаимодействие.
Декабрь Зрительное восприятие	Зона зрительного внимания	Пазлы разной сложности, конструкторы, цветные коврики-сектора, «найди отличия» (дидактические игры), оптические приборы (калейдоскопы).	Развивать зрительное восприятие и пространственное мышление.
Январь Крупная моторика	Проприоцептивная дорожка	Балансиры, массажные коврики, обручи, «тропа здоровья» (разнотекстурные дорожки), мешочки для равновесия.	Развивать телесную схему и проприоцепцию.
Февраль Речевое развитие	Коммуникативный уголок	Настольные игры на эмпатию, карточки эмоций, зеркало для мимики, «коробка чувств» (предметы для обсуждения).	Формировать коммуникативные компетенции.
Март Познавательные процессы	Когнитивная зона	Настольные игры на память, внимание, логику; мнемотаблицы; сортеры; «что изменилось» (дидактический материал).	Развивать высшие психические функции.
Апрель Творческая саморегуляция	Арт-терапевтическая зона	Краски, пластилин, текстуры для лепки, музыкальный центр для релаксаций, ткани для импровизации, «стена рисования».	Использовать творчество для эмоциональной разрядки.
Май Комплексное закрепление	Обновление материалов	Пополнение, ремонт и замена изношенного дидактического материала; подготовка летних заданий.	Обеспечить преемственность развивающей среды.

Учитель-логопед

Месяц (общая тема)	Зона РППС	Пополнение / оформление	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Артикуляционный уголок	Зеркала детские, артикуляционные картинки (схемы артикуляционного аппарата), «артикуляционный театр» (куклы-звери).	Сформировать правильный артикуляционный уклад.
Октябрь Дыхательная культура	Дыхательная зона	Шарики для выдоха, ветрячки, свечи-имитация (безопасные), «дыхательные трубочки» для игры с водой/воздухом, картинки с дыхательными упражнениями.	Развивать речевое дыхание.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Фонематический уголок	Фишки на звуковой анализ, лото «Найди звук», «звуковые домики» (сортировка предметов по звукам).	Формировать звуковой анализ и синтез.
Декабрь Зрительное восприятие	Зрительная речевая зона	Схемы предложений, опоры для рассказывания, пазлы со словами, «кубики историй» (картинки для составления рассказа).	Развивать пространственные представления в речи.
Январь Крупная моторика	Речедвигательный уголок	Клависы для логоритмики, предметы для сюжетных игр с движением, «дорожка сказок» (последовательные картинки).	Улучшить рече-двигательную координацию.
Февраль Речевое развитие	Лексико-грамматическая зона	Предметные картинки (тематические наборы), сюжетные полотна, «магнитная грамматика» (слова на магнитах), настольные игры на словарь.	Активизировать словарь и грамматику.
Март Познавательные процессы	Звуковая лаборатория	Дидактические игры на звуковой анализ и синтез, «звуковые лабиринты», схемы слоговой структуры, цветные буквы-магниты.	Заложить основы звуко-буквенного анализа.
Апрель Творческая саморегуляция	Творческая речевая зона	Театр теней и плоскостной театр.	Развивать творческую речь и социализацию.
Май Комплексное закрепление	Обновление материалов	Ремонт и пополнение дидактических пособий; подготовка летней домашней программы.	Обеспечить преемственность речевого развития.

Воспитатель

Месяц (общая тема)	Зона РППС	Пополнение / оформление	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Эмоциональный уголок	Плакаты с эмоциями, мягкие игрушки-обнимашки, уютный текстиль (пледы, подушки), «коробка спокойствия» (антистрессовые предметы), книги о чувствах.	Создать безопасную эмоциональную среду.
Октябрь Дыхательная культура	Дыхательная зона в режиме	Визуальные схемы дыхания (плакаты), шарики, воздушные шарики, мыльные пузыри, «дыхательные флажки» (движение от выдоха).	Включить дыхательные упражнения в режим.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Уголки мелкой моторики	Камушки, бусины, пуговицы, нейропрописи (по Дмитриевой, Звонцовой), пинцеты, лотки для сортировки, «пальчиковый театр».	Развивать мелкую моторику и межполушарное взаимодействие.
Декабрь Зрительное восприятие	Конструкторская зона	Пазлы, блоки разной формы, цветные схемы-сортеры, мозаики, «город из конструктора» (большие детали).	Развивать пространственное мышление.
Январь Крупная моторика	Спортивный уголок	Бревно (или лента на полу), обручи, мячи, коврики, «полоса препятствий» (мягкие барьеры), конусы для ориентировки.	Развивать крупную моторику и равновесие.
Февраль Речевое развитие	Речевое пространство	Предметные картинки, сюжетные игры (магазин, больница), «телефон» для диалогов, настольный театр, книжный уголок с дидактическими вопросами.	Стимулировать речевую активность.
Март Познавательные процессы	Познавательные центры	Настольные игры, сортеры, лото «что изменилось», сериация (пирамидки, гнёзда), «математический уголок» (счётный материал).	Развивать логическое мышление.
Апрель Творческая саморегуляция	Творческая мастерская	Материалы для аппликации, лепки, коллективных панно, природный материал, краски-пальчиковые, «мусорная коробка творчества» (для поделок).	Развивать творческое воображение.
Май Комплексное закрепление	Обновление и летнее оформление	Ремонт пособий, пополнение расходников; оформление летней тематики (природа, путешествия).	Подготовить среду к новому учебному году.

Инструктор по физической культуре

Месяц (общая тема)	Зона РППС	Пополнение / оформление	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Фитнес-уголок	Коврики, мячи разного размера, обручи, снаряды низкой интенсивности (скакалки безопасные, мешочки), визуальные плакаты с упражнениями.	Создать условия для адаптации к физическим нагрузкам.
Октябрь Дыхательная культура	Дыхательная дорожка	Обручи с лентами, флажки, ветрячки, коврики с маркерами для бега с ритмом.	Развивать дыхательную регуляцию в движении.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Межполушарная дорожка	Кросс-моторные дорожки (наклейки на пол), ступеньки, мячи для перекрёстных бросков, «змейка» (коврик с извилистой дорожкой).	Активизировать работу мозолистого тела.
Декабрь Зрительное восприятие	Зрительно-моторная зона	Мишени, кольца для метания, мячи разных размеров и цветов, «ловушки» (сетки для ловли).	Улучшить зрительно-моторную координацию.
Январь Крупная моторика	Балансировочная зона	Балансиры, массажные дорожки, подушки для равновесия, следы (наклейки на полу).	Развивать равновесие и координацию.
Февраль Речевое развитие	Речедвигательная площадка	Коврики с заданиями (прыгай, скажи), считалки на полу (наклейки), мешочки с буквами, «буквенная эстафета».	Закрепить рече-двигательную координацию.
Март Познавательные процессы	Познавательная полоса препятствий	Туннели, барьеры, цветные метки (команды), «запомни маршрут» (последовательность стрелок), конусы с цифрами.	Развивать внимание, память и мышление в движении.
Апрель Творческая саморегуляция	Спортивная эстафетная зона	Конусы, флажки, командные жилеты, «полоса дружбы» (совместное прохождение), танцевальные коврики.	Развивать сотрудничество и эмоциональную разрядку.
Май Комплексное закрепление	Обновление инвентаря	Проверка и замена спортивного инвентаря; пополнение мячей, обручей, ковриков.	Обеспечить безопасность и преемственность.

Музыкальный руководитель

Месяц (общая тема)	Зона РППС	Пополнение / оформление	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Музыкальный эмоциональный уголок	Шумовые инструменты (дождь, океан), подушки, ткани для тактильных ощущений, плакаты «Музыка и эмоции», аудиозаписи (весёлая, грустная, спокойная музыка).	Создать эмоционально комфортную музыкальную среду.
Октябрь Дыхательная культура	Вокально-дыхательная зона	Визуальные схемы дыхания, микрофоны-игрушки, плакаты с нотами и паузами, «поющие трубочки».	Развивать речевое дыхание через пение.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Ритмическая мастерская	Музыкальные инструменты (маракасы, бубны, треугольники), кросс-ритмические карты, «ритмическая дорожка».	Развивать ритм и межполушарные связи.
Декабрь Зрительное восприятие	Аудиовизуальная зона	Дирижёрская палочка, цветные картинки под музыку, «светомузыка», нотные плакаты, интерактивная доска.	Развивать аудиовизуальную координацию.
Январь Крупная моторика	Танцевальная площадка	Ленты, коврики с разметкой, «танцевальные следы» (наклейки), музыкальные инструменты для сопровождения.	Улучшить музыкально-двигательную координацию.
Февраль Речевое развитие	Вокальный уголок	Карточки с артикуляционными картинками, «поющие куклы», микрофоны, плакаты с артикуляционной гимнастикой.	Развивать артикуляцию через пение.
Март Познавательные процессы	Музыкально-познавательная зона	Карточки инструментов, аудиозаписи мелодий, «угадай инструмент», сравнительные таблицы (быстро-медленно, громко-тихо).	Развивать музыкальное внимание и память.
Апрель Творческая саморегуляция	Импровизационная сцена	Музыкальные инструменты, костюмы, реквизит, «театральная ширма», ткани для декораций, «коробка импровизации».	Стимулировать творческую активность.
Май Комплексное закрепление	Обновление музыкального инвентаря	Ремонт инструментов, пополнение аудиотеки, замена изношенных материалов.	Обеспечить преемственность музыкального развития.

Инструктор по физической культуре (бассейн)

Месяц (общая тема)	Зона РППС	Пополнение / оформление	Цель
Сентябрь Психоэмоциональная адаптация	Сухопутный бассейн (базовое оформление)	Мягкие коврики (пазловые, массажные), мячи разного диаметра, плакаты «Правила безопасности», разметка зон (цветные сектора), мягкие барьеры.	Создать безопасную среду для адаптации.
Октябрь Дыхательная культура	Дыхательная зона на ковриках	Мячи для выдоха (мягкие), визуальные схемы дыхания, «подводные камни» (мягкие валики для лёжа), плакаты с плавательными движениями.	Сформировать навык диафрагмального дыхания.
Ноябрь Межполушарное взаимодействие	Координационная дорожка	Коврики-лабиринты, мячи для перекрёстных движений, «змейка» (мягкая извилистая дорожка), наклейки для маршрутирования.	Развивать межполушарное взаимодействие.
Декабрь Зрительное восприятие	Зрительно-моторная зона	Мягкие мишени, кольца для метания, цветные метки на ковриках, светоотражающие мячи, «ловушка» (мягкая сетка).	Улучшить зрительно-моторную координацию.
Январь Крупная моторика	Аквазона на суше	Голубые коврики (имитация воды), плавательные доски (мягкие), «берег» (мягкие валики), шапочки для ролевой игры, «волны» (тканевые полотна).	Развивать координацию крупной моторики.
Февраль Речевое развитие	Речедвигательная зона	Коврики со стихами и считалками (напечатанные), «буквенные островки» (мягкие круги с буквами), мешочки с картинками.	Развивать ритмико-интонационную сторону речи.
Март Познавательные процессы	Когнитивная полоса	Коврики с заданиями (стоп-игры), цветные зоны (команды), «мостики» (запомни маршрут), мягкие кубики с цифрами.	Развивать внимание, память и мышление.
Апрель Творческая саморегуляция	Творческая аквазона	Ткани, ленты, мягкие конструкции (кораблики, рыбки), «подводный мир» (декорации), костюмы для ролевых игр.	Использовать движение для эмоциональной разрядки.
Май Комплексное закрепление	Обновление мягкого покрытия	Проверка и замена мягких ковров, мячей, ремонт разметки; пополнение инвентаря.	Обеспечить безопасность и гигиену.

Сборник нейропсихологических упражнений**Дыхательные упражнения**

«Вдох-выдох». Ребенок лежит на спине. Голова лежит прямо, глаза смотрят в потолок. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы рук плотно прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены, ребенок не должен шевелить ногами. Упражнение выполняется только по команде взрослого «вдох – выдох». Во время команды взрослого «вдох» ребенок делает глубокий вдох через нос (рот открыт), затем во время команды взрослого «выдох» ребенок делает выдох через широко открытый рот (шумно). Выполнить 5 раз.

«Вдох-надуть живот, выдох- втянуть живот». Упражнение выполняется одновременно с вдохом ребенок надувает живот как шарик, с выдохом втягивает живот. Можно положить одну руку на грудь, другую на живот для того, чтобы почувствовать, когда живот поднимается, а когда опускается. Упражнение выполняется 5 раз.

«Вдох-правая рука вверх, выдох- правая рука вниз». Упражнение выполняется одновременно с вдохом ребенок поднимает руку, с выдохом ее опускает. Упражнение выполняется 5 раз.

«Вдох-шаг, выдох- шаг». Упражнение выполняется одновременно с вдохом ребенок делает шаг вперед, с выдохом шаг назад. Упражнение выполняется 5 раз.

«Мыльные пузыри». Двум детям дать по баночке с мыльными пузырями. Дети выдувают пузыри и стараются сделать их большими.

«Трубочки и кораблики». В ёмкости с водой помещаются по одному кораблику. Двое детей занимают свои позиции около разных кораблей. Дети должны с помощью трубочки и глубокого выдоха пригнать кораблик к противоположному берегу.

«Нырять». Исходное положение – стоя. Сделать глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

«Снежинка». Предложить ребенку подуть на ватные шарики, так, чтобы они полетели.

«Надуй шарик». Исходное положение - лежа на спине. Детям расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза - задержка дыхания. Выдох - втянуть живот как можно сильнее. Пауза - вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

«Свеча». Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

«Дышим под счет». Ребенок ложится на спину. Руки вытянуты вдоль туловища, ноги лежат прямо (перекрещивать нельзя). Глаза смотрят в потолок. Глубокий вдох через нос (рот закрыт) и шумный выдох через открытый рот. При вдохе живот надувается, при выдохе втягивается. Ребенок, лежа, делает ряд глубоких вдохов и громких выдохов ртом с задержкой дыхания под счет: «Вдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два), выдох (раз-два-три-четыре), держим (раз-два)». Единица счета равна одной секунде. Упражнение выполняется 5-8 раз.

«Ветер- Штиль». На медленном вдохе руки плавно разводятся в стороны и поднимаются вверх. На выдохе – опускаются вдоль тела ладонями вниз.

«Робот». Упражнение выполняется, лежа на полу. Одновременно с вдохом ребёнок поднимает вверх правую ногу, с выдохом ее опускает вниз. Затем то же самое проделывает и с левой ногой. Упражнение выполняется 5 раз.

«Спиной к стене». Ребенок садится, прислонившись спиной к стене. На вдохе он поднимает правую руку, удерживает позу, задерживает дыхание на выдохе - опускает правую руку вниз, а левую поднимает вверх, удерживает позу, задерживая дыхание, затем на вдохе - меняет руки местами и т.д. Упражнение выполняется 5-8 раз. Отсчет: вдох, выдох-10 хлопков, задержка дыхания- 5 хлопков.

«Космонавт». И. п. - сидя на корточках, руки над головой сцеплены на замок. Вдох - и. п.; выдох - развести руки в стороны, произнести: «Чик». Повторить четыре-шесть раз.

«Листопад». Вырезать из цветной бумаги различные осенние листья предложить ребенку подуть на листья, так, чтобы они полетели.

«Вдох- палец вверх, выдох- палец вниз». Упражнение выполняется одновременно с вдохом ребёнок поднимает вверх большой палец, с выдохом его опускает в низ. Упражнение выполняется 5 раз.

«Касание рук». И. п. - стойка ноги врозь, руки перед грудью, сжаты в кулаки. Вдох - и. п.; выдох - вращать согнутые руки (одна вокруг другой) на уровне груди; при этом на одном вдохе произносить: «Р-р-р-р». Повторить 4-6 раз.

«Дудочка». Заиграла дудочка

Рано поутру.

Пастушок выводит: «Ту-ру-ру-ру-ру!»

А коровки в лад ему Затянули песенку: «Му-му-му-му-му!»

Как играет дудочка?

Педагог показывает правильное выполнение упражнения: глубокий вдох. Просит ребенка как можно громче подуть в дудочку. (Повторить 4-5 раз.)

«Дышим носом». Подыши одной ноздрей, И придет к тебе покой. Исходное положение – о. с. 1 –правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки, левой делать тихий, продолжительный вдох; 2 – как только вдох окончен, открыть правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх.

«Дыхание». Тихо-тихо мы подышим, Сердце мы свое услышим. И. п. – о. с. 1- медленный вдох через нос, когда грудная клетка начнет расширяться — прекратить вдох и сделать паузу длительностью 4с; 2 — плавный выдох через нос.

«Губы трубкой». Чтобы правильно дышать, нужно воздух нам глотать. И. п. – о. с. 1 — полный вдох через нос, втягивая живот; 2 — губы сложить «трубочкой», резко втянуть воздух, заполнив им все легкие до отказа; 3 — сделать глотательное движение, как бы глотая воздух; 4 — пауза в течение 2-3 с, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно.

«Ветер». На медленном вдохе руки плавно разводятся в стороны и поднимаются вверх (или в стороны и к груди) — «притягивающее движение». На выдохе — «отталкивающее движение» — опускаются вдоль тела ладонями вниз.

Глазодвигательные упражнения

«Лево – право». Ребенок смотрит прямо перед собой. Начинается отработка движений глаз по направлениям: направо, налево.

«Лево – право, вверх-вниз». Ребенок смотрит прямо перед собой. Начинается отработка движений глаз по четырем основным направлениям: вверх, вниз, направо, налево — и четырем вспомогательным: по диагоналям, к себе (сведение глаз к центру) и от себя.

«Пчелка (рисуем восьмерку глазами- следим за пчелкой)» Слежение за предметом, перемещаемым по воображаемому контуру круга, овала, треугольника, квадрата, восьмерки,

знака бесконечности, синусоиды и т.д.: на расстоянии вытянутой руки, на расстоянии локтя и около переносицы.

«Потолок, нос пол». Движение глаз в следующих направлениях: вверх (потолок), вниз (пол), на нос.

«Глаз – путешественник». Развесить в разных углах и по стенам группы различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет, названный воспитателем.

«Глазки». Чтобы зоркость не терять, нужно глазками вращать. Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды. (6 раз)

«Глазки за другом». Зорче глазки чтоб глядели, разотрем их поскорее. Массировать верхние и нижние веки, не закрывая глаз. (1 мин.)

«Конвергенция». Ребенок лежит. Поднять предмет на уровень вытянутой руки ребенка, прямо над переносицей. Медленно двигать предмет к переносице, добиваясь того, чтобы оба глаза смотрели на него. Выполнить 2 раза.

«Поймай колокольчик». Ребёнок сидя на стуле следит глазами и языком за колокольчиком.

«Кубик». Движение глаз ребенка за предметом (кубиком). Упражнение выполняется 5-8 раз.

«Язык двигается за глазами». Ребенок лежит на спине, голова неподвижна, ноги и руки прямые, лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются, пальцы рук неподвижны. Рот открыт, язык высунут, и следует за движением глаз.

«Полет звезды». Ребенок лежит на спине, голова неподвижна, ноги и руки прямые, лежат вдоль туловища. Ноги не перекрещиваются, пальцы рук неподвижны. Рот открыт, язык высунут, и следует за движением глаз. Взрослый звездой рисует в воздухе «крест» на трех уровнях: 1) на расстоянии вытянутой руки; 2) на расстоянии согнутой в локте руки; 3) около переносицы.

«Слежу за птичкой». Слежение за полетом птички, перемещаемым по воображаемому контуру круга, овала.

«Глазки за героем сказки». Нарисуем большой круг. И осмотрим все вокруг. Это круглый колобок у него румяный бок. Глазами и выдвинутым языком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).

«Слежение за предметом в паре»

«Взгляд влево, вверх». Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углом в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на «прямо перед собой». (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.

«Горизонтальная восьмерка». Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым из рта языком.

«Слон». Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперед, как хобот. Рука рисует «Ленивую восьмёрку», начиная от центра зрительного поля вверх и против часовой стрелки; при этом глаза следят за движением кончиков пальцев. Упражнение выполнять медленно от трёх до пяти раз левой рукой, прижатой к левому уху, и столько же раз правой рукой, прижатой к правому уху.

«Рисуем цифры». Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе цифру (от 1-5) как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы.

«Движение за предметом». Ребенок, лежа (ноги и руки вытянуты вдоль тела), делает ряд глубоких вдохов носом и громких выдохов ртом под показывание ему предмета. Упражнение выполняется 5-8 раз. Следите за тем, чтобы тело ребенка было полностью расслаблено.

Растяжки

«Фараон». Ребенок ложится на спину, обняв себя руками (правая кисть держит левое плечо, левая – правое). Он должен отрывать голову от пола и поднимать ее к груди, не поднимая плеч. Туловище лежит неподвижно, ногами не шевелить.

«Фараон-2». Исходное положение: ребёнок лежит на спине. Голова неподвижна, глаза смотрят в потолок, рот закрыт. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы рук плотно прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены и не шевелятся.

«Ванька- встанька». Исходное положение: ребёнок лежит на спине. Голова неподвижна, глаза смотрят в потолок, рот закрыт. Руки вытянуты вдоль туловища, ладони лежат на полу, пальцы рук плотно прижаты друг к другу и не шевелятся. Ноги прямые, не перекрещены и не шевелятся. Упражнения выполняются следующим образом: По команде взрослого «раз» ребёнок вытягивает руки вверх так, чтобы пальцы «смотрели» в потолок, и садится без помощи рук, вытянув руки перед собой. По команде взрослого «два» ребёнок без помощи рук, не опираясь на них, возвращается в исходное положение (ложится на спину).

«Скручивание». И.п. ноги на ширине плеч, колени слегка согнуты, стопы параллельны друг другу. Тело полностью расслаблено. Скручивать тело вправо и влево, захлестывая расслабленные руки за спину. Подошвы ступней полностью, не отрываясь при поворотах, касаются пола; позвоночник - вертикальная неподвижная ось вращения. Голова сначала неподвижна, затем поворачивается вместе с руками, потом - в противоположную от рук сторону.

«Невесомость». И. п. – лежа на животе, руки с мячом вытянуты вперед, ноги вместе; 1-4- потянуться вперед, приподнять ноги и руки с мячом; 5-6 - и. п., расслабиться, (упражнение «Лодочка»). Повторить 6 раз.

«Струночка». Ребенок лежит на полу (вытянувшись струночкой, руки вместе над головой, ноги вместе), расслабившись.

«Снеговик». Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

«Дерево». Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

«Сорви яблоко». Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, сверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте

резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните. Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем подними как можно выше левую руку и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед тобой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

«Качалка». И.П. Ребенок сидит на ковре. Подтягивает колени и опускает голову. Округляет спину, раскачивается, вперед и назад, вперед и назад быстрыми, поступательными движениями, похожими на движения кресла-качалки.

«Бабочка». Ребенок ровно стоит на коленях, мыски вытянуты, стопы направлены вверх, спина прямая, руки вытянуты в стороны, глаза смотрят вперед. По команде взрослого:

- пальцы сжимаются в кулак;

- руки сгибаются в локтях, кулаками вверх, плечи параллельны полу; -голова запрокидывается назад, глаза смотрят в потолок;

- плечи, находясь параллельно полу, сводятся максимально назад;

«Полетели». Ребенок ложится на спину в виде «звезды» (разводит руки и ноги в стороны). По команде «Полетели!» ребенок должен поднять руки и ноги в воздух (не высоко), растопырить пальцы рук, высунуть язык и тянуть руки и пальцы рук в разные стороны, язык (не сжимая его губами и зубами) и носочки ног вниз. По команде «Опустились!» ребенок опускает руки и ноги на пол и расслабляет все тело. Команды чередуются. Ребенок «летит», пока взрослый считает (хлопает в ладоши) до пяти и отдыхает такое же время.

«Потянись», «Потянись к солнышку», «Дотянись до радуги». Ребенок садится на пол, ноги вытянуты вперед, руки опущены на колени. По команде взрослого ребенок поднимает голову и руки вверх, как бы пытаясь дотянуться пальцами до потолка. Взгляд направлен в одну точку (3 секунды). По команде взрослого руки разводятся в стороны максимально широко, ребенок как бы «потягивается» (3 секунды). По команде взрослого ребенок опускает руки вниз и расслабляет их (3 секунды). Выполняется 3-5 раз.

«Звезда». Лежа на животе. Ребенок ложится в позу «звезды» — слегка разведя руки и ноги, а затем выполняет растяжки аналогично предыдущим, но не линейные, а диагональные. Оттягивается пятка правой ноги и левая рука по диагонали, при этом левая нога и правая рука расслаблены. Расслабиться на выдохе. Затем то же выполняется по другой диагонали.

«Корзиночка». И.П. Ребенок лежит на животе. Сгибает ноги в коленях, ступни выпрямляет и тянет к голове. Руками обхватывает внешнюю часть ступни и подтягивает к голове.

Упражнения по методике Bal-a-vis x

«Перекладывание мячика». Упражнение выполняется сидя, с одним мячом. Ладони открыты и повернуты вверх. Мячик лежит на правой ладошке. На счет «Раз», мяч перекладываем на левую ладошку. На счет «Два» возвращает правую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутая вверх. На счет «Три», мяч перекладываем на правую ладошку. На счет «Четыре» возвращает левую руку в исходное положение-открытая ладонь, повернутая вверх. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Перекладывание мешочка». Упражнение выполняется сидя, с одним мешочком с песком. Ладони открыты и повернуты вверх. Мешочек лежит на правой ладошке. На счет «Раз», мешочек перекладываем на левую ладошку. На счет «Два» возвращает правую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутая вверх. На счет «Три», мешочек

перекладываем на правую ладошку. На счет «Четыре» возвращает левую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутая вверх. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Перекладывание мячиков партнеру напротив». Упражнение выполняется сидя, с двумя мячиками в паре. Дети сидят за столом напротив друг друга. Ладони открыты и повернуты вверх. Мячики лежат на ладошках одного из детей. На счет «Раз», ребенок перекладывает мячики на ладошки второму ребенку. На счет «Два» возвращает руки в исходное положение- открытые ладони, повернутые вверх. На счет «Три», мячики перекладывает на ладошки первому ребенку. На счет «Четыре» возвращает руки в исходное положение- открытые ладони, повернутые вверх. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Перекрестное перекладывание мешочков партнеру напротив». Упражнение выполняется сидя, с двумя мешочками с песком в паре. Дети сидят за столом напротив друг друга. Ладони открыты и повернуты вверх. Мешочки лежат на ладошках одного из детей. На счет «Раз», ребенок перекладывает мешочки на ладошки второму ребенку скрестив руки. На счет «Два» возвращает руки в исходное положение- открытые ладони, повернутые вверх. На счет «Три», мешочки перекладывает на ладошки первому ребенку скрестив руки. На счет «Четыре» возвращает руки в исходное положение- открытые ладони, повернутые вверх. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Игра в паре одним мячиком «Квадрат». Упражнение выполняется сидя, с одним мячиком в паре. Дети сидят за столом напротив друг друга. Ладони открыты и повернуты вверх. Мячик лежит на правой ладошке 1-го ребенка. На счет «Раз», 1-й ребенок перекладывает мячик из правой ладошки на левую. На счет «Два» 1-й ребенок возвращает руку в исходное положение- открытая правая ладонь, повернутые вверх. На

счет «Три», 1-й ребенок перекладывает мячик на правую ладонь 2-го ребенка. На счет «Четыре» 1-й ребенок возвращает левую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутая вверх. На счет «Пять», 2-й ребенок перекладывает мячик из правой ладошки на левую. На счет «Шесть» 2-й ребенок возвращает руку в исходное положение- открытая правая ладонь, повернутые вверх. Движение мяча по квадрату. Упражнение выполняется 4 -6 раз. Упражнение аналогично выполняется с мешочками.

«Игра в паре двумя мячиками «Квадрат». Упражнение выполняется сидя, с двумя мячиками в паре синхронно. Дети сидят за столом напротив друг друга. Ладони открыты и повернуты вверх. Мячик лежит на правой ладошке 1-го и 2-го ребенка. На счет «Раз», синхронно оба ребенка перекладывают мячики из своей правой ладошки на свою левую. На счет «Два», синхронно оба ребенка возвращают правую руку в исходное положение- открытая правая ладонь, повернутые вверх. На счет «Три», синхронно 1-й и 2-й ребенок перекладывают мячик на правую ладонь своего напарника. На счет «Четыре» 1-й и 2-й ребенок возвращают левую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутая вверх. Движение мяча по квадрату. Упражнение выполняется 4 -6 раз. Упражнение аналогично выполняется с мешочками.

«Подбрасывание мешочка одной рукой». Упражнение выполняется стоя, с одним мешочком. Сначала правой рукой, затем левой. На счет «Раз» ребенок подбрасывает мешочек вверх, на счет «Два» ловит его одной рукой. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Подбрасывание мешочка одной рукой, ловлю другой». Упражнение выполняется стоя, с одним мешочком. Сначала правой рукой, затем левой. На счет «Раз» ребенок подбрасывает мешочек вверх правой рукой, на счет «Два» ловит его левой рукой. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Подбрасывание одной рукой мячика». Упражнение выполняется стоя, с одним мячиком. Сначала правой рукой, затем левой. На счет «Раз» ребенок подбрасывает мячик вверх, на счет «Два» ловит его одной рукой. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Подбрасывание мячика одной рукой, ловля другой». Упражнение выполняется стоя, с одним мячиком. Сначала правой рукой, затем левой. На счет «Раз» ребенок подбрасывает

мячик вверх правой рукой, на счет «Два» ловит его левой рукой. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Мяч за спиной по кругу стоя». Упражнение выполняется стоя, с одним мячиком. Мяч находится в правой руке ребенка. На счет «Раз» ребенок перекладывает мячик из правой руки в левую. На счет «Два» перекладывает мячик за спиной из левой руки в правую. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Бросаю- ловлю одной рукой мячик», «Бросаю- ловлю одной рукой мячик со стихом». Упражнение выполняется стоя, с одним мячиком. Сначала правой рукой, затем левой. На счет «Раз» ребенок бросает мячик вниз, на счет «Два» ловит его одной рукой. Упражнение усложняется при выполнении его с прочтением стихотворения «Мой веселый звонкий мяч». Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Бросаю одной - ловлю другой рукой мячик», «Бросаю одной - ловлю другой рукой мячик со стихом». Упражнение выполняется стоя, с одним мячиком. На счет «Раз» ребенок бросает мячик правой рукой вниз, на счет «Два» ловит его левой рукой. Упражнение усложняется при выполнении его с прочтением стихотворения «Мой веселый звонкий мяч». Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«В паре, стоя, бросаю мешочек партнеру со стихом». Упражнение выполняется стоя, в паре, с одним мешочком с песком. Дети стоят напротив друг друга. Мешочек находится в правой руке 1-го ребенка. На счет «Раз» 1-й ребенок бросает мешочек правой рукой партнеру, а 2- ребенок его ловит правой рукой. На счет «Два» 2-й ребенок бросает мешочек напарнику правой рукой, а 1-й ребенок ловит его правой рукой. Упражнение усложняется при выполнении его с прочтением стихотворения «Мой веселый звонкий мяч». Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«Бросаю мячик партнеру, а он обратно», «Бросаю мячик партнеру, а он обратно со стихом». Упражнение выполняется стоя, в паре, с одним мячиком. Дети стоят напротив друг друга. Мячик находится в правой руке 1-го ребенка. На счет «Раз» 1-й ребенок бросает мячик правой рукой партнеру, а 2- ребенок его ловит правой рукой. На счет «Два» 2-й ребенок бросает мячик напарнику правой рукой, а 1-й ребенок ловит его правой рукой. Упражнение усложняется при выполнении его с прочтением стихотворения «Мой веселый звонкий мяч». Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«В кругу с мешочком», «В кругу с мешочком со стихом». Упражнение выполняется в подгруппе детей, с одним мешочком с песком. Дети стоят в кругу. Мешочек находится в правой руке 1-го ребенка. На счет «Раз» 1-й ребенок перекладывает мешочек из правой руки на левую ладонь. На счет «Два» возвращает правую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутые вверх. На счет «Три» 1-й ребенок перекладывает мешочек левой рукой 2-му ребенку на правую руку, на счет «Четыре» 1-й ребенок возвращает левую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутые вверх. Упражнение выполняется аналогично с другими участниками. Движение мяча по кругу. Упражнение усложняется при выполнении его с прочтением стихотворения «Мой веселый звонкий мяч» хором всеми участниками игры. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«В кругу с мячом синхронно». Упражнение выполняется в подгруппе детей, с одним или двумя мячами. Дети стоят в кругу. Мяч находится в правой руке 1-го ребенка.

На счет «Раз» 1-й ребенок перекладывает мяч из правой руки на левую ладонь. На счет «Два» возвращает правую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутые вверх. На счет «Три» 1-й ребенок перекладывает мешочек левой рукой 2-му ребенку на правую руку, на счет «Четыре» 1-й ребенок возвращает левую руку в исходное положение- открытая ладонь, повернутые вверх. Упражнение выполняется аналогично с другими участниками. Движение мяча по кругу. Данное упражнение можно выполнять и с двумя мячами, пустив второй мяч с игроками напротив. Выполняется синхронно. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«На баланси́ре- раскачивание в ритме». Упражнение выполняется стоя на балансировочной доске. Ребенок раскачивается на баланси́ре из стороны в сторону в определенно заданном ритме. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«На баланси́ре с мешочком» - в паре, «На баланси́ре с мешочком раскачивание в ритме» - в паре. Упражнение выполняется стоя на балансировочной доске, в паре. 1-й ребенок становится на балансировочную доску, а 2-й ребенок бросает ему мешочек с песком. 1-й ребенок ловит мешочек и бросает 2-му ребенку обратно. Задача 1-го ребенка сохранять равновесие и правильно выполнять упражнение. Усложненный вариант предполагает выполнение данного упражнения в определенном ритме. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«На баланси́ре с мячом- бросаю ловлю одной и той же рукой». Упражнение выполняется стоя на балансировочной доске, в паре. 1-й ребенок становится на балансировочную доску, а 2-й ребенок бросает ему мячик. 1-й ребенок ловит мячик правой рукой и бросает 2-му ребенку обратно правой рукой. Задача 1-го ребенка сохранять равновесие и правильно выполнять упражнение. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«На баланси́ре с мячом - бросаю одной ловлю другой рукой», «На баланси́ре с мячом - бросаю одной ловлю другой рукой со стихом». Упражнение выполняется стоя на балансировочной доске, в паре. 1-й ребенок становится на балансировочную доску, а 2-й ребенок бросает ему мячик. 1-й ребенок ловит мячик правой рукой и бросает 2-му ребенку обратно левой рукой. Задача 1-го ребенка сохранять равновесие и правильно выполнять упражнение. Усложненный вариант предполагает выполнение данного упражнения в определенном ритме с прочтением стихотворения. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

В паре «С одним мячом- по диагонали». Упражнение выполняется стоя, с одним мячиком, в паре. Дети становятся напротив друг друга. Мячик в правой руке 1-го ребенка. 1-й ребенок на счет «Раз» бросает мячик правой рукой вниз по диагонали своему

напарнику. 2-й ребенок ловит мячик правой рукой. На счет «Два» 2-й ребенок бросает мячик правой рукой вниз по диагонали своему напарнику. 1-й ребенок ловит мячик правой рукой. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

«С двумя мячами по диагонали». Упражнение выполняется стоя, с двумя мячиками. Мячики в руках ребенка. На счет «Раз» бросает мячики одновременно по диагонали вниз, ловит мячики. На счет «Два» 2-й повторяет упражнение. Упражнение выполняется 4 -6 раз.

Пальчиковые нейроигры

«Кулак- ладонь», «Кулак- ребро- ладонь». В основном в упражнениях используется положения рук: кулак-ребро-ладонь. 1. Вариант: Руки лежат на столе. Приподнимаем обе ладони и слегка стучим по столу, попеременно меняя положение правой и левой рук: одна ложится ладонью на стол, а другая кулачком. 2. Вариант. Чередуем удары по столу и не забываем менять положение правой и левой рук.

«Зонтик». Кладем ладонь правой руки на указательный палец левой, затем меняем положение рук, чередуя их), в течение 1 мин. Можно чередовать упражнения «Гриб» и «Зонтик».

«Гриб». Кладем ладонь правой руки на кулак левой, затем меняем положение рук, чередуя их, выполняем в течение 1 мин.

«Змейка». Начертить в воздухе волнистую линию- змейку сначала левой рукой, затем правой рукой (ладони в кулак, из кулака вверх большой палец), затем двумя руками одновременно (глаза следят за большими пальцами рук).

«Лезгинка». Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторите 6-8 раз. Добивайтесь высокой скорости смены положений.

«Кольцо - коза», «Кольцо - заяц - коза». Показываем пальцами правой руки: большим и указательным кольцо, указательным и средним – зайца, указательным и мизинцем – козу, затем руку меняем; затем повторяем упражнение двумя руками) в течение 1 мин.

«Дом-еж», «Дом-еж- замок». Дом – пальцы рук соединить под углом, большие пальцы соединить, ёжик – поставить ладони под углом друг к другу, расположить пальцы одной руки между пальцами другой руки, замок – ладони прижать друг к другу, пальцы переплести.

Нейропсихологические упражнения

«Классики», «Классики по цвету», «Классики со стихом». Упражнение выполняется на цветном игровом поле, напоминающем игру «Классики» Первый вариант упражнения: Ребенок прыгает по секторам игрового поля. Прыжок- ноги вместе, прыжок-ноги врозь, прыжок- ноги вместе, прыжок- ноги врозь, прыжок- ноги вместе, разворот на двух ногах. Двигается обратно тем же способом. Второй вариант игры: ребенок прыгает на двух ногах только на сектора определенного цвета. Третий вариант игры: выполняется как первый только в процессе выполнения упражнения ребенок читает стихотворение «Мой веселый, звонкий мяч» в определенном ритме.

«Цветные шарики», «Цветные шарики со стихом», «Цветные шарики под ритм». Для выполнения упражнения может быть использован мозаичный стол с шариками. Первый вариант игры: ребенку задается определенный цвет. Его задача заполнить ячейки мозаичного стола шариками данного цвета, располагая их в виде двух дорожек с веру вниз. Упражнение выполняется обеими руками одновременно. Второй вариант игры: выполняется как первый, но усложняется прочтением стихотворения. Третий вариант игры: выполняется, как и первый, только в определенно заданном ритме.

«Кочки». Для выполнения упражнения понадобятся 6 небольших обручей разного цвета и карточек с изображением правых и левых рук, и ног, кубик с разноцветными сторонами (в соответствии с цветами обручей). Обручи раскладываются на полу в хаотичном порядке недалеко друг от друга. В каждый обруч кладется карточка с изображением. Выполнение упражнения: Ребенок бросает кубик, смотрит какой цвет ему выпадает, называет его и прыгает в обруч такого же цвета, при этом называет какая рука или нога нарисована на карточке. Прыгнув в обруч поднимает вверх соответствующую часть тела. Упражнение можно повторять 4-6 раз.

«Руки-ноги». Для выполнения упражнения понадобится дорожка, на которой изображены руки и ноги (левые и правые). В одном ряду не более 3-х изображений. Всего 6 рядов. 1 ряд- правая рука, правая нога, левая нога; 2 ряд- правая нога, левая нога, левая рука; 3 ряд- правая рука, правая нога, левая рука; 4- ряд- правая рука, левая нога, левая рука; 5 ряд- правая рука, левая рука, правая нога; 6 ряд- правая рука, левая рука, левая нога. Задача ребенка находясь в каждом секторе (ряду) расположить части тела на дорожке в том порядке, в котором они предложены.

«Дружок». Упражнение выполняется в паре. Левая рука одного ребенка завязана ленточкой с правой рукой другого ребенка. Руки, завязанные лентой, в игре не участвуют. Теперь двое детей становятся одним игроком. Упражнение выполняется сидя на ковре. Дети сидят лицом к ведущему. Задача детей отбивать предложенные ведущим ритмы с помощью несвязанных рук. 1 ритм- правая ладонь об пол (1 раз), левая ладонь об пол (1 раз), две ладони вместе (1 раз). 2 ритм- правая ладонь об пол (2 раза), левая ладонь об пол (2 раза), две ладони вместе (3 раза). 3 ритм- левая ладонь об пол (3 раза), правая ладонь об пол (1 раз), две ладони вместе (1 раз), 4 ритм- правая ладонь об пол (3 раза), две ладони вместе (1 раз), левая ладонь об пол (1 раз). 5 ритм- правая ладонь об пол (2 раза), левая ладонь об пол (2 раза), две ладони вместе (2 раза), две ладони одновременно об пол (1 раз). Упражнение может повторяться несколько раз. Ритмы можно менять и задавать новые.

«Колечки». Для выполнения упражнения нужны 4 пирамидки с колечками (две с разноцветным колечками и две с колечками одного цвета). Первый вариант игры: ребенку задается определенный цвет. Его задача одновременно обеими руками нанизывать колечки только данного цвета, с учетом размера. Второй вариант игры: выполняется как первый, но усложняется прочтением стихотворения. Третий вариант игры: выполняется с колечками разного цвета в определенном ритме.

«Цветная дорожка». Для выполнения упражнения необходимо подготовить коврик из цветных секторов (квадратов 30 см. на 30 см.). 5- красных квадратов, 5-зеленых, 5- желтых и 5- красных. Также понадобятся цветные шарики или мячики, 4 цветных коробочки. Разноцветные квадраты необходимо соединить между собой так, чтобы получилась дорожка. 1 ряд - красный, синий, зеленый, желтый. 2 ряд- синий, красный, зеленый, желтый. 3 ряд- красный, синий, желтый, зеленый, 4 ряд- красный, желтый, синий, зеленый. 5 ряд- желтый, красный, синий, зеленый. Задача ребенка в мешочке взять цветной шарик, найти дорожку того же цвета. Пропрыгать на двух ногах по секторам только выбранного цвета, а затем положить шарик в коробочку, соответствующую цвету шарика.

«Дорожка». Для выполнения упражнения понадобится игровое поле- дорожка одного цвета разделенное на сектора (квадраты) - 4 квадрата в длину и 4 квадрата в ширину. Задача ребенка пропрыгать на двух ногах в следующей последовательности: 1 ряд справа налево- одновременно 1,2 квадрат (2 раза), 2,3 квадрат (2 раза), 3,4 квадрат (2 раза). 2 ряд слева направо- одновременно 4, 3 квадрат (2 раза), 3,2 квадрат (2 раза), 2,1 квадрат (2 раза). 3 ряд как 1 ряд. 4-й ряд как 2 ряд. Упражнение можно повторить 3-4 раза.

«Клеточки». Упражнение выполняется, сидя за столом. Необходимо изготовить игровое поле (табличка из 6 колонок и 3 рядов. Размер ячеек 6 см. на 6 см.), карточки с заданиями, на которых изображены разноцветные геометрические фигуры (6 штук) со стрелками, указывающими направление «вверх», «вниз»; разноцветные геометрические фигуры (от 6 до 12). Пример карточки: синий квадрат со стрелкой вниз, желтый круг со стрелкой вверх, оранжевый прямоугольник без стрелки, красный треугольник со стрелкой вниз, зеленый овал со стрелкой вверх, фиолетовый ромб без стрелки. Игровое поле и карточка с заданием располагаются перед ребенком горизонтально. Задача ребенка выложить фигуры на игровом поле так, как указано на карточке. Если фигура со стрелочкой вниз, то ребенок ее располагает в нижнем ряду, если вверх, то в верхнем ряду. Если фигура без стрелки, то в среднем ряду.

«Семейки». Для выполнения упражнения понадобятся: предметы разной геометрической формы (например, предметы круглой формы- колечко, мячик; квадратной- кубик, треугольной- колпачок, линейка треугольная, прямоугольной- брусок и т.д.); дорожка из геометрических фигур (4 фигуры в длину и 4 фигуры в ширину) расположенных в хаотичном порядке; 4 коробочки, на которых изображены фигуры. Задача ребенка взять предмет, определить какой он формы, затем пройти только по секторам игрового поля (с изображением той геометрической фигуре, которой соответствует выбранный предмет). Затем положить предмет в коробочку, которая соответствует форме предмета. Упражнение можно повторить 3-4 раза.

«Лужи». Для выполнения упражнения понадобятся разноцветные панели (от 4 до 8 цветов) – лужицы (можно заказать в специальном магазине или изготовить самостоятельно).

Релаксации

«Игрушки спят». Лягте удобно, закройте глаза. Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Волшебный сон закончится, когда я скажу:

«Всем открыть глаза и встать!»

Мы спокойно отдыхаем.

Мы спокойно отдыхаем.

Сном волшебным засыпаем,
Сном волшебным засыпаем.
Дышится легко,
Ровно, глубоко.
Наши руки отдыхают,
Наши руки отдыхают,
Ноги тоже отдыхают,
Отдыхают, засыпают.
Шея не напряжена,
А расслаблена она.
Губы чуть приоткрываются,
Все чудесно расслабляется.
Дышится легко, ровно, глубоко.
Хорошо нам отдыхать!
Но пришла пора встать!
Музыка выключается.
Крепче кулачки сжимаем,
Их повыше поднимаем.
Потянуться! Улыбнуться!
Всем открыть глаза и встать!

«Кот Баюн». Педагог предлагает детям превратиться в кота, на которого напала дремота.

«Ленивый кот спал, спал, потом проснулся, потянулся». (Дети медленно потягиваются: встают на носочки, поднимают руки вверх и вытягиваются.)

«Хотел за мышкой побежать, но снова решил лечь и помечтать». (Дети медленно опускаются на ковёр, ложатся, закрывают глазки и «мечтают». Всё тело расслаблено).

«Сон в саду». Дети закрывают глаза, дыхание спокойное: вдох-выдох. «Представьте себе, что мы отправляемся на прогулку в сад. Перед вами лежит тропинка. Она уходит вдаль. Идти по этой тропинке легко и приятно. Вы ощущаете своими босыми ногами теплую, сухую землю. Легкий ветерок колыхает ваши волосы. Воздух прозрачен и свеж. Вы вдыхаете запах удивительных цветов, которые растут в саду. Рассмотрите эти цветы. Что напоминают они вам? Вы чувствуете себя спокойно и безопасно. Вы ложитесь на зеленую травку, которая пахнет летом. Смотрите в синее небо, на облака, которые проплывают перед вами. Вы совершенно спокойны. Приготовься к тому, чтобы потянуться».

«Звуки леса». «Лягте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте, что вы в лесу, где много деревьев, кустарников, всевозможных цветов. В самой чаще леса стоит белая каменная скамейка, присядьте на нее. Прислушайтесь к звукам. Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствуйте запахи: пахнет влажная земля, ветер доносит запах сосен. Запомните свои ощущения, чувства, захватите их с собой, возвращаясь из путешествия. Пусть они будут с вами целый день».

«Космос». Лягте удобно, посмотрите на темное ночное небо с яркими звездами. Где-то там, далеко-далеко, тоже есть жизнь. Мы отправляемся в увлекательное путешествие в космос. Вы - команда межпланетного космического корабля землян. Каждый занял свое место. Сейчас корабль поднимется в небо. Вдох - выдох (3 раза). Крепко- крепко сожмите в кулачках штурвалы и сильно надавите на педали. Держите, держите. Молодцы! А теперь отпустите штурвалы и педали... Вдох - выдох. Чувствуете, как приятная т? жесь растекается по телу, прижимает нас. Корабль взлетает. Нам становится легко. Важно сейчас ровно дышать вдох – выдох (3 раза). Хорошо! Мы почти не чувствуем своего тела, оно легкое, невесомое. Вдох - выдох (2 раза). Мы летим в космосе. На нас приветливо смотрят звезды, приглашают к себе в гости, но наша цель -Голубая Звезда... И вот она уже близко, яркая, голубая. Давайте сделаем плавную посадку. Снова крепко возьмемся за штурвалы, сильно

надавим на педали, сделаем глубоко-о-кий вдо-о-х - и выдох (2 раза) и отпустим штурвалы и педали. Как плавно и мягко мы сели! Выйдем из корабля... Перед вами океан, где нет воды. Цветы, всюду цветы; белые, желтые, оранжевые, розовые с голубыми стебельками, поэтому планета и кажется совсем голубой. В этом океане цветов живут необычные существа с прозрачными крылышками, огромными голубыми глазами, серебристыми усиками. Это и есть наши соседи, жители Голубой Звезды - Чистокрылышки. Они рады нам, улыбаются, мы им нравимся, они предлагают нам свою дружбу и нежность. Они протягивают нам свои чистые крылышки. Мы тоже протягиваем им руки и... чувствуем как в наше тело входит тепло, покой, доброта. Пора возвращаться на Землю. Мы возьмем все это добро, радость и чистоту с собой и поделимся счастьем с родными и друзьями, со всеми людьми. А теперь немного потянитесь, выпрямитесь и снова окажитесь в этой комнате с нами.

«Океан». «Лягте удобно, закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте себе, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу океана. Чудесный летний день. Небо голубое, солнце теплое. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног, и вы ощущаете приятную свежесть воды. Появляется ощущение обдувающего все тело легкого и свежего ветерка. Воздух чист и прозрачен. Приятное ощущение свежести и бодрости охватывает лицо, шею, плечи, спину, живот, руки, ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться. Откройте глаза. Вы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день».

«Подводный мир». «Черепашка, черепаха носит панцирь, как рубаху. Панцирь носит черепаха, прячет голову от страха». (Дети делают глубокий вдох, поднимают плечи до ушей и втягивают голову в плечи). «В домик скрылась Черепаха. Вся дрожит, как лист, от страха» (Удерживают позу) «Покрутила головой – нет угрозы никакой». (Опускают плечи, медленно поворачивают голову вправо и влево). «В этом костяном жилете не так страшно жить на свете. Как из норки, торчит шейка, Вся в чешуйках, словно змейка. (Дети расслабляются).

«Пушистый снежок». Дети сидят на стул ковре, глаза закрыты. Педагог говорит: — Представьте себе, что с неба падают снежинки, а вы ловите их ртом. А теперь снежинка: легла на правую щеку — надуйте ее; легла на левую щеку — надуйте ее; легла на носик — наморщите нос; легла на лоб — пошевелите бровями; легла на веки — поморгайте глазами и откройте их. Снегопад закончился.

«Солнечный зайчик», «Солнечный луч». Дети садятся на корточки и закрывают глаза. Педагог говорит:

— Мы играли, играли и немного устали. Присели отдохнуть и задремали. Но вот солнечный лучик: коснулся глаз — откройте глаза; коснулся лба - пошевелите бровями; коснулся носа — наморщите нос; коснулся губ — пошевелите губами; коснулся подбородка — подвигайте челюстью; коснулся плеч — приподнимите и опустите плечи; коснулся рук — потрясите руками; коснулся ног — лягте на спину и подрыгайте ногами. Солнечный лучик поиграл с вами и скрылся — вставайте, ребята.

«Улыбка». «Представьте, что перед вами рисунок красивого солнышка, которое широко улыбается. Улыбнитесь солнышку! Почувствуйте, как улыбка переходит в ваши руки, доходит до ладоней. Улыбнитесь несколько раз, с каждым разом улыбаясь все шире. Почувствуйте, как растягиваются ваши губы и напрягаются мышцы щек... Дышите и улыбайтесь... Ваши руки и ладошки наполняются улыбающейся силой солнышка».

«Таинственный мир». «Сядьте (лягте) удобно, закройте глаза. Представьте, что вы находитесь в волшебной стране. Здесь живут только добрые люди и звери, растут самые красивые цветы, после дождя на небе появляется самая яркая радуга. Вам хорошо и спокойно. Вы можете делать все, что вам хочется. Далее можно описать различные объекты. Вы видите чистый берег и воду. Поплавайте в море. Ощутите приятную свежесть морской

воды. Взрослый предлагает детям открыть глаза и рассказать о своих чувствах, ощущениях, запомнить их».

«Живой уголок». Представьте себе, что вы весёлые, озорные котята. Котята ходят, выгибают спинку, машут хвостиком. Но вот котята устали...начали зевать, ложатся на коврик и засыпают. У котят равномерно поднимаются и опускаются животики, они спокойно дышат (повторить 2 – 3 раза).

«Птицы». «Представьте, что вы маленькие птички. Вы летаете по душистому летнему лесу, вдыхаете его ароматы и любуетесь его красотой. Вы присели на красивый полевой цветок и вдохнули его легкий аромат, а теперь полетели к самой высокой липе, сели на ее макушку и почувствовали сладкий запах цветущего дерева. Подул теплый летний ветерок, и птички вместе с его порывом понеслись к журчащему лесному ручейку.

Сев на краю ручья, они почистили клювом свои перышки, попили чистой, прохладной водицы, поплескались и снова поднялись ввысь. Теперь приземлимся в самое уютное гнездышко на лесной полянке. Вы отдыхаете и чувствуете себя прекрасно! Отдохнувшие, полные сил и энергии, продолжаем работать».

«Звуки моря». «Лягте в удобное положение, закройте глаза и слушайте мой голос. Представьте, что вы находитесь в прекрасном месте на берегу моря. Чудесный летний день. Небо голубое, теплое солнце. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Мягкие волны докатываются до ваших ног, и вы ощущаете приятную свежесть морской воды. Появляется ощущение обдувающего все тело легкого и свежего ветерка. Воздух чист и прозрачен. Приятное ощущение свежести и бодрости обхватывает все тело: лоб, лицо, спину, живот, руки и ноги. Вы чувствуете, как тело становится легким, сильным и послушным. Дышится легко и свободно. Настроение становится бодрым и жизнерадостным, хочется встать и двигаться. Открываем глаза. Мы полны сил и энергии. Постарайтесь сохранить эти ощущения на весь день».

«Мерцание звезд». Представьте себе, что вы держите в кулачках звезду, она красиво мерцает у вас на ладонке. Вы сжимаете кулачки все крепче и крепче...ещё крепче, уже побелели косточки, кисти начинают дрожать... Потом вы разжимаете свои кулачки, пальцы становятся расслабленными, кисти рук спокойно лежат на коленях... они отдыхают... Вы любуетесь звездочкой. (повторить 2-3 раза).

«Шелест листьев». Дети принимают исходное положение. Представьте себе, что все вы – очень красивые и легкие листочки. Дует ветер, и вы становитесь все легче и легче. Все ваше тело становится легким, невесомым. И ручки легкие, и ножки легкие. Листочки поднимаются все выше и выше. Дует теплый ласковый ветерок, он нежно обдувает каждый листок... (пауза – педагог поглаживает детей). Обдувает листок, ласкает листок. Вам легко, спокойно. Вы летите туда, куда вам очень хочется... Потянитесь и на счет «три» - откройте глаза. Улыбнитесь!

«Звуки природы». «Дети представьте себе, что вы на лесной опушке. Вокруг шелестят листья, поют птицы, кукует кукушка, стрекочут в траве кузнечики, жужжат пчёлы... Прислушайтесь к звукам... Вы слышите пение птиц, шорохи трав. Почувствуйте запахи: ароматно пахнут лесные цветы... Ветер доносит запах сосен. Расслабьтесь, почувствуйте лёгкость и спокойствия. Запомните свои ощущения и захватите их с собой, возвращаясь из путешествия. Пусть они будут с вами весь день».

«Волшебство». Дети находятся в позе покоя. Взрослый дает им следующую установку: «Сейчас, когда я буду читать стихи, вы закроете глаза. Начинается 48

«Волшебный сон» Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова с закрытыми глазами. «Волшебный сон закончится, когда я скажу: «Открыть глаза». Внимание, наступает «волшебный сон». Реснички опускаются, глазки закрываются. Мы спокойно отдыхаем, мы спокойно отдыхаем. Сном волшебным засыпаем. Дышится легко, ровно, глубоко. Наши руки отдыхают... Ноги тоже отдыхают, отдыхают, засыпают. Ноги тоже отдыхают, отдыхают, засыпают. Шея не напряжена и расслаблена. Губы чуть

приоткрываются, все чудесно расслабляются, все чудесно расслабляются, дышится легко... ровно...глубоко... Мы спокойно отдыхали, сном волшебным засыпали. Хорошо нам отдыхать! Но пора вставать! Крепче кулачки сжимаем, их повыше поднимаем. Потянуться! Улыбнуться! Всем открыть глаза и встать!

«Перышки». «Закройте глаза. Сделайте три вдоха и выдоха по моей команде. Раз-вдох. Два – выдох. Представьте себе, что вы лежите на спине посередине поляны покрытой короткой, мягкой изумрудной травой. Вы лежите на спине и смотрите в голубое небо, по которому плывут два небольших белых облачка. Дует слабый ветерок. Вам легко, тепло, уютно и спокойно. Ветерок шевелит ваши волосы и приятно касается щек, лба и губ. И тут вы видите, что рядом с вами пролетает маленькое белое перышко. Оно опускается рядом с вами, и вы вдруг чувствуете, как уменьшаетесь. Вы становитесь все меньше и меньше. Вы садитесь на перышко, и ветер подхватывает его, поднимая все выше и выше. Сверху вы видите полянку, окружающий ее лес и заходящее за горизонт солнце. Вам совершенно не страшно. Постепенно света становится все меньше. Наступают сумерки. Вы видите, как загораются звездочки на небе. Сначала одна, потом другая, потом третья. Постепенно небо становится как синий бархат, усыпанный осколками стекла. Ветер утихает. Перышко медленно опускается на землю. Все стало как обычно. Восходящее солнце освещает все вокруг, и вы видите, что находитесь на полянке. Вокруг вас изумрудная трава и рядом с вами лежит маленькое белое перышко. Его подхватывает ветром, и вы теряете его из виду. Вам легко, свободно. Вы приятно удивлены таким необычным путешествием. Вокруг опять светло, тепло и уютно. Вы делаете три вдоха и выдоха. Раз-вдох. Открыли глаза...»

«Ковер- самолет». Исходная позиция — лежа на спине. Инструктор поясняет: «Мы ложимся на волшебный ковер-самолет; он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает; ветер нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется нашей комнате (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся».

«У камина». Исходная позиция — лежа на спине. Инструктор поясняет: «Давайте представим, что мы сидим у камина. Вам очень тепло...вдох...тепло распространяется по всему телу...выдох. Вы смотрите на огонь. Языки пламени, то поднимаются вверх...вдох... то опускаются вниз... выдох. Послушайте как трещат дрова в камине...вдох... Почувствуйте запах дров...выдох, потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся».

«Дождь». «Станьте в круг друг за другом и представьте, что вы превращаетесь в лесные деревья. В лесу светит солнышко, и все деревья потянули к нему свои веточки. Высоко- высоко тянутся своими веточками, чтобы каждый листочек согрелся (дети поднимаются на носки, высоко поднимают руки, перебирая пальцами). Вдруг подул сильный ветер и стал раскачивать деревья в разные стороны. А деревья крепко держатся корнями, устойчиво стоят и только раскачиваются (дети раскачиваются в стороны, напрягая мышцы ног). Ветер принес дождевые тучи, и деревья почувствовали первые дождевые капли (дети кончиками пальцев касаются спины впереди сидящего товарища). Дождик стучит все сильнее и сильнее (дети усиливают движения пальцами). Деревья стали жалеть друг друга, защищать от сильного удара дождя своими ветвями (дети проводят ладошками по спинам друг друга). Ура! Появилось солнышко! Деревья обрадовались, стряхнули с листьев лишние капли дождя. Они чувствуют себя бодрыми, свежими и радостными».

«Приятная мелодия». «Закрой глаза, глубоко вдохни и представь, что играет приятная спокойная мелодия: мысленно скажи: «Я – волшебная мелодия» - выдохни, вдохни; скажи: «Я – красивая музыка», выдохни, вдохни; скажи: «Я – чудесный звук» -выдохни, вдохни; скажи: «Я - нежный цветок» - выдохни, вдохни; скажи: «Я спокоен» -выдохни».

«На песке». Набрать в руки воображаемый песок (на вдохе). Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках (задержка дыхания). Посыпать песком колени, постепенно

раскрывая пальцы (на выдохе). Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжелыми руками. Повторить игру несколько раз.

«На траве» Исходное положение — дети сидят на корточках в кругу, нагнув голову к коленям и охватив их руками. Инструктор предлагает: «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете, постепенно выпрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти. Постарайтесь равномерно распределить стадии роста». В начале освоения этого упражнения на счет называют часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности, расслабленности других: «один» — медленно выпрямляются ноги, «два» — ноги продолжают выпрямляться и постепенно расслабляются руки; «три» — постепенно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам); «четыре» — разводятся плечи и выпрямляется шея, поднимается голова; «пять» — дети поднимают руки вверх, смотрят на них, будто тянутся к солнцу. После этого полезно сразу перейти к упражнению «Потянулись — сломались».

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206975708896086309713996961436711436381829397195

Владелец Колесова Елена Валерьевна

Действителен с 09.07.2026 по 09.07.2027