

Рецензия

на методическое пособие Разработка коррекционно – развивающей программы с использованием методов кинезиологии для педагогов – психологов, разработанное Актемировой А. В. педагогом – психологом и Сухаревой О.А. МБОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 163».

Методическое пособие по разработке коррекционно – развивающей программы с использованием методов кинезиологии для педагогов – психологов, разработано Актемировой Анной Владимировной. Количество страниц – 26.

В пособии представлен материал, который может быть полезен педагогам – психологам, разрабатывающим коррекционно – развивающие программы и использующим в своей работе здоровьесберегающие технологии.

Новизна проявляется в том, что в настоящее время растёт число детей с затруднениями в обучении, различными нарушениями в организме, трудностями в адаптации, которые проявляются нарушением речи, мышления, изменениями качества психики. Эта ситуация ставит перед нами задачу поиска эффективных форм и приемов профилактики и укрепления здоровья детей в условиях дошкольного образовательного учреждения. Таким образом, специальные «кинезиологические упражнения» могут быть применены для успешного развития и обучения ребенка, а так же способствовать развитию межполушарной специализации и межполушарного взаимодействия.

Практическая значимость данной разработки заключается в то, что под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения, стимуляция интеллектуального развития. У дошкольников улучшается память, внимание, речь, пространственные представления, мелкая и крупная моторика, снижается утомляемость, повышается работоспособность к произвольному контролю.

Еще одним положительным моментом от проведения кинезиологических занятий является то, что они дают не только быстрый эффект, но и накапливающий эффект, развивая при этом логическое мышление и повышая умственную деятельность в целом.

Заведующая кафедрой психологии
ФГБОУ ВО КГУФКСТ
к.п.н., доцент

14.02.2022 г.



Е.А. Пархоменко

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования г.Краснодар
"Детский сад комбинированного вида № 163».

**Методическое пособие по разработке
коррекционно-развивающей
программы с использованием методов
кинезиологии для педагогов –
психологов.**

Составитель: Актемирова А.В.

Педагог – психолог

Сухарева О.А.

педагог-психолог

Краснодар

2021

Содержание

Пояснительная записка	3
Шкала оценки психомоторного развития Н. И. Озерцкого	4
Программа кинезиологической коррекции	11
Пальчиковая гимнастика	12
Дыхательные упражнения	17
Глазодвигательные упражнения	18
Растяжка	20
Двигательные упражнения	21
Упражнения на релаксацию	23
Заключение	25
Список литературы	26

Пояснительная записка

КИНЕЗИОЛОГИЯ - это наука о развитии умственных способностей и физического здоровья через определенные двигательные упражнения. Она предполагает активизацию развития всех высших психических функций (ВПФ) через воздействие на сенсомоторный уровень с учетом общих закономерностей онтогенеза. Так как сенсомоторный уровень является основным для дальнейшего развития ВПФ, в начале коррекционного процесса отдается предпочтение именно двигательным методам, которые активизируют, восстанавливают взаимодействие между различными уровнями и аспектами психической деятельности.

Основная цель кинезиологии - развитие межполушарного взаимодействия, способствующее активизации мыслительной деятельности.

Задачи кинезиологии:

- синхронизация работы полушарий;
- развитие мелкой моторики;
- развитие памяти, внимания, речи;
- развитие мышления.

На основании тестов психомоторного развития Н.И. Озерецкого разработана данная коррекционно – развивающая программа, которая учитывает двухстороннее взаимодействие между морфогенезом мозга и формированием психики: с одной стороны, для появления определенной функции требуется известная степень зрелости нервной системы, с другой – само функционирование и активное коррекционно-развивающее воздействие оказывают влияние на созревание соответствующих структурных элементов.

Программа состоит из 2 курсов занятий (курс индивидуальных занятий с ребенком и курс групповых занятий с детьми), соответственно работа с ребенком проводится в индивидуальной или групповой форме.

Каждый курс включает в себя 21 занятие, продолжительность каждого занятия 20 – 25 (в зависимости от возраста ребенка), занятия проводятся в

группе или индивидуально по 1 занятию 2 раза в неделю на протяжении на 2,5 – 3 месяцев в условиях образовательного учреждения.

Цель программы – коррекция и развитие ВПФ, синхронизация работы полушарий головного мозга, стабилизация и активация энергетического потенциала организма, повышение пластичности сенсомоторного обеспечения психических процессов.

Данная программа предполагает:

- предварительную диагностику и динамическое диагностическое обследование детей по ее завершению;
- отработку в домашних условиях применяемых упражнений, неукоснительное выполнение их родителями в течение всего цикла (данное требование является одним из главных условий эффективности программы);
- постоянное консультирование родителей с подробным объяснением целей и задач формирующего обучения;
- все дыхательные, глазодвигательные, двигательные упражнения, ползания, растяжки выполняются по команде взрослого в *медленном* темпе 4–6 раз.

Шкала оценки психомоторного развития Н. И. Озерецкого

Тест для детей в возрасте 4 года

Задание №1. Стояние в течение 15 секунд с закрытыми глазами; руки вытянуты по швам, ноги поставлены таким образом, чтобы носок левой ноги тесно примыкал к пятке правой ноги; стопы должны быть расположены по прямой линии.

Задание №2. Касание с закрытыми глазами кончика носа указательным пальцем правой и левой рукой (по очереди).

Задание №3. Подпрыгивание. Одновременно отделяются от земли обе ноги, слегка согнутые в коленных суставах. Высота, на которую подпрыгивает ребенок, не учитывается. Тест считается невыполненным, если ребенок не

умеет сразу отделить от земли обе ноги, становятся при подпрыгивании на пятки, а не на носки и в течение 5 секунд делает меньше 7 подпрыгиваний. При неудаче допускается повторение теста.

Задание №4. укладывание монет в коробку. Небольшую картонную коробку ставят перед ребенком на таком расстоянии, чтобы он, сидя, свободно мог дотянуться до нее полусогнутой в локте правой рукой. Параллельно ближайшей к ребенку стенке коробки (передняя стенка), отступая от нее на 5 см, раскладывают в ряд 20 монет (диаметр монеты 2 см). По звуковому сигналу ребенок максимально быстро должен укладывать в коробку по одной монете. Выбор, с какого конца начать укладывание монет, предоставляется испытуемому. В коробке монеты могут быть сложены в беспорядке, одна на другой; следят лишь за тем, чтобы ребенок, подняв монету, клал, а не бросал ее в коробку. Тест ограничивается временем в 25 секунд и считается невыполненным, если по истечении указанного времени осталась неуложенной хотя бы одна монета. При неудаче допускается повторение теста, но не более двух раз. Левши выполняют этот тест левой рукой.

Задание №5. ребенку предлагается в течение 10 секунд указательными пальцами горизонтально вытянутых рук описывать в воздухе круги, размер которых предоставляется на его усмотрение, но должен быть одинаковым для обеих рук. Правой рукой круги описываются по направлению часовой стрелки, левой рукой - в обратном направлении. Тест считается невыполненным, если ребенок вращал руки только в одном направлении, описывал круги неправильной формы или один круг меньше другого. При неудаче тест повторяется, но не больше трех раз.

Задание №6. Экспериментатор подает ребенку руку и просит крепко пожать ее сначала правой, потом левой рукой, а затем обеими руками. Во время рукопожатия следит за тем, чтобы ребенок не привлек к участию другие группы мышц (сжал в кулак другую руку, перекосил лицо, наморщил лоб, раскрыл рот, плотно сжал губы и т. д.). При наличии излишних движений тест считается невыполненным.

Тест для детей в возрасте 5 лет

Задание №1. Стояние в течение 10 секунд на пальцах ног («на цыпочках») с открытыми глазами. Ребенок приподнимается на пальцах ног (становятся на цыпочки), руки вытянуты по швам. Ноги плотно сжаты, пятки и носки сомкнуты. Тест читается невыполненным, если ребенок сошел с первоначальной позиции, прикоснулся пятками к полу. Шатание. Балансирование, приподнимание и опускание на пальцах ног не считаются неудачей, но обязательно должны быть отмечены в протоколе знаком минус. При неудаче допускается повторение теста, но не более трех раз.

Задание №2. Ребенку дают квадратный листок (размером 5x5 см) папиросной бумаги и предлагают максимально быстро при помощи пальцев правой руки скатать его в шарик; помогать во время работы другой рукой не разрешается. Задание продлевается при положении руки на весу. После 15-секундного перерыва предлагают скатать шарик другой рукой. Тест ограничен по времени: не более 15 секунд для правой руки, не более 20 секунд - для левой. (Для левшей цифры обратные.) Тест считается невыполненным, если будет потрачено более указанного времени и если шарики будут недостаточно компактно свернуты. Тест оценивается баллом, если задание выполнено для обеих рук; при выполнении задания для одной руки ставиться $\frac{1}{2}$ балла; в протоколе не указывается, какой рукой выполнено задание. При неудаче допускается повторение теста, но не более двух раз для каждой руки.

Задание №3. прыжки с открытыми глазами попеременно на правой и левой ногах. Общее расстояние – 5 м.

Ребенок сгибает под прямым углом ногу в коленном суставе, руки на бедрах. По звуковому сигналу он начинает прыгать. Допрыгав до заранее указанного места, опускает подогнутую ногу; после перерыва, равного 30 секундам, прыгает на другой ноге. Скорость не учитывается. Тест считается невыполненным, если испытуемый более чем на 50 см отклонился от прямой линии, коснулся пола подогнутой ногой или размахивал руками. Тест оценивается баллом, если задание выполнено для обеих ног; при выполнении

задания для одной ноги ставится $\frac{1}{2}$ балла; в протоколе указывается, какой ногой было выполнено задание. При неудаче допускается повторение теста, но не более двух раз для каждой ноги.

Задание №4. Наматывание нитки на катушку. Ребенок левой рукой держит за один конец катушку, с которой отмотана нитка длиной 2 м; указательным и большим пальцами правой руки он берет нитку и по звуковому сигналу, делая правой рукой круговые движения, начинает с максимальной скоростью наматывать нитку на катушку. Для испытания левой руки конец катушки удерживается правой рукой. Во время испытания следят за тем, чтобы рука, в которой зажата катушка, оставалась неподвижной и не делала вращательных движений. При наличии таких движений прерывают испытание, чтобы повторить снова, но не более трех раз для каждой руки. Тест ограничивается по времени и считается невыполненным, если ребенок потратил на выполнение задания более 15 секунд для правой руки и более 20 секунд для левой. (Для левшей цифры обратные.) Тест оценивается балом, если задание выполнено для обеих рук; при выполнении задания для одной руки ставится $\frac{1}{2}$ балла; в протоколе указывается, какой рукой было выполнено задание.

Задание №5. ребенка сажают за стол. Напротив него кладется раскрытая спичечная коробка (на расстоянии, удобном для того, чтобы ее можно было легко достать полусогнутой в локте рукой). Справа и слева по бокам коробки (на расстоянии, равном длине спички) расположено тесно в ряд (вертикально) по 10 спичек с каждой стороны. Ребенку предлагают по звуковому сигналу начать укладывание спичек в коробку, для чего он должен большим и указательными пальцами обеих рук одновременно брать с каждой стороны по спичке и одновременно же класть их в коробку. Первыми берутся спички, ближайšie к стенке коробки. В течение 20 секунд с каждой стороны должно быть уложено не менее чем 5 спичек; если уложено меньшее, хотя и одинаковое с обеих сторон, количество спичек, рекомендуется повторить тест; вторичное аналогичное выполнение задания расценивается минусом. Тест считается невыполненным, если ребенок производил движения несинхронно

(хотя бы и было уложено равное количество спичек с обеих сторон). В протоколе отмечается числителем количество спичек, оставшихся справа, знаменателем - количество спичек слева; при правильном выполнении теста дробь равна единице. При неудаче допускается повторение теста не более двух раз.

Задание №6. предлагают ребенку оскалить зубы. Следят за тем, чтобы не было лишних движений (наморщивания крыльев носа, наморщивания лба, поднимания бровей кверху), при наличии которых тест считается невыполненным.

Тест для детей в возрасте 6 лет

Задание №1. Стояние с открытыми глазами в течение 10 секунд (попеременно на правой и левой ногах). Поднятая нога должна быть согнута под прямым углом в коленном суставе; поднятое бедро – параллельно другому. Слегка отведено, руки вытянуты по швам. При опускании поднятой ноги необходимо предложить ребенку немедленно выровнять ногу до прямого угла. После 30 секунд перерыва то же самое испытание делается для другой ноги. Тест считается невыполненным, если ребенок после трехкратного напоминания все же опустил поднятую ногу; если ребенок хотя бы один раз коснулся пола поднятой ногой, сошел с места, подпрыгивал, поднимался на пальцах ноги, балансировал. Полный балл ставится за выполнение задания для обеих ног; при неустойчивости на одной ноге ставится $\frac{1}{2}$ балла; в протоколе отмечается, какая нога была более устойчивой. При неудаче допускается повторение теста, но не более двух раз для каждой ноги.

Задание №2. Попадание мячом в цель на расстоянии 1,5 м. На уровне груди ребенка подвешивают квадратную доску (25x25 см). Ребенку дают в правую руку мяч (диаметром 8 см) и предлагают, кинув его «с развернутого плеча» (а не броском снизу), попасть в цель. При бросании правой рукой испытуемый должен выставить вперед левую ногу и наоборот; стойка «пятки вместе, носки врозь» при выполнении этого теста не допускается. Тест считается выполненным, если при метании правой рукой ребенок попадает в

цель два раза, и при метании левой рукой - 1 раз (мальчики из трех бросков, девочки - из 4-х), причем безразлично, будет это центр или карай доски. Тест оценивается баллом, если задание выполнено для обеих рук; при выполнении задания для одной руки ставится $\frac{1}{2}$ балла; в протоколе указывается, какой рукой было выполнено задание. Тест при неудаче повторяется.

Задание №3. Прыгание с места через веревку, натянутую на высоте 20 см от пола. При прыжке необходимо сгибать обе ноги в коленных суставах и одновременно отделять их от пола (перепрыгивание, а не перешагивание). Из трех попыток ребенок должен два раза перепрыгнуть, не задев веревки. Если он перепрыгнул, не задев веревки, но при этом упал или коснулся руками пола. Тест считается невыполненным. В протоколе отмечается, встал испытуемый на носки или на пятки. Во избежание ушибов фиксируется только один конец веревки, другой конец прижимается нетяжелым предметом, чтобы при задевании веревка свободно падала.

Задание №4. Начертание вертикальных линий. Ребенка сажают за стол и кладут перед ним лист белой линованной по одной линейке бумаги. В правую руку, лежащую совершенно свободно (опирается на локоть), ребенок берет карандаш. По звуковому сигналу он должен начать с наибольшей быстротой чертить карандашом между двумя линейками вертикальные линии. Промежутки между двумя вертикальными линиями могут быть неодинаковыми, но они не должны выходить за пределы двух смежных горизонтальных линий. По истечении 10 секунд дается звуковой сигнал о прекращении работы. После 30-секундного перерыва то же самое ребенок делает левой рукой. Тест считается невыполненным, если испытуемый в течение 15 секунд начертил меньше 20 линий правой рукой и меньше 12 - левой. (Для левшей - цифры обратные). Линии, выходящие за горизонтальные линейки или не доходящие до них больше чем на 3 мм, не подсчитываются. Тест оценивается баллом, если задание выполнено для обеих конечностей; при выполнении задания для одной руки ставится $\frac{1}{2}$ балла. В протоколе указывается, для какой руки выполнено задание, а также отмечаются изменения

скорости начертания. При неудаче допускается повторение теста, но не более 2 раз для каждой руки.

Задание №5. Ребенок в удобном ему темпе ходит по комнате. Одновременно с ходьбой он должен взяв катушку в левую руку, сматывать с нее нитку и наматывать ее на указательный палец правой руки. По истечении 15 секунд дается сигнал о прекращении работы. После чего через 10-15 секунд ребенку предлагают снова начать маршировать, взяв катушку в правую руку и наматывая нитку на левый указательный палец. Через 15 секунд дается сигнал о прекращении работы. Тест считается невыполненным, если испытуемый во время маршировки более трех раз менял темп или проделывал движения разновременно; останавливался и тогда сматывал нитку или маршировал, а нитку не сматывал. Если задание выполнено частично (для одной руки), то тест считается невыполненным и оценивается минусом; в протоколе должно быть указано для какой руки сматывание нитки и маршировка были одновременными. При неудаче возможно повторение теста, но не более 2 раз.

Задание №6. Ребенку предлагают, взяв в руки резиновый молоток, несколько раз сильно ударить им по столу; задание выполняется сначала для правой руки, потом для левой. Следят за тем, чтобы не было излишних движений (оскаливания зубов, наморщивания лба, сжимания губ и т. п.), при наличии которых тест считается невыполненным. При частичном выполнении (для одной руки) тест оценивается минусом. При неудаче возможно повторение теста, но не более 2 раз.

Оценка результатов

Уточнив дату рождения ребенка, испытание начинают с тестов его возраста, причем первые месяцы до шести, превышающие целое количество лет, в счет при определении количества лет не идут; начиная с первых шести месяцев, прибавляют к возрасту испытуемого лишний год. Например, 5 лет 4 месяца считаются за 5 лет, 5 лет 6 месяцев - за 6 лет; испытание в первом случае начинают с тестов, предназначенных для детей пятилетнего возраста, во втором - шестилетнего. Испытуемый должен выполнить все задачи своего

возраста; результат выполнения теста оценивается баллом (правильное исполнение) или «минусом» (неправильное выполнение), за исключением тех тестов, в которых задание касается верхних или нижних конечностей, где полный балл ставится только в тех случаях, если испытуемый выполнил задание для обеих конечностей. В случаях, когда задание выполнено частично (одна правая или одна левая конечность), ставится ½ балла. При невыполнении испытуемым хотя бы одного теста своего возраста переходят к тестам более младшего возраста и так постепенно пускаются по шкале до тестов возраста, при решении которых испытуемый выполняет все задания. При подсчете результатов за основу берется тот год по шкале, на котором испытуемый выполняет все задания. К этому году прибавляется сумма баллов, полученных при выполнении тестов для других возрастных ступеней. Каждый балл равен двум месяцам, ½ балла – одному месяцу.

Программа кинезиологической коррекции

Структура индивидуальных занятий и задачи каждого этапа

Этап занятия	Задачи этапа
I. Вступительная часть Разминка. Пальчиковая гимнастика	Положительный настрой на занятие, создание доброжелательной непринужденной атмосферы на занятие. Развитие мелкой моторики рук.
II. Основная часть 1. Дыхательные упражнения 2. Глазодвигательные упражнения 3. Растяжки 4. Двигательные упражнения	1. Улучшение ритмики дыхания, повышение энергетического обеспечения деятельности мозга. 2. Формирование глазодвигательных функций, отработка плавности движения взгляда, стабильности удержания взгляда на предмете. 3. Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела. Нормализация гипертонуса (неконтролируемого чрезмерного мышечного напряжения) и гипотонуса (неконтролируемой мышечной вялости) мышц. 4. Формирование базовых сенсомоторных взаимодействий.
III. Заключительная	Создание условий для доверительных и безопасных

часть. Упражнение на релаксацию Прощание	отношений в дальнейшем.
---	-------------------------

Структура групповых занятий и задачи каждого этапа

Этап занятия	Задачи этапа
I. Вступительная часть Разминка (пальчиковая гимнастика)	Положительный настрой на занятие, создание доброжелательной непринужденной атмосферы на занятие.
II. Основная часть 1) Дыхательные упражнения 2) Растяжки 3) Двигательные упражнения	1) Улучшение ритмики дыхания, повышение энергетического обеспечения деятельности мозга. 2) Оптимизация и стабилизация общего тонуса тела. Нормализация гипертонуса (неконтролируемого чрезмерного мышечного напряжения) и гипотонуса (неконтролируемой мышечной вялости) мышц. 3) Формирование базовых сенсомоторных (одновременных и реципрокных) взаимодействий.
III. Заключительная часть Упражнение на релаксацию Прощание	Формирование навыка взаимодействия в группе. Создание условий для доверительных и безопасных отношений в дальнейшем.

Пальчиковая гимнастика

1. «Осень»

Осень, осень, (трём ладошки друг о друга) Приходи! (зажимаем кулаки по очереди) Осень, осень, (трём ладошки друг о друга) Погляди! (ладони на щеки) Листья желтые кружатся, (плавное движение ладонями) Тихо на землю ложатся. (ладони гладят по коленям) Солнце нас уже не греет, (сжимаем и разжимаем кулаки по очереди) Ветер дует все сильнее, (синхронно наклоняем руки в разные стороны) К югу полетели птицы, («птица» из двух скрещенных рук) Дождик к нам в окно стучится. (барабанить пальцами то по одной, то по другой ладони) Шапки, куртки надеваем (имитируем) И ботинки обуваем

(топаем ногами) Знаем месяцы: (ладони стучат по коленям) Сентябрь, и Октябрь, и Ноябрь. (кулак, ребро, ладонь)

2. «Грибы да ягоды»

Я в лесу нашел грибок. Я сорвать его не смог: (ладонь одной руки лежит на кулаке другой (меняем) Дождь грибочек поливал, (пальцы ласково глядят по щекам) И грибочек подрастал. (руки сцепляем пальцами, постепенно увеличивая круг называем грибы) Ягодка росла в лесу. Я домой ее несу. (кулак одной руки лежит на ладони другой (меняем) Солнце ягодку согрело, (пальцы ласково гладят по щекам) Наша ягодка поспела. (делаем круги, соединяя по очереди все пальцы с большим, одновременно на двух руках) - называем ягоды

3. «Урожай»

Овощи растут на грядке.(скрестить пальцы на руках, по очереди поднимать пальцы) Посчитай их по порядку: (соединить по очереди пальцы на двух руках) Капуста, перец, огурец, (кулак, ребро, ладонь) Я сегодня молодец. (гладим себя по груди) На грядке овощи растут,(скрестить пальцы на руках, по очереди поднимать пальцы) Что же мы увидим тут? (соединить по очереди пальцы на двух руках)

Картофель, помидор, морковь, (кулак, ребро, ладонь) Мы себя похвалим вновь. (гладим себя по груди)

4. «Зима»

Пришла зима, (трем ладошки друг о друга) Принесла мороз. (пальцами массируем плечи, предплечья) Пришла зима, (трем ладошки друг о друга) Замерзает нос. (ладошкой массируем кончик носа) Снег, (плавные движения ладонями) Сугробы, (кулаки стучат по коленям попеременно) Гололед. (ладони шоркают по коленям разнонаправлено) Все на улицу — вперед! (одна рука на колени ладонью, вторая рука согнута в локте, кулак (меняем) Теплые штаны наденем, (ладонями проводим по ногам) Шапку, шубу, валенки. (ладонями проводим по голове, по рукам, топаем ногами) Руки в варежках согреем (круговые движения ладонями одной руки вокруг другой ладони) И завяжем

шарфики. (ладони прикладываем друг на друга к основанию шеи) Зимний месяц называй! (ладони стучат по коленям)

Декабрь, Январь, Февраль. (кулак, ребро, ладонь)

5. Пальчиковая гимнастика «Новый год»

Наступает Новый год! (хлопаем в ладоши) Дети водят хоровод.(кисти сцеплены пальцами, руки вытянуты, кисти внутрь-наружу) Висят на елке шарики, (поочередно соединяем пальцы на двух руках, образуя шар) Светятся фонарики. (фонарики) Вот сверкают льдинки, (сжимать и резко разжимать кулаки по очереди) Кружатся снежинки. (легко и плавно двигать кистями) В гости дед Мороз идет, (пальцы шагают по коленям или по полу) Всем подарки он несет. (третью руку об другую ладонь) Чтоб подарки посчитать, Будем пальцы загибать: (хлопаем по коленям или по полу, одна рука — ладонью, другая — кулаком, а затем меняем) 1, 2, 3, 4, 5, б, 7, 8, 9, 10. (по очереди массируем каждый палец)

6. «Найди животных»

Мы тихонько в лес зайдем. (пальцы шагают по столу (коленям) Что же мы увидим в нем? (одна ладонь закрывает глаз, вторая — ухо (меняем) Там деревья подрастают, К солнцу ветки направляют. (одна рука «растет» через отверстие, образованное пальцами другой руки (и наоборот) Тики-ти, тики-ти, (два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза — кулаками) Животных мы хотим найти. (одна рука — ребро, вторая рука — кулак (и наоборот) -дети по очереди называют диких животных По деревне мы шагаем, (пальцы шагают по столу (коленям)

Видим будки и сараи. (одна ладонь закрывает глаз, вторая - ухо (меняем) Тики-ти, тики-ти, (два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза - кулаками) Животных мы хотим найти. (одна рука - ребро, вторая рука - кулак (и наоборот) - дети по очереди называют домашних животных В жарких странах оказались, (пальцы шагают по столу (коленям) Очень долго удивлялись. одна ладонь закрывает глаз, вторая - ухо (меняем) Тики-ти, тики-ти, (два раза ударяем ребром ладоней по коленям, два раза - кулаками)

Животных мы хотим найти. (одна рука - ребро, вторая рука - кулак (и наоборот) - дети по очереди называют животных жарких стран.

7. Пальчиковая гимнастика «Путешествие»

Тук-тук-тук, Тук-тук-тук. Наши ушки слышат стук. (возле уха каждый палец стучит о большой 3 раза) Вот ладошечки шуршат, (потирание ладоней друг о друга) Наши пальчики трещат. (потирание кулачков друг о друга) Теперь в ладоши громко бей, (хлопки) А теперь ты их согрей. (ладони на щеки) К путешествию готовы? (кулаки на коленях) Да! (руки вверх, ладони раскрыть) В путь отправимся мы снова: (вращательные движения кистями) Сядем мы на самолет И отправимся в полет. (руки в стороны, ладони напряжены) Мы теперь на корабле, Нас качает на волне. (ладони лодочкой, одна вверх, вторая вниз) Едет поезд, (ребром ладони двигаем по коленям или по столу) Колеса стучат. (кулачки стучат по коленям или по столу) С поезда много веселых ребят (зверят). (подушечками пальцев поочередно нажимаем на колени или на стол) Перечислить имена детей (зверей). (Дети повторяют и хлопают ладонями по коленям или по столу).

8. «Где вы, рыбки?»

Рыбки, рыбки, где вы, где? Рыбки плавают в воде. Вы плывете, рыбки, сами? Машете вы плавниками. Что блестит, как жар горя? На вашем теле чешуя. Рыбки, рыбки, вы не спите. Вы плывите! Вы плывите! Дети договаривают последние слова двустихья. Потом изображают плавающих рыб. По сигналу взрослого замирают, приняв определенную позу, которая заранее оговаривается. Рыбка — присесть. Ночь — закрывают глаза, две сложенные руки вперед. Червячок — руки, сложенные вместе, вверх.

9. «Чики-чи, чики-чи»

Кто же это так стучит? (левая ладонь накрывает правый кулак и наоборот) Крепко глазки закрываем, (дети закрывают глаза ладонями) Кто это стучит — узнаем. (ведущий кладет перед кем-то бубен (барабан, молоточек) Ведущий отстукивает ритм, ребенок повторяет).

10. «Магазин одежд»

Открываем магазин, (соединить ладони, круговые движения в противоположные стороны) Протираем пыль с витрин. (ладонь 1 руки массирует тыльную сторону другой и наоборот) В магазин заходят люди, (подушечки 4 пальцев одной руки двигаются по тыльной стороне другой) Продавать одежду будем. (костяшки сжатых в кулак пальцев двигать вверх-вниз по ладони другой руки) - дети называют различную одежду Магазин теперь закроем, (фаланги сжатых в кулак пальцев вращать по центру другой ладони) Каждый пальчик мы помоем. (массаж каждого пальца между фалангами указательного и среднего пальцев другой руки) Потрудились мы на «пять» — (протираем ладони) Пальцы могут отдыхать. (поглаживаем каждый палец)

11. «Наши пальчики»

Понемножку по ладошке Наши пальчики идут, (пальцы одной руки легко стучат по ладони другой) Серединку на ладошке Наши пальчики найдут. (то же другой рукой) Чтоб внимательнее стать, Нужно точку нажимать. (нажимать на центр ладони пальцем другой руки (поменять руки) Помассировать по кругу, (круговые движения указательным пальцем одной руки по центру ладони другой (поменять руки) А теперь расслабить руку. (легко пошевелить пальцами) Давим, (крепко сжать кулаки) Тянем, (напряженно вытянуть пальцы) Отдыхаем. (расслабить кисть) Мы внимательными станем! (скрестить руки на груди)

12. «Внимательный мишка»

По полянке мишка шел (пальцы одной руки шагают по ладони другой) И в бочонке мед нашел. (царапающие движения пальцев одной руки по ладони другой) Лапкой мед он доставал, (надавливание на центр ладони указательным пальцем другой) Язычком его лизал. (круговые движения указательным пальцем по центру ладони др.) Нету меда! (крепко зажать кулаки) Где же мед? (выпрямить напряженные пальцы) Ищет мишка — не найдет. (ладони на щеках, качаем головой) Нужно обязательно Мишке быть внимательным. (указательными пальцами обеих рук стучим по коленям в ритме фразы)

Дыхательные упражнения

1. «Ныряльщик»

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.

2. «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.

3. «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.

4. «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.

5. «Губы трубочкой»

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.

6. «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.

Глазодвигательные упражнения

1. «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 изо рта языком.

2. «Глазки – 1»

Чтобы зоркость не терять,

Нужно глазками вращать.

Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды (6 раз).

3. «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.

4. «Глазки – 2»

Чтобы зоркими нам стать,

Нужно на глаза нажать.

Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхние веки соответствующего глаза и держать 1-2 секунда.

5. «Слон»

Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперёд, 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.

6. «Глазки – 3»

Нарисуем большой круг

И осмотрим все вокруг.

Глазами и выдвинутым языком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).

7. « 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.

8. Глазки - 4»

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

Растяжка

1. «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.

2. «Тряпичная кукла и солдат»

Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

3. «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.

4. «Сорви яблоки»

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 поднимите 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.

Двигательные упражнения

1. «Мельница»

Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

2. «Яйцо»

Спрячемся от всех забот,
только мама нас найдет.

Сесть на пол, подтянуть колени к животу, обхватить их руками, голову спрятать в колени. Раскачиваться из стороны в сторону, стараясь расслабиться.

3. «Робот»

Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.

4. «Перекрестное марширование»

Любим мы маршировать,
Руки, ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем, шагать

касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

5. «Дерево»

Мы растем, растем, растем

И до неба достаем.

Сидя на корточках, стряпать голову в колени, колени обхватить руками. Это — семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно подняться на ноги, затем распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Подул ветер — раскачивать тело, имитируя дерево. (10 раз)

6. «Колено – локоть»

Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

7. «Крюки»

Можно выполнять стоя, сидя, лежа. Скрестите лодыжки ног, как удобно. Затем вытяните руки вперед, скрестив ладони друг к другу, сцепив пальцы в замок, вывернуть руки внутрь на уровне груди так, чтобы локти были направлены вниз.

8. «Маршировка»

Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

9. «Повороты шеи»

Поворачивайте голову медленно из стороны в бок, дышите медленно. Подбородок должен быть опущен как можно ниже. Расслабьте плечи. Поворачивайте головой сначала с открытыми глазами, потом с закрытыми.

10. «Паровозик»

Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

11. "Сам себе качели"

Сядьте на пол, предварительно не забыв расстелить специальный коврик, и согните колени. Обхватите колени руками, откиньтесь назад и, округлив спину, покачайтесь назад и вперед, с боку на бок. Амплитуда движений невелика, она регулируется появлением напряжения.

Упражнения на релаксацию

1. Релаксация «Ковер-самолет»

Исходное положение - лежа на спине, глаза закрыть, при этом играет спокойная музыка.

Мы ложимся на волшебный ковер-самолет. Он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает. Ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей группе (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся.

2. «Дирижер»

Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка)

Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком... Пусть в то время как вы дирижируете,

музыка течет через все твое тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируй на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

3. «Путешествие на облаке»

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните... Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, удобно расположились на этой большой облачной подушке. Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что – нибудь чудесное и волшебное... Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

Заключение.

Упражнения кинезиологии направлены на развитие физических и психофизиологических качеств, на сохранение здоровья детей, и профилактику

отклонений в их развитии. Под влиянием таких тренировок в организме наступают положительные изменения. Чем интенсивнее нагрузка, тем значительнее эти изменения.

Упражнения повышают стрессоустойчивость организма, синхронизируют работу полушарий, улучшают мыслительную деятельность, способствуют улучшению памяти и внимания, облегчают процесс чтения и письма. В результате повышается уровень эмоционального благополучия, улучшается зрительно-моторная координация, формируется пространственная ориентировка. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы.

Комплексы упражнений включают в себя растяжки, дыхательные упражнения, глазодвигательные упражнения, телесные упражнения, упражнения для развития мелкой моторики, упражнения на релаксацию.

В результате применения кинезиологической гимнастики, дети становятся более активными и уверенными в своих силах и возможностях. Дети становятся более активными, инициативными, способными к принятию самостоятельного решения. При наименьших затратах достигается динамика в развитии интеллектуальных способностей через движение.

Список литературы

1. Афонькин С.Ю., Рузина М.С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997.

2. Деннисон П.И. и Деннисон Г.И Гимнастика Мозга. Книга для педагогов и родителей. Деннисон П.И. и Деннисон Г.И. Москва. 1997г.
3. Рузина М.С. Пальчиковые и телесные игры для малышей – СПб.: Речь, 2003.
4. Семенович А. В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учебное пособие для высших учебных заведений. – М., 2002.
5. Сиротюк А. Л. Обучение детей с учетом психофизиологии. Практическое руководство для учителей и родителей. - Сфера, 2001. - 128 с. - Серия: Практическая психология
6. Ханнафорд. К. Мудрое движение, или мы учимся не только головой. М., «Восхождение», 1998.
7. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. СПб., 1996.
8. Шанина Г. Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков. М., ВНИИФК, 1999.

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

**«ТЕОРИЯ И МЕТОДОЛОГИЯ ИННОВАЦИОННЫХ
НАПРАВЛЕНИЙ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВОСПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»**

ХII ВСЕРОССИЙСКАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ
(Краснодар, 22 октября 2022 г.)

Сборник материалов

Электронное издание

Материалы ХII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Теория и методология инновационных направлений физкультурного воспитания детей дошкольного возраста» (Краснодар, 22 октября 2022 г.): материалы конференции / ред. С.М. Ахметов, Ю.К. Чернышенко, Г.Б. Горская, Е.А. Пархоменко. – Электронные данные. – Краснодар: КГУФКСТ, 2022. – электронный оптический диск.

© КГУФКСТ, 2022

УДК 373.203.71(06)

ББК 74.1я73

Т 33

Редакционная коллегия: профессор С.М. Ахметов
профессор Ю.К. Чернышенко
профессор Г.Б. Горская
доцент Е.А. Пархоменко

В сборнике материалов конференции представлены результаты исследований и разработок, проведенных специалистами дошкольного образования по актуальным проблемам физкультурного воспитания детей дошкольного возраста.

Сборник материалов

Электронное издание

Минимальные системные требования:

- компьютер типа IBM с процессором Intel Pentium I и выше;
- операционная система Windows 2000/XP;
- процессор с частотой не ниже 500 MHz;
- оперативная память с 8 Mb и более;
- жесткий диск с объемом свободного места не менее 40 Mb;
- видеокарта с 8 Mb памяти;
- VGA монитор с поддержкой разрешения 1024x768;
- CD привод 4x или лучше (рекомендуется 16x).

© КГУФКСТ, 2022

Надвыпускные данные:

Электронное учебное пособие создано в приложении Microsoft Office – Microsoft Word, Microsoft Word PowerPoint.

Программа работает на любых IBM совместимых компьютерах под управлением Windows 2000/XP, на которых установлены средства для работы с мультимедийными приложениями. Программа не требует установки и работает как с жесткого, так и непосредственно с лазерного диска. Запуск программы не должен вызывать затруднение у обучающихся.

Техническая обработка и подготовка материала – Тонковидова А.В.

Выпускные данные:

Подписано к использованию 22.10.2022

Объем издания 2,83 Мб

Электронный оптический диск

Редакционно-издательский отдел Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма.

350015, г. Краснодар, ул. Будённого, 161.

СОДЕРЖАНИЕ

ДИАГНОСТИКА НАРУШЕНИЙ СЕНСОРНОЙ ИНТЕГРАЦИИ В РАБОТЕ С РОДИТЕЛЯМИ ДОШКОЛЬНИКОВ.....	4
С.В. Абабкова, Т.В. Лапко	4
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ДОУ	6
Ю.Е. Ажинова, К.Ю. Коновалова	6
ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА С УЧЕТОМ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛИЗА	8
А.В. Актемирова, М.Н. Гетьман, Е.Е. Солодовник	8
ПРИМЕНЕНИЕ МОЗЖЕЧКОВОЙ СТИМУЛЯЦИИ НА БАЛАНСИРОВОЧНОЙ ДОСКЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С РАЗЛИЧНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ.....	12
С.В. Алексеева, В.В. Федотова	12
МЕТОДИКА ВОСПИТАНИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	14
Н.А. Амбарцумян.....	14
ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА КАК СРЕДСТВО ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	16
А.С. Аненкова, Т.Н. Лобода.....	16
ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У ДОШКОЛЬНИКОВ С ПОМОЩЬЮ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КАМЕШКОВ МАРБЛС	18
И.Ю. Антониади, Т.С. Бархо.....	18
ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	20
Ю.А. Ахмылова, М.В. Питерова	20
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	22
М.Г. Багужаева, Ж.С. Яковец	22
ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В МДОУ ЦЕНТРА РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА – Д/С № 21 Г. УЗЛОВАЯ..	24
Г.А. Баранова, Ю.Н. Евсюкова	24

**ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА С УЧЕТОМ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
СТАНДАРТА В СФЕРЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛИЗА**

А.В. Актемирова, М.Н. Гетьман, Е.Е. Солодовник

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
муниципального образования город Краснодар «Детский сад
комбинированного вида № 163»

Аннотация. Статья раскрывает возможность использовать транзактный анализ в работе с детьми с ОВЗ и их родителями в ДОО.

Ключевые слова: транзактный анализ, эго, ОВЗ, игровые комбинации.

Одним из приоритетных направлений работы нашего ДОО является сохранение психологического здоровья ребенка, это является неотъемлемой частью реализации ФГОС ДО. Работая над коррекцией поведения детей с ОВЗ, а также помогая родителям в решении конфликтных ситуаций в семье, связанных с воспитанием детей с ограниченными возможностями здоровья, мы опираемся на основные труды Эрика Берна, посвященные транзактному анализу. Что же такое транзактный анализ (в дальнейшем ТА), основы которого были описаны Эриком Берном? В Википедии мы можем найти следующее определение – «ТА представляет собой психологическую модель, служащую для описания и анализа поведения человека как индивидуально, так и в составе групп. Данная модель включает в себя философию, теорию и методы, позволяющие людям понять самих себя и особенность своего взаимодействия с окружающими». В этой модели, мы можем увидеть и проанализировать свои эмоции, мысли, поведение воспитанников а, следовательно, помочь в решении как внутриличностных конфликтов, так и найти наиболее легкие пути социализации ребенка.

Актуальность данного метода – в осуществлении индивидуального подхода ко всем участникам образовательного процесса (воспитанники, родители, воспитатели, специалисты, администрация), что позволяет регулировать процессы, происходящие между всеми членами цепочки образовательного процесса.

В теории ТА говорится о том, что человек в различных жизненных ситуациях ведет себя и принимает решения по-разному, выбирая определенное состояние – ребенок, взрослый, родитель. В ТА эти состояния или «паттерны поведения» называются «эго-состояния» и они (самое важное) присутствуют в каждом человеке. Именно по этой причине мы хотим остановиться на пояснении каждого из этих состояний более подробно.

Итак, эго – состояние – родитель – это установки и поведение перенятые из внешнего мира от значимых взрослых (предубеждения, критика, назидания и т.п.). Эго – состояние взрослого – это реальность, получение новой

информации, организованность, находчивость, оценка своих возможностей и спокойный расчет. Эго – состояние ребенка – это побуждения (я хочу), позиции из детства, а также творчество. То есть, когда мы живем, то есть действуем, проживаем чувства, думаем, как наши родители, – такое состояние называется «эго-состояние Родитель». Когда же мы проживаем нашу жизнь «здесь и сейчас», используем фактическую информацию, полученную опытным путем из накопленных фактов, объективной оценкой своего опыта – мы находимся в эго-состоянии Взрослого. Когда мы ощущаем и ведём себя «по-детски» – такое состояние в ТА названо «эго-состоянии Ребёнка».

В любой ситуации человек находится в одном из этих трёх эго-состояний. А во время общения (в ТА – это называется – обмен транзакциями) эго-состояния человека взаимодействуют с эго-состояниями партнёра. Например: если в диалоге один партнер находится в детской позиции, а другой в состоянии взрослого или родителя, то согласно ТА, конструктивный диалог не возможен. Для успешного решения вопросов все участники должны находиться в одинаковом эго – состоянии.

В статье мы хотели бы осветить некоторые упражнения ТА, которые можно использовать при работе как с детьми с ОВЗ, так и их родителями. Очень часто взрослые не могут отследить свои чувства, связанные с ребенком. Для того что бы понять в каком эго – состоянии находится родитель или педагог в определенный момент нужно научиться отслеживать эти состояния (эта практика требует времени). Для начала при возникновении определенного вопроса или конфликтной ситуации можно выполнить упражнение ТА «Три стула», что поможет понять из какой части эго – состояния идет запрос. После этого возникает возможность решить его наиболее экологично. Для упражнения нужны три стула, и четкое понимание перемен, которые будут происходить. На один из стульев попросите присесть вашему Взрослому, второй стул отдайте вашему Ребенку, третий же принадлежит Родителю. Первое: сформулируйте свой вопрос (лучше напишите на листе бумаги). После оформления запроса вам нужно сесть на стул «Ребенка» и представить, как бы ваш внутренний ребенок ответил на заданный вопрос (что хочет «Ребенок»), какие чувства он испытывает от поставленной задачи, что нравится, что нет. Затем вы садитесь на другой стул (стул «Родителя») и так же смотрите на ситуацию, но только другими глазами и чувствами. И последнее, дайте слово своему «Взрослому», кстати, он анализирует услышанное ранее («Ребенок» и «Взрослый»), и в большинстве случаев, может дать объективный ответ на ваш вопрос.

Модель Эго – состояний не является единственным кирпичиком ТА. Э. Берн в своей работе раскрывает и концепцию «сценария жизни».

Согласно ей в детстве каждый из нас пишет свой собственный сценарий. В самом раннем детстве, до того как мы научились говорить, человек пишет основной сюжет. Дальше мы лишь добавляем детали к нашему жизненному сценарию. Согласно ТА человек заканчивает писать свой сценарий к семи годам. Берн выдвинул идею о том, что маленький человек имеет определенные представления о себе и окружающих его людях еще на раннем этапе

формирования сценария. Эти представления, по-видимому, остаются с ним на всю жизнь и могут быть охарактеризованы следующим образом:

1. если говорим про себя (позиция Я)
– со мной «все хорошо», либо со мной «все плохо»
2. если об окружающих (позиция ТЫ):
– с тобой «все хорошо» (ТЫ хороший) либо с тобой «все плохо» (ТЫ плохой).

Объединив эти представления об окружающем мире и себе во всех возможных комбинациях, мы можем получить четыре установки, на основании которых, согласно ТА, написан наш жизненный сценарий. То есть, если ребенок принимает одну из этих позиций, то весь остальной свой сценарий он подстраивает под эту позицию. Любая из этих комбинаций сопровождает нас всю жизнь. Мы обрабатываем информацию и факты из вне, согласно выбранной нами установке. Рассмотрим эту конструкцию подробнее.

Первая установка: со мной (Я) все хорошо – с тобой (ТЫ) все хорошо. Эта жизненная позиция является самой здоровой «Я – ОК, ты – ОК». Она заключается в сотрудничестве с другими людьми, в уверенности, что любая жизненная проблема или ситуация имеет свое решение. Здесь человек действует и достигает желаемых результатов. Эта позиция – единственная, основанная на реальности.

Вторая установка: со мной (Я) все плохо – с тобой все хорошо (ТЫ хороший). Если в детстве принята эта позиция «Я – плохой, ты – хороший», то скорее всего сценарий жизни человека будет проигрываться из депрессивной позиции, позиции жертвы – я не могу, а ты можешь, ты хороший – я плохой. У такого человека, как правило, занижена самооценка.

Третья установка: со мной (Я) все хорошо – с тобой все плохо (ТЫ плохой). В этой позиции присутствует очень завышенная самооценка, нарциссизм, абьюзивные качества. Мир вокруг и люди – несовершенны, злы и небезопасны. Таким образом, человек либо замыкается в себе, либо находится в состоянии агрессора.

Четвертая позиция: со мной (Я) все плохо – с тобой все плохо (ТЫ плохой). В этой позиции человек обесценивает как себя, так и другого. Мир погружается во тьму, видно только негатив.

Эти жизненные позиции представляют собой ценности (качества), которые человек ценит в себе и других людях.

Очень часто дети с ОВЗ выбирают негативную жизненную позицию. Задача педагога и родителя вернуть ребенка на позицию «Я – ОК» т.е. повысить самооценку. Для этого родителю, педагогу нужно просмотреть свои сценарные послания т.е. то, что он транслирует в повседневном разговоре и заменить негативные послания на разрешения. Например: «Будь лучшим!» (ребенок слышит: «Ты сейчас плохой, нехороший», естественно самооценка падает) – меняем на «Ты хороший, ты молодец!». Для выполнения этого упражнения нужно отметить и выписать «неконтролируемые» негативные послания заменить их на положительные, которыми и пользоваться в дальнейшем.

Упражнения ТА (к сожалению, мы не можем в рамках статьи осветить все упражнения) можно использовать как самостоятельно, так и при работе с детьми и родителями. Ведь метод ТА – это понимание того, что каждый человек может увидеть себя, свои чувства, научиться думать за себя, а так же, принимать решения самостоятельно и открыто.

ТА может стать универсальным инструментом там, где люди имеют дело с людьми. Если человек (взрослый или ребенок) не уверен в себе или наоборот, агрессивен, а может, ему трудно наладить отношения с родителями или детьми, или выбрать свой жизненный путь, личностный рост.

Методами ТА в рамках ДОО есть возможность помочь большинству участников образовательного процесса.

Список литературы:

1. Берн Э. Транзакционный анализ в психотерапии / пер. с англ. А. Грузберга. – М.: Эксмо, 2009.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры / пер. с англ. А. Грузберга. – М.: Эксмо, 2014.
3. Стюарт Ян; Джойнс, Вэнн. Современный транзактный анализ / пер. с англ. Дмитрия Касьянова. – СПб.: Социально-психологический центр, 1996.

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД КРАСНОДАР



СЕРТИФИКАТ

Настоящий сертификат подтверждает, что
Актемирова Анна Владимировна,
педагог-психолог муниципального бюджетного
дошкольного образовательного учреждения
муниципального образования город Краснодар
«Детский сад комбинированного вида № 163»,
принимала участие в муниципальном этапе
краевого конкурса
«Педагог-психолог Кубани - 2020»

Директор департамента



А.С. Некрасов



Приказ от 16 января 2020 г. № 25
Краснодар



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР

П Р И К А З

11 ФЕВ 2020

№ 174

г. Краснодар

Об итогах муниципального этапа краевого конкурса
«Педагог-психолог Кубани – 2020»

В целях повышения профессионального уровня, распространения передового опыта и наиболее полной реализации творческого потенциала педагогов-психологов образовательных организаций муниципального образования город Краснодар, на основании приказа департамента образования администрации муниципального образования город Краснодар от 16.01.2020 № 25 «О проведении муниципального этапа краевого конкурса «Педагог-психолог Кубани – 2020» с 15.01.2019 по 14.02.2019 был проведен муниципальный этап краевого конкурса «Педагог-психолог Кубани – 2020» (далее - Конкурс).

Конкурс проходил на базе МКУ РЦ «Детство» г. Краснодара и «Краевого дома работников образования» краснодарской краевой территориальной организации Профсоюза работников народного образования и науки РФ.

По итогам Конкурса, на основании решения жюри п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить:

1.1. Протокол итогового заседания жюри Конкурса (приложение 1);

1.2. Протокол заседания счётной комиссии по определению результатов Конкурса (приложение 2).

2. Наградить:

2.1. Победителя Конкурса Лукьянченко Светлану Васильевну, педагога-психолога МБОУ СОШ № 98, грамотой главы муниципального образования город Краснодар и городской Думы Краснодара и ценным призом (ноутбук).

2.2. Призера Меркулову Юлию Александровну, педагога-психолога МАОУ СОШ № 11 (филиал), занявшую II место по итогам Конкурса, грамотой департамента образования администрации муниципального образования город Краснодар и ценным призом (планшет).

2.3. Призера (3 место) Савченко Юлию Сергеевну, педагога-психолога МАДОУ МО г. Краснодар «Детский сад «Сказка» СП № 150, занявшую III место по итогам Конкурса, грамотой департамента образования администрации муниципального образования город Краснодар и ценным призом (смартфон).

3. Вручить:

3.1. Диплом департамента образования администрации муниципального образования город Краснодар и подарок (жесткий внешний диск) лауреатам Конкурса (2 человека):

Камкиной Ирине Александровне, педагогу-психологу МАДОУ МО «Детский сад № 179» (4-е место);

Литвиненко Лилии Юрьевне, педагогу-психологу МБОУ СОШ № 34 (5-е место).

3.2. Сертификат об участии в Конкурсе участникам 1-4 туров Конкурса (приложение 3).

4. За личный вклад организационную работу при подготовке и проведении Конкурса объявить благодарность:

4.1. Руководителям образовательных организаций:

С.Н.Даниленко – директору Краевого дома работников образования;

Т.В.Харченко – директору МКУ РЦ «Детство».

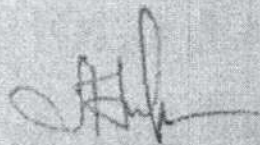
4.2. Специалисту департамента образования:

Е.В.Чепковой – ведущему специалисту отдела общего образования департамента образования.

5. Направить для участия в краевом конкурсе «Педагог-психолог Кубани – 2020» Лукьянченко Светлану Васильевну, педагога-психолога МБОУ СОШ № 98, победителя муниципального этапа Конкурса.

6. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя директора департамента Н.М.Полякову.

Директор департамента



А.С.Некрасов

Список участников Конкурса
(6-32 места)

№ п/п	ФИО участника	Образовательная организация
1.	Адибекянц Ануш Гагиковна	МБОУ СОШ № 5
2.	Актемирова Анна Владимировна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 163»
3.	Амосёнок Виктория Витальевна	МБОУ СОШ № 35
4.	Ахтырцева Екатерина Николаевна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 105»
5.	Иванова Наталья Андреевна	МБОУ гимназия № 69
6.	Колосова Виктория Олеговна	МБОУ СОШ № 80
7.	Кузьменко Олеся Ивановна	МАДОУ МО г. Краснодар «Центр - детский сад № 199»
8.	Лапина Ольга Сергеевна	МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад "Сказка" СП № 156
9.	Леонова Юлия Сергеевна	МБОУ СОШ № 89
10.	Маник Олеся Анатольевна	МБДОУ МО г. Краснодар «Центр - детский сад № 107»
11.	Муравьева Наталья Васильевна	МБОУ СОШ № 58
12.	Пономарева Екатерина Николаевна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 206»
13.	Прокопенко Мария Васильевна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 123»
14.	Рудь Анастасия Анатольевна	МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад "Сказка" СП № 154
15.	Рязанова Светлана Николаевна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 179»
16.	Савенко Анна Петровна	МАОУ Екатеринбургская гимназия № 36
17.	Сивожелезова Юлия Александровна	ЧОУ СОШ «Альтернатива»

18.	Слухова Ольга Владимировна	МАДОУ МО г. Краснодар «Центр - детский сад № 182»
19.	Соловьева Евгения Сергеевна	МАДОУ МО г. Краснодар «Центр - детский сад № 182»
20.	Сухарева Ольга Александровна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 163»
21.	Федоренко Ольга Александровна	МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад "Сказка" СП № 149
22.	Фисюнова Наталья Владимировна	МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад "Сказка" СП № 150
23.	Фурсова Анастасия Владимировна	МАДОУ МО г. Краснодар "Детский сад "Сказка" СП № 156
24.	Хуршудян Арпине Арменовна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 188»
25.	Шмелева Екатерина Сергеевна	МБОУ гимназия № 92
26.	Щадилова Анна Юрьевна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 230»
27.	Якименко Виктория Андреевна	МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад № 82»

Заместитель директора департамента



Н.М.Полякова

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231201017465

11454/22

Регистрационный номер №

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Актемирова Анна Владимировна

(фамилия, имя, отчество)

с «18» апреля 2022 г. по «28» апреля 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ГБОУ ИРО Краснодарского края

(наименование образовательного учреждения (полное наименование государственного профессионального образования))

по теме: **«Психологическая помощь детям и подросткам в трудной**

жизненной ситуации» (наименование, тематика, программа дополнительного профессионального образования)

72 часа

(количество часов)

в объеме

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Государственная политика в сфере защиты прав и интересов детей	20 часов	Зачтено
Методологические аспекты понятия трудной жизненной ситуации	12 часов	Зачтено
Приемы и техники психологической помощи детям и подросткам в трудной жизненной ситуации	40 часов	Зачтено

Г. Краснодар (на) стажировку в (на)

(наименование предмета)

организации, учреждения)

Итоговая работа на тему:



И.В. Лихачева

Д.О. Ректора

Секретарь

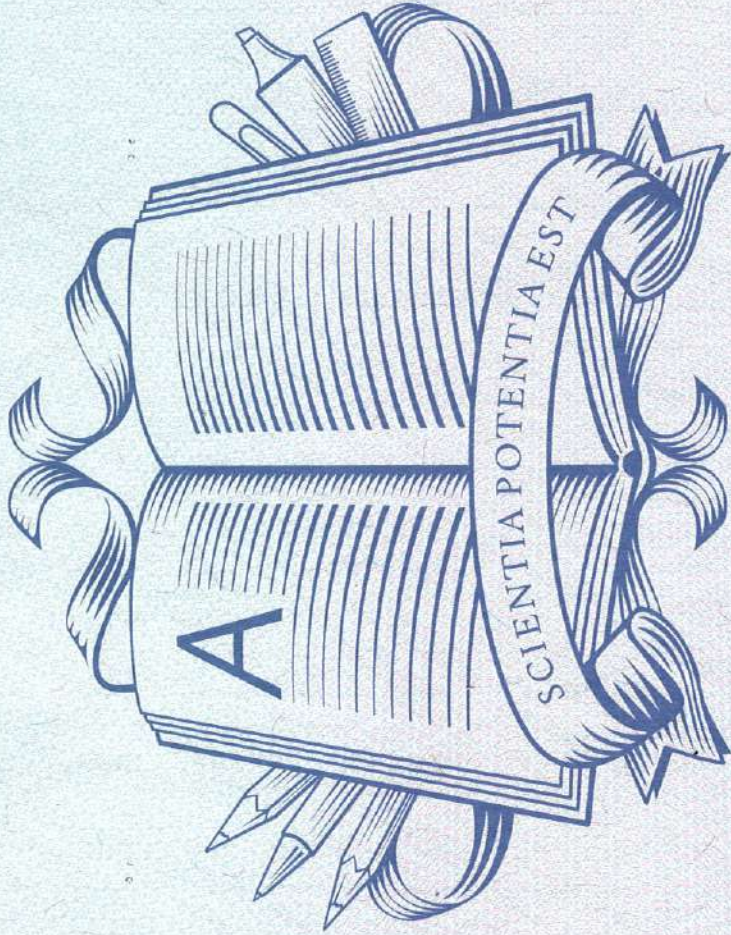
С.И. Андрущенко

Город Краснодар

Дата выдачи 28 апреля 2022 г.

Удостоверение
о повышении квалификации

Школа менеджера образования



№

Регистрационный
номер

У2023117097 от 17.04.2023

Удостоверение
подтверждает, что

Актемирова
Анна Владимировна

прошла обучение
по дополнительной
профессиональной
программе

Современные технологии работы с
детьми дошкольного возраста по ФГОС
ДО

в объеме

72 часа

в срок

с 15 февраля 2023 г.
по 14 апреля 2023 г.

Москва, 2023

Негосударственное образовательное частное учреждение
организации дополнительного профессионального
образования «Актион-МЦФЭР»

Директор
Д. А. Зацепин



00064-7 _ 19

УДОСТОВЕРЕНИЕ

ДИПЛОМ ЯВЛЯЕТСЯ ДОКУМЕНТОМ
ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗЦА

Решение
Высшей аттестационной комиссии
Министерства образования и науки
Российской Федерации
о выдаче диплома

от 22 мая 2009 г. № 21н/102

Серия ДКН № 085823 *

г. МОСКВА

Решением

диссертационного совета

Краснодарского государственного университета
культуры и искусств

от 21 января 2009 г. № 1

Антонировой Анне Владимировне

ПРИСУЖДЕНА УЧЕНАЯ СТЕПЕНЬ

КАНДИДАТА

педагогических наук

Председатель

диссертационного совета

