



I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Цели и задачи Программы	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы	4
1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики	5
1.1.4. Возрастные особенности детей	5
1.1.5. Планируемые результаты освоения Программы	7
II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1. Содержание деятельности дошкольников в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы	8
2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы в освоении Программы	46
III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды для реализации программы	46
3.2. Материально-техническое обеспечение	47
3.3. Перспективно-тематическое планирование	47
Список используемой литературы	56
Приложения	58

Содержание

## **I ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа «Знайка» Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 275 (далее Программа) направлена на развитие познавательных процессов при подготовке детей к обучению в школе, профилактику школьной неуспеваемости и дезадаптации.

В последние годы в массовом порядке наблюдается стремление многих родителей и педагогов дошкольных учреждений как можно лучше подготовить детей к школе. Начало школьного обучения – закономерный этап на жизненном пути ребенка: каждый дошкольник, достигая определенного возраста, идет в школу. Перед родителями возникают вопросы: “Справится ли он со школьной нагрузкой, сможет ли хорошо учиться? Как подготовить ребенка к школе?”

В старшем дошкольном возрасте активно расширяется объем знаний ребенка, а в связи с этим меняется и характер его умственной деятельности, которая базируется на понимании, на активном анализе и синтезе. С развитием мышления анализ становится все более детальным, а синтез все более обобщенным и точным. Дети уже способны понять связь между окружающими предметами и явлениями, причины тех или иных событий. Наряду с наглядно-образным, появляются зачатки словесно-логического мышления. Внимание старшего дошкольника становится все менее рассеянным, более устойчивым. Память все больше приобретает характер опосредованного запоминания.

Происходит интенсивное развитие речи ребенка, которая характеризуется богатым словарным запасом и сложной структурой, включающей в себя практически все речевые обороты, активное развитие крупной и мелкой моторики руки. Движения ребенка становятся более точными и четкими, дети в этом возрасте способны самостоятельно и аккуратно работать с ножницами, иглой, рука ребенка практически готова к обучению письму.

К концу дошкольного возраста ребенок в достаточной степени способен к произвольному поведению. Он учится действовать, подчиняясь особым правилам, вырабатываемыми не им самим, а данными ему извне.

Изменения, происходящие в детском сознании, приводят к тому, что к концу дошкольного возраста ребенок становится готовым к принятию новой для него социальной роли школьника, усвоению новой (учебной) деятельности и системы конкретных и обобщенных знаний. Иными словами, у него формируется психологическая и личностная готовность к систематическому школьному обучению. Следует подчеркнуть, что эти важные для дальнейшего развития изменения психики ребенка не происходят сами по себе, а являются результатом целенаправленного психолого-педагогического воздействия.

#### **Актуальность программы**

Актуальность заключается в её направленности на психологическую подготовку ребенка к обучению в школе. Исследования показали, что далеко не все дети к моменту поступления в школу достигают того уровня психологической зрелости, который позволил бы им успешно перейти к систематическому школьному обучению. У таких детей, как правило, отсутствует учебная мотивация, низкий уровень произвольности внимания и памяти, отмечается неразвитость словесно-логического мышления, неправильное формирование способов учебной работы, отсутствует ориентировка на способ действия, слабое владение операциональными навыками, низкий уровень развития самоконтроля, отмечается неразвитость тонкой моторики и слабое речевое развитие. Содержание программы определяется системой требований, которые школа предъявляет ребенку. Эти требования заключаются в необходимости ответственного отношения к школе и учебе, произвольного управления своим поведением, выполнение умственной работы, обеспечивающее сознательное усвоение знаний, установление с взрослыми и сверстниками взаимоотношений, определяемых совместной деятельностью. Известно, что

старший дошкольный возраст (6-7 лет) традиционно выделяется в педагогике и психологии как переходный, критический период детства, получивший наименование кризиса семи лет. Постановка и разработка проблемы критических возрастов в советской психологии впервые были осуществлены Л. С. Выготским, разработавшим периодизацию психического развития ребенка, в основание которой было положено понятие центральных психологических новообразований. Л.С. Выготский одним из первых сформулировал мысль о том, что готовность к школьному обучению заключается не столько в количественном запасе представлений, сколько в уровне развития познавательных процессов. По мнению Л.С. Выготского, быть готовым к школьному обучению — значит, прежде всего, обобщать и дифференцировать в соответствующих категориях предметы и явления окружающего мира. Концепции готовности к школьному обучению как комплексу качеств, образующих умение учиться, придерживались А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, В.С. Мухина, АА. Люблинская. Они включают в понятие готовности к обучению понимание ребенком смысла учебных задач, их отличие от практических, осознание способов выполнения действия, навыки самоконтроля и самооценки, развитие волевых качеств, умение наблюдать, слушать, запоминать, добиваться решения поставленных задач. Психологическая подготовка ребенка к обучению в школе является важным шагом воспитания и обучения дошкольника в детском саду. Ее содержание определяется системой требований, которые школа предъявляет ребенку. Эти требования заключаются в необходимости ответственного отношения к школе и учебе, произвольного управления своим поведением, выполнение умственной работы, обеспечивающее сознательное усвоение знаний, установление со взрослыми и сверстниками взаимоотношений, определяемых совместной деятельностью.

### **1.1.1 Цели и задачи программы**

Целью представленной программы является максимальное содействие индивидуальному развитию детей, создание психологически благоприятных условий для подготовки детей к дальнейшему обучению в школе, развитие познавательных процессов при подготовке детей к обучению в школе, профилактика школьной неуспеваемости и дезадаптации.

В соответствии с этой целью формируются **задачи** программы:

- развитие любознательности, как основы познавательной активности у дошкольников;
- повысить уровень развития психических процессов, таких как память, внимание, восприятие, мышление;
- развивать мелкую моторику рук;
- способствовать повышению познавательного интереса;
- формировать у детей положительное отношение к обучению в школе;
- формировать познавательную активность и учебную мотивацию детей;
- сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье;
- создать условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие каждого ребенка;
- создавать необходимые условия, способствующие формированию предпосылок общеучебных умений и навыков, познавательному, эмоциональному, нравственному развитию ребёнка.

### **1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы**

#### **Принципы**

- принцип развивающей деятельности: игра не ради игры, а с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом.

- принцип активной включенности каждого ребенка в игровое действие, а не пассивное созерцание со стороны.
- принцип доступности, последовательности и системности изложения программного материала.;
- принцип психологической комфортности – создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов обучающего процесса. принцип целостного представления о мире - при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира; принцип доступности предлагаемого материала, соответствие возрастным особенностям детей;
- принцип систематичности и последовательности в проведении коррекционно-развивающей работы;
- принцип личностно-ориентированного подхода к детям.

### 1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики

Дополнительная образовательная программа естественнонаучной направленности «Знайка» для детей старшего дошкольного возраста разработана на основе развивающей программы “Скоро в школу” Т.В. Модестовой, курса занятий по подготовке детей к школе О.В.Узоровой, Е.А.Нефедовой, рекомендациям Н.Ю.Куражевой, И.А.Козловой по проведению психологических занятий с детьми, использовались задания и упражнения, предложенные И.В.Ганичевой, О.Холодовой, А.Л.Сиротюк, С.В.Крюковой.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности детей на занятиях:

- фронтальный метод: одновременная работа со всеми детьми;
- индивидуально – фронтальный метод: чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой метод: организация работы в группах, в парах;
- индивидуальный метод: индивидуальное выполнение заданий, решение проблемных задач, ситуаций.

Приёмы обучения:

- показ или демонстрация способа действия в сочетании с объяснением, выполняется с привлечением разнообразных дидактических средств;
- инструкция для выполнения самостоятельных упражнений; – пояснение, разъяснение,
- указание с целью предупреждения ошибок;
- вопросы к детям.

Дополнительное образование осуществляется для детей:

- Пятого-шестого года жизни продолжительностью 25 минут 1 раз в неделю;
- седьмого года жизни продолжительностью 30 минут 1 раз в неделю.

### 1.1.4. Возрастные особенности детей

*Старшая группа (от 5 до 6 лет)*

В целом, детский коллектив дружный, эмоционально отзывчивый. Поведение дошкольников всё чаще выстраивается с учётом интересов и потребностей своих сверстников и наставников. Дети много общаются со взрослыми, которые для них являются авторитетом. Следует отметить, что некоторые дети, в силу особенностей своего характера (застенчивости, скромности) испытывают затруднения в общении.

Ребенок овладевает основными культурными средствами, способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности — игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности.

Ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх.

Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. Умеет выражать и отстаивать свою позицию по разным вопросам.

Способен сотрудничать и выполнять как лидерские, так и исполнительские функции в совместной деятельности. Понимает, что все люди равны вне зависимости от их социального происхождения, этнической принадлежности, религиозных и других верований, их физических и психических особенностей. Проявляет эмпатию по отношению к другим людям, готовность прийти на помощь тем, кто в этом нуждается. Проявляет умение слышать других и стремление быть понятым другими.

Ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации; умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам. Умеет распознавать различные ситуации и адекватно их оценивать. Ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности. У ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими.

Ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и навыки личной гигиены. Проявляет ответственность за начатое дело. Ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

Открыт новому, то есть проявляет желание узнавать новое, самостоятельно добывать новые знания; положительно относится к обучению в школе. Проявляет уважение к жизни (в различных ее формах) и заботу об окружающей среде. Эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства (музыку, танцы, театральную деятельность, изобразительную деятельность и т. д.). Проявляет патриотические чувства, ощущает гордость за свою страну, ее достижения, имеет представление о ее географическом разнообразии, многонациональности, важнейших исторических событиях. Имеет первичные представления о себе, семье, традиционных семейных ценностях, включая традиционные гендерные ориентации, проявляет уважение к своему и противоположному полу. Соблюдает элементарные общепринятые нормы, имеет первичные ценностные представления о том, «что такое хорошо и что такое плохо», стремится поступать хорошо; проявляет уважение к старшим и заботу о младших. Имеет начальные

представления о здоровом образе жизни. Воспринимает здоровый образ жизни как ценность.

#### *Подготовительная к школе группа (от 6 до 7 лет)*

Большую значимость для детей данного возраста приобретает общение между собой. Их избирательные отношения становятся устойчивыми, зарождается детская дружба. Дети продолжают активно сотрудничать, играть то с одним, то с другим партнёром. Иногда у них наблюдаются и конкурентные отношения. Игровые действия становятся более сложными, обретают особый смысл. Усложняется игровое пространство. В нем может быть несколько центров, каждый из которых поддерживает свою сюжетную линию. При этом дети способны отслеживать поведение партнеров по всему игровому пространству и менять свое поведение в зависимости от места в нем.

Дети уже способны осознавать себя как личность, как самостоятельный субъект деятельности и поведения. Они могут давать определения некоторым моральным понятиям (доброта, жадность и т.д.), эмоционально оценивают свои поступки в соответствии с правилами и нормами («что такое хорошо и что такое плохо»), у детей увеличивается объем памяти, что позволяет им произвольно запомнить достаточно большой объем информации (особенно у девочек), складываются интеллектуальные предпосылки к учебной деятельности. В связи с этим дети хорошо ориентируются в окружающем мире, уверенно выделяют объекты живой и неживой природы, предметного и социального мира.

Усложняются образы, передаваемые детьми в изобразительной деятельности. Рисунки приобрели более детализированный характер, обогатилась цветовая гамма. Более явными стали различия между рисунками мальчиков и девочек. Мальчики охотно изображают технику, космос, военные действия и т.п. Девочки чаще рисуют женские образы: принцесс, балерин, моделей и т.д. Часто встречаются и бытовые сюжеты: мама и дочка, комната и т.д.

Человека дошкольники стали изображать более детализированным и пропорциональным. Появились пальцы на руках, глаза, рот, нос, брови, подбородок. Одежду дети могут украшать различными деталями. Дети в значительной степени освоили конструирование из строительного материала. Они свободно владеют обобщенными способами анализа изображений и построек. Постройки стали симметричными и пропорциональными. Усложнилось конструирование из природного материала. Дошкольникам уже доступны целостные композиции по предварительному замыслу, которые могут передавать сложные отношения, включать фигуры людей и животных.

Продолжает развиваться внимание дошкольников, оно становится произвольным. В некоторых видах деятельности время произвольного сосредоточения достигает 30 минут. У дошкольников продолжает развиваться речь: ее звуковая сторона, грамматический строй, лексика. Развивается связная речь (диалогическая и монологическая). Дети начинают активно употреблять обобщающие слова, синонимы, антонимы и т.д.

У детей наблюдаются значительные изменения и в физическом развитии. Активно развивается моторика, наращивается и самостоятельно используется двигательный опыт. Совершенствуются ходьба и бег. Дети способны поддерживать правильную осанку. По собственной инициативе они могут организовывать подвижные игры и соревнования со сверстниками.

### **1.1.5. Планируемые результаты освоения Программы**

- Уменьшение факторов риска, которые приводят к нарушению психологического здоровья будущих первоклассников на начальном этапе адаптации к школе;
- Формирование комфортной образовательной среды;

- Снижение уровня тревожности и психической защиты у будущих первоклассников;
- Эмоциональное благополучие ребенка;
- Развитие коммуникативных навыков и творческих способностей;
- Выработка стратегий индивидуального (лично – ориентированного) подхода к воспитанникам;
- Развитие наблюдательности и коммуникативных способностей;
- Развитие произвольного внимания;
- Развитие зрительной, слухоречевой памяти;
- Развитие тонкой и грубой моторики;
- Активизация воображения;
- Развитие способности логически мыслить;
- Развитие пространственных представлений;
- Развитие способности адекватно оценивать свою работу.

Эффективность реализации программы подготовки к школьному обучению детей подготовительной группы отслеживается по следующим критериям и показателям:

Критерии	Показатели готовности	Технологический инструментарий
Психологическая готовность детей к школьному обучению	<ul style="list-style-type: none"> <li>-мотивационная готовность;</li> <li>-ориентировка в окружающем;</li> <li>-сформировано понятийное образное мышление;</li> <li>-сформировано понятийное логическое мышление;</li> <li>-сформировано зрительное восприятие);</li> <li>-сформирована кратковременная речевая память;</li> <li>-сформирована кратковременная зрительная память;</li> <li>-сформирована оценка переключения и распределения внимания;</li> <li>- творческое воображение;</li> <li>- речевое развитие;</li> <li>- развита зрительно-моторная координация</li> </ul>	<p>«Лесенка»(В.Г. Щур);</p> <p>Методика «Графический диктант» (Д. Б. Эльконин)</p> <p>Методика 10 слов (А.Р. Лурия)</p> <p>Методика «Закончи предложение»</p> <p>Методика «Домик»</p> <p>Рисунок человека (А.Басса-А. Дарки)</p> <p>Методика «Найди недостающий»</p> <p>Беседа</p>

Оценка успешности проведенной коррекционно-развивающей работы определяется сравнительным анализом предварительной и конечной диагностики

## II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание деятельности дошкольников в рамках реализации дополнительной общеобразовательной программы

**Октябрь.**

Занятие № 1

1. Ритуал начала занятия (см. приложение 1)

## 2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.

*Качания головой* (упражнение стимулирует мыслительные процессы): дышите глубоко, расслабьте плечи и уроните голову вперед. Позвольте голове медленно качаться из стороны в сторону, пока при помощи дыхания уходит напряжение. Подбородок вычерчивает слегка изогнутую линию на груди по мере расслабления шеи. Выполнять 30 секунд.

*“Ленивые восьмерки”* (упражнение активизирует структуры мозга, обеспечивающие запоминание, повышает устойчивость внимания): нарисовать в воздухе в горизонтальной плоскости “восьмерки” по три раза каждой рукой, а затем обеими руками.

*“Шапка для размышлений”* (улучшает внимание, ясность восприятия и речь): “наденьте шапку”, то есть мягко заверните уши от верхней точки до мочки три раза.

## 3. Разминка.

Ваша задача – как можно быстрее дать правильные ответы на следующие вопросы. Имейте в виду, что многие из них с подвохом. Желаю вам удачи!

- Какое сегодня число?
- День недели? Месяц?
- Время года?
- Назовите все осенние месяцы (сентябрь, октябрь, ноябрь)
- Как называется столица России? (Москва)
- Назовите числа от 1 до 10.
- Стоят два барана. Один смотрит направо, другой налево. Видят ли они друг друга? Объясните свой ответ.

## 4. Игра “Найди одинаковые фигуры”

На рисунке в тетради ребенок должен найти одинаковые (по форме и размеру) геометрические фигуры и закрасить их одним цветом. Например, все квадраты раскрашивать желтым цветом.

## 5. Игра “Запомни цвета”.

Ребенку предлагается две таблицы, разделенные на 9 квадратов. На одной все квадраты раскрашены в разные цвета, на другой квадраты пустые. Ребенку предлагается посмотреть на цветную таблицу и запомнить как можно больше цветов и их расположение в течение 40 секунд. Затем попросите его в пустой таблице нарисовать те цвета, которые он запомнил (предварительно закрыв образец)

## 6. Игра “Что лишнее?”.

Ребенку предлагаются карточки с изображенными на них различными предметами, геометрическими фигурами и т.д. Ребенок должен найти предмет или фигуру, которая отличается от других. Важно, чтобы он не только нашел предмет, но и смог объяснить, чем тот отличается от других.

## 7. Упражнение “Колечки”

Поочередно и как можно быстрее ребенок перебирает пальцы рук, соединяя их в кольцо с большим пальцем последовательно: указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке: вначале каждой рукой отдельно, а затем – вместе.

#### 8. Упражнение “Допиши строчку”.

Ребенок в тетради дописывает до конца строки предложенные психологом узоры.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Порхание бабочки”.

Дети ложатся на коврики на спину, руки вытянуты вдоль туловища, ноги прямые, слегка раздвинуты.

Психолог: “Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок. Проследите за движением ее крыльев. Движения ее крыльев легки и грациозны. Теперь пусть каждый вообразит, что он – бабочка, что у него красивые и большие крылья. Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нем ярких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую пахучую серединку цветка. Вдохните еще раз его аромат... и откройте глаза. Расскажите о своих ощущениях”

#### 10. Ритуал окончания занятия (см. приложение 2)

##### Занятие № 2

##### 1. Ритуал начала занятия.

##### 2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

##### 3. Разминка.

Напоминаю, что ваша задача – как можно быстрее дать правильные ответы на следующие вопросы. Помните, что многие из них с подвохом.

- Быстро назовите семь имен мальчиков.
- Какая буква третья с начала алфавита? (в)
- Сколько будет  $2+1=?$  (3)
- Друг Карлсона? (Малыш)
- Что в голове у Винни-Пуха? (опилки)
- Сколько концов у двух палок? (4)

##### 4. Тренировка внимания.

На доске выставлены цифры 5, 4, 7, 3, 8, 2, 9, 1, 6. Расставьте их в порядке возрастания.

В каком из слов: МИР, СОН, ДРУГ, ДИВАН, БАР, ДЕЛО есть звук “Р”?

Мама попросила сына купить МЯСО, МАСЛО, МЫЛО, СПИЧКИ. Он купил МАСЛО, САЛО, СПИЧКИ, МЯСО. Что он забыл купить? (Мыло; купил сало). Помните: спички детям не игрушка!

##### 5. Игра “Дорисуй”.

У каждого второго предмета пары ребенок должен дорисовать то, чего не хватает. Проверка: перечислите дорисованные детали. Как вы догадались, что надо дорисовать?

##### 6. Игра “Закончи слово”.

Психолог называет первый слог, а ребенок должен продолжить так, чтобы получилось слово (например: по... – подушка): ЗА, МИ, МУ, ЛО, ПРИ, КУ, ЧЕ, ЗО

#### *7. Упражнение “Колечки с усложнением”.*

Дети, собравшись в кружок, выбирают водящего, под счет которого собирают колечки из пальчиков. Внезапно водящий командует: “Без среднего!” И все игроки продолжают перебор, пропуская средний палец. Затем следует команда: “Без мизинца!” и т.д. Темп счета убыстряется. Тот, кто ошибся, выходит из игры.

#### *8. Упражнение “Дорисуй узор на полотенце”.*

Рассмотри узор на полотенце. Дорисуй его на второй половине.

#### *9. Динамическая пауза.*

Упражнение улучшает координацию движений. Итак, начали: вначале левой рукой дотроньтесь до правого уха, а правой рукой – до кончика носа; затем быстро поменяйте положение рук: правая рука – левое ухо, левая рука – нос. (5 раз)

#### *10. Ритуал окончания занятия.*

### Занятие № 3.

#### *1. Ритуал начала занятия.*

#### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

#### *3. Разминка.*

- Назовите времена года. (зима, весна, лето, осень)
- Назовите зимние месяцы (декабрь, январь, февраль).
- Назовите весенние месяцы (март, апрель, май)
- Назовите летние месяцы (июнь, июль, август)
- Назовите осенние месяцы (сентябрь, октябрь, ноябрь)
- Какой рукой лучше размешивать чай? (лучше ложкой)

#### *4. Игра “Выложи по памяти”.*

Используются любые картинки, проводится несколько раз. Психолог выкладывает на фланелеграфе картинки, дети 10 секунд рассматривают, затем картинки убирают, а дети по памяти выкладывают на столе точно так же.

#### *5. Игра “Телеграфист”.*

Психолог стучит по столу карандашом определенный ритм. Ребенок должен его запомнить и простучать.

а) стук – пауза – стук-стук (!...!!);

б) стук – пауза – стук-стук-стук – пауза – стук (!...!!!...!);

в) стук-стук – пауза – стук-стук-стук – пауза – стук – пауза – стук (!!...!!!...!...!) и так далее.

#### *6. Игра “Скажи наоборот”.*

Психолог предлагает ребенку подобрать к предложенным словам противоположные по значению слова – антонимы. Например: холодный – горячий.

Чистый, твердый, светлый, зима, забыл, мокрый, день, уронил, утро, больно, найти.

#### *7. Упражнение “Обратные колечки”.*

В такт счету совершать одновременные разнонаправленные движения левой и правой рукой: левой рукой смыкать большой палец поочередно со средним, безымянным пальцем и мизинцем, а правой, соответственно, – с безымянным, средним и указательным пальцами. Затем следуют движения в противоположном направлении.

#### *8. Упражнение “Раскрась машинки”.*

Ребенку предлагается раскрасить большие машины так, чтобы маленькая машина была между красной и синей, а зеленая была рядом с красной. Проверка: спросите ребят, каким цветом они раскрасили первую большую машину? Вторую? Третью? Почему?

#### *9. Упражнение на релаксацию “Тихое озеро”.*

**Психолог:** “Лягте в удобное положение. Вытянитесь и расслабьтесь. Теперь закройте глаза и слушайте меня.

Представьте себе чудесное солнечное утро. Вы находитесь возле тихого, прекрасного озера. Слышно лишь ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, и это заставляет чувствовать себя все лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите щебет птиц и стрекотание кузнечика. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух чист и прозрачен. Вы ощущаете всем телом тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро. Приятная истома охватывает вас, вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам лень шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете...

А теперь открываем глаза. Мы снова в детском саду, мы хорошо отдохнули, у нас бодрое настроение, и приятные ощущения не покинут нас в течение всего дня”.

#### *10. Ритуал окончания занятия.*

##### Занятие № 4.

#### *1. Ритуал начала занятия.*

#### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

#### *3. Разминка.*

– Назовите семь имен девочек.

– Как называется место, где продают хлеб? (Булочная). Стригут? (Парикмахерская).

– Назовите части суток (утро, день, вечер, ночь)

– Назовите дни недели.

– Какой день недели после вторника? (среда). Перед субботой? (пятница).

#### *4. Игра “Один – много”.*

Психолог предлагает детям сыграть в игру: он называет слова (например: книга, облака, человек, озеро, листья, воины, ухо, трактор, цветы). Если слово обозначает один предмет, то ребенок должен хлопнуть в ладоши, если много предметов – поднять руку)

### 5. Игра “В чем отличия?”.

Детям предлагаются изображения двух похожих предметов, имеющих при этом некоторые отличия. Психолог предлагает внимательно рассмотреть картинки. Далее он задает вопросы: Что здесь нарисовано? Эти картинки одинаковые или нет? Перечислите все отличия на этих картинках.

### 6. Игра “Назови одним словом”.

Психолог выкладывает перед детьми три карточки, объединенные одной темой (например, овощи), и спрашивает: “Что нарисовано на картинках? Назовите каждый из предметов. Какие общие признаки объединяют предметы. Назовите предметы одним словом”.

### 7. Упражнение “Змейки”.

Представьте, что пальцы рук – это маленькие змейки. Они могут двигаться: извиваться, вращаясь направо, налево, снизу вверх и сверху вниз. Необходимо проделать упражнение для каждого пальчика отдельно.

### 8. Упражнение “Допиши строчку”.

Ребенок в тетради дописывает до конца строки предложенные психологом узоры.

### 9. Упражнение “Клубочек”.

Психолог: “Я сейчас буду выполнять роль “катушки”, а вы все возьмитесь за руки. У нас получилась ниточка, закрепленная на катушке. Тот, кто стоит последним, будет водить всех по кругу до тех пор, пока вся нитка не “намотается” на катушку. Теперь почувствуйте, какой у нас получился крепкий, дружный клубок. Давайте немножко поживем в нем, вместе подышим. А сейчас, не отпуская рук, начинаем разматываться”.

### 10. Ритуал окончания занятия.

## **Ноябрь.**

### Занятие № 5.

#### 1. Ритуал начала занятия.

#### 2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

#### 3. Разминка.

- Какой сейчас месяц? (Ноябрь.)
- Как называется второй осенний месяц? (Октябрь.)
- Зачем язык во рту? (За зубами.)
- Летательный аппарат Бабы-Яги? (Ступа.)

#### 4. Игра “Поиск закономерностей”.

Детям предлагается рассмотреть табличку с изображением флажков разной формы и найти закономерность в их расположении, а затем в пустой клеточке нарисовать флажок нужной формы.

#### 5. Игра “Раскрась правильно”.

Психолог предлагает ребенку назвать нарисованные в тетради геометрические фигуры и раскрасить их следующим образом:

- фигуру между маленьким кругом и прямоугольником в зеленый цвет;
- фигуру справа от треугольника в красный цвет;
- фигуру между прямоугольником и квадратом в желтый цвет;
- последнюю фигуру в ряду в синий цвет;
- фигуру слева от треугольника в оранжевый цвет.

#### *6. Игра “Четвертый лишний”.*

Детям предлагаются карточки с четырьмя картинками. Нужно найти и показать лишнюю картинку, объяснив при этом свой выбор.

#### *7. Упражнение “Поклон пальчиками”.*

Зажать карандаш средним и указательным пальцами. Сгибать и разгибать эти пальцы так, чтобы карандаш не опускался ниже большого пальца. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой.

#### *8. Упражнение “Штриховка”.*

Детям предлагается заштриховать предложенную картинку. Направление штриховки указано стрелками.

#### *9. Упражнение на релаксацию “Полет высоко в небе”*

Психолог: “Лягте в удобное положение. Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте, что вы находитесь на летнем ароматном лугу. Над вами летнее теплое солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это большой орел с гладкими и блестящими перьями.

Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Время от времени она медленно взмахивает крыльями. Вы слышите звук взмахивающих крыльев, когда они энергично рассекают воздух.

Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он – птица. Представьте, что это ваши крылья медленно движутся вверх и вниз. Представьте, что это вы медленно парите, плывете в воздухе и ваши крылья распростерты в стороны. Ваши крылья рассекают воздух, упираясь в его плотные массы. Наслаждайтесь свободой и прекрасным ощущением парения в воздухе.

А теперь, медленно взмахивая крыльями, приближайтесь к земле. Вот мы уже на земле. Откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение и прекрасное ощущение полета, которое сохранится на весь день”.

#### *10. Ритуал окончания занятия.*

##### Занятие № 6.

#### *1. Ритуал начала занятия.*

#### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

#### *3. Разминка.*

А что это у человека?

- У птицы крыло – у человека... (рука).

- У зверя лапа – у человека... (нога).
- У собаки морда – у человека...(лицо).
- У конфеты фантик – у человека...(кожа).
- У льва пасть – у человека... (рот).
- У машины мотор – у человека...(сердце).
- У подводной лодки перископ – у человека... (глаз).

#### 4. Работа с палочками.

Детям предлагается сложить из трех палочек треугольник. А как из пяти палочек сложить два треугольника? Попробуйте. (Проверка: должна быть общая сторона).

#### 5. Игра “Что больше?”

Психолог называет какой-либо предмет и говорит: “А что больше?” Дети должны назвать другой предмет, больший по величине. Например, психолог назвал стул, а ребенок в ответ называет стол, или шкаф, или машину. Повторять предметы нельзя ни психологу, ни детям. Каждый ребенок должен назвать только один предмет.

#### 6. Игра “Страна Геометрия”.

У каждого ребенка набор геометрических фигур, в который входят квадраты, круги, прямоугольники и треугольники. Они должны быть не только разного размера, но и разного цвета. Вот их примерный состав: два больших красных квадрата и два маленьких, три больших синих квадрата и три маленьких, по одному желтому квадрату большого и маленького размера. В таком же составе представлены круги, прямоугольники и треугольники.

Вот примерные задания для игры:

- собери все круги (квадраты, прямоугольники, треугольники);
- отложи в сторону все большие круги (к; п; т);
- отложи в другую сторону все маленькие круги (к; п; т);
- выбери среди больших кругов (к; п; т) все красные;
- выбери среди больших кругов (к; п; т) все синие;
- выбери среди больших кругов (к; п; т) все желтые;
- выбери среди маленьких кругов (к; п; т) все красные;
- выбери среди маленьких кругов (к; п; т) все синие;
- выбери среди маленьких кругов (к; п; т) все желтые;
- собери все синие (желтые, красные) круги;
- собери все синие (желтые, красные) квадраты;
- собери все синие (желтые, красные) прямоугольники

Вариантом игры могут стать следующие задания: психолог одну фигуру и просит найти:

- все фигуры, одинаковые с ней по форме;
- все фигуры, одинаковые по форме и цвету;
- все фигуры, одинаковые по форме и величине.

### *7. Упражнение “Карандаши”.*

Положить на стол несколько карандашей, затем собрать одной рукой в кулак все карандаши, беря их по одному. Так же, по одному, выложить карандаши на стол. Упражнение выполняется сначала одной рукой, затем другой.

### *8. Упражнение “Допиши строчку”*

Ребенок в тетради дописывает до конца строки предложенные психологом узоры.

### *9. Веселая переменка.*

Возьмите в каждую руку по карандашу. Попробуйте для начала обеими руками одновременно нарисовать одну и ту же фигуру, (например, квадрат) в одинаковом направлении.

### *10. Ритуал окончания занятия.*

#### Занятие № 7.

##### *1. Ритуал начала занятия.*

##### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

##### *3. Разминка.*

- Какое сегодня число?
- Как называют дедушку, который раздает зимой подарки? (Дед Мороз.)
- Большое морское животное с фонтаном? (Кит.)
- Чем защищается: корова, лошадь, кошка, волк, пчела, еж? (Рогами, копытами, когтями, клыками, жалом, иголками.)
- Польза от коровы? (Молоко.)
- Сколько яиц можно съесть натощак? (Одно.)

##### *4. Игра “Запомни насекомое”.*

Психолог спрашивает у детей, каких насекомых они знают. Затем предлагаются пары слов. Первое слово – это название насекомого, второе слово ассоциативно связано с первым. Детям нужно будет постараться запомнить эти пары слов. Например: оса – укус, пчела – мед, комар – писк, бабочка – пыльца, божья коровка – точка, муравей – лес, паук – паутина, кузнечик – прыгать, муха – самовар, стрекоза – стрекотать.

После того, как все слова будут прочтены, сделать паузу в 30 секунд и предложить выполнить следующее задание: называете только второе слово из пары, а ребенку нужно будет вспомнить первое слово (например: укус – оса и т.д.)

##### *5. Игра “Летает – не летает”.*

Психолог называет предметы. Если этот предмет летает (может летать), ребенок должен поднять руки, если не летает – хлопнуть в ладоши. Например: чашка, волан (для игры в бадминтон), гирия, мяч, самолет, стул, сон, ракета, варежка, гусь, снег, лампочка, картошка, пыль и т.д.

##### *6. Игра “Зачеркни букву”.*

Ребенку предлагается небольшой текст (из газеты или журнала). Просматривая каждую строчку дети должны зачеркивать какую-либо букву (например “а”). Фиксируется время и количество ошибок.

#### *7. Упражнение “Кулак – ребро – ладошка”.*

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющие друг друга: ладонь, сжатая в кулак; ладонь ребром на плоскости стола; распрямленная ладонь на плоскости стола. Ребенок выполняет пробу вместе с психологом, затем по памяти в течение 8-10 повторений. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем двумя руками вместе. При затруднениях психолог предлагает детям помогать себе командами (“Кулак – ребро– ладонь”), произносимыми вслух или “про себя”.

#### *8. Упражнение “Графический диктант”.*

Ребенку предлагается в рабочей тетради под диктовку психолога писать диктант, соблюдая инструкцию.

#### *9. Упражнение на релаксацию “Плывем в облаках”.*

Психолог: “Лягте и займите удобное положение. Закройте глаза. Дышите легко и медленно. Вообразите, что вы находитесь на природе, в прекрасном месте. Теплый, тихий день. Вам приятно и вы чувствуете себя хорошо.

Вы абсолютно спокойны. Вы лежите и смотрите вверх на облака – большие, белые, пушистые облака в прекрасном синем небе. Дышите свободно.

Во время вдоха вы начинаете мягко подниматься над землей. С каждым вдохом вы медленно и плавно поднимаетесь навстречу большому пушистому облаку. Вы поднимаетесь еще выше на самую верхушку облака и мягко утопаете в нем.

Теперь вы плывете на вершине большого пушистого облака. Ваши руки и ноги свободно раскинуты в стороны, вам лень шевелиться. Вы отдыхаете.

Облако вместе с вами начинает опускаться все ниже и ниже, пока не достигнет земли. Наконец, вы благополучно растянулись на земле, а ваше облако вернулось к себе домой на небо. Оно улыбается вам, вы улыбаетесь ему. У вас прекрасное настроение. Сохраните его на весь день”.

#### *10. Ритуал окончания занятия.*

##### Занятие № 8.

##### *1. Ритуал начала занятия.*

##### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

##### *3. Разминка.*

- Как называется чернильное пятно в тетради? (клякса);
- Как зовут собаку доктора Айболита? (Авва.)
- Начало дня? (Утро.)
- Стол школьника? (Парта.)
- Что делают из муки? (Хлеб.)
- Песок сыплют, а воду...? (Льют.)

#### 4. Игра “Собери картинку”.

Ребенку предлагается разрезанная на несколько частей картинка, которую он должен собрать.

#### 5. Игра “Сравни и покажи”.

Детям предлагаются рисунки с заданиями. Психолог задает по картинкам вопросы. Например: на каком рисунке нарисована самая большая тарелочка? Какая из них самая маленькая? А какая большая? Дети должны усвоить понятия: короче-длиннее, ниже-выше, больше-меньше, шире-уже и т.д.

#### 6. Игра “Расставь точки”.

Перед детьми квадраты, в которых определенным образом расставлены точки. Ребенка просят посмотреть на первый квадрат и постараться точно так же расставить эти точки в пустом квадрате (заранее подготовить и раздать детям с пустыми квадратами). Всего 8 квадратов, последовательность обозначена цифрами.

#### 7. Упражнение “Лезгинка”.

Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук в течение 6-8 смен позиций. Необходимо добиваться высокой скорости смены положений. Для усложнения упражнения добавляются движения глаз и языка: сначала однонаправленные (глаза и язык двигаются в сторону кулачка), затем – разнонаправленные (глаза – в сторону кулачка, язык – в сторону ладошки).

#### 8. Упражнение “Штриховка”.

Детям предлагается заштриховать предложенную картинку. Направление штриховки указано стрелками.

#### 9. Игра “Паутинка”.

Описание: психолог говорит, что дети, как паучки, сейчас будут плести паутину-путанку. Дети встают в круг, берутся за руки и, пролезая под руками по очереди не разжимая рук, запутывают паутинку, а затем распутывают ее.

#### 10. Ритуал окончания занятия.

### **Декабрь.**

#### Занятие № 9.

##### 1. Ритуал начала занятия.

##### 2. Упражнение “Заряд бодрости”.

– Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);

– Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);

– Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

##### 3. Разминка.

– Что находится в середине капусты? (Кочерыжка.)

– Камни в море какие? (Мокрые.)

- Как называется место, где зимой выращивают овощи? (Теплица.)
- Как называется полосатая африканская лошадь? (Зебра.)
- Стол можно сломать, а стакан...? (Разбить.)
- Прошло три дня после воскресенья. Какой наступил день? (Четверг.)

#### 4. Игра “Запомни фигуры”.

Психолог показывает детям карточки с изображением различных геометрических фигур. Дети смотрят в течение 30 секунд. Затем карточки убирают, а дети рисуют в рабочих тетрадях те фигуры, которые они запомнили.

#### 5. Игра “Сравни предметы”.

Для сравнения предлагаются следующие пары слов:

- муха и бабочка;
- дом и изба;
- стол и стул;
- книга и тетрадь;
- вода и молоко;
- топор и молоток;
- пианино и скрипка;
- шалость и драка;
- город и деревня.

Ребенок должен ответить, чем похожи и чем отличаются предметы. Желательно, чтобы дети выделяли черты сходства и различия не по случайным, несущественным признакам (например, молоток и топор лежат в сарае), а по главным признакам.

#### 6. Игра “Выполни инструкцию”.

Описание: детям предлагается нарисовать в один ряд два треугольника, один квадрат, один прямоугольник, третью фигуру зачеркнуть. (Предложить еще два-три аналогичных задания.)

#### 7. Упражнение “Лягушка”.

Положить руки на стол. Одну ладошку сжать в кулак, другую положить на плоскость стола. Одновременно менять положение рук. Усложнение упражнения состоит в ускорении.

#### 8. Упражнение “Допиши строчку”.

Ребенок в тетради дописывает до конца строки предложенные психологом узоры.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Отдых на море”.

Психолог: “Лягте в удобное положение, закройте глаза и слушайте мой голос. Представьте себе, 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 схватывает 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”.

10. *Ритуал окончания занятия.*

#### Занятие № 10.

1. *Ритуал начала занятия.*

2. *Упражнение “Заряд бодрости”.*

– Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);

– Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);

– Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

3. *Разминка.*

– Измени по числам: мост – ...(мосты); ручей – ...(ручьи); друг – ...(друзья); метро – ...(метро).

– Как называется место, где шьют одежду? (Ателье.)

– Кто хрюкает? (Поросенок.)

– Когда мы обедаем? (Днем.)

– Кто учит детей? (Учитель.)

4. *Игра “Гений памяти”.*

Психолог называет первому ребенку какое-либо слово, например бабочка. Следующий ребенок повторяет названное слово и добавляет к нему любое другое. Например, бабочка, лес. Третий ребенок повторяет два первые и добавляет еще одно: бабочка, лес, окно и т.д. Все по очереди, друг за другом, повторяют и добавляют различные слова. Тот, кто не смог перечислить все слова, выбывает из игры. В конце игры остается победитель, обладающий самой выдающейся памятью – гений памяти.

5. *Игра “Скажи, как можно больше слов”*

Детям предлагается назвать как можно больше слов, обозначающих какое-либо понятие. Например:

– Назови слова, обозначающие деревья (береза, сосна, ель, рябина...);

– Назови слова, относящиеся к спорту.

– Назови слова, обозначающие диких животных.

– Назови слова, обозначающие домашних животных.

– Назови слова, обозначающие наземный транспорт.

– Назови слова, обозначающие воздушный транспорт.

– Назови слова, относящиеся к искусству.

- Назови слова, обозначающие овощи.
- Назови слова, обозначающие фрукты.

#### *6. Игра “Определи понятие”.*

Психолог просит детей представить себе человека, который не знает значения ни одного из слов и говорит: “Постарайтесь объяснить этому человеку, что означает каждое слово, например, “велосипед”. Как бы вы объяснили это?”.

Перед тем как ребенок попытается дать определение слову, убедитесь в том, что он понимает его. Это можно сделать с помощью вопроса: “Знаешь ли ты это слово?” или “Понимаешь ли ты смысл этого слова?”. Психолог помогает детям давать определения каждого слова, задает наводящие вопросы, но всегда сначала дает возможность ответить самому.

Примеры слов: кнопка, книжка, плащ, перья, друг, бить, автобус, ботинки и т.д.

#### *7. Упражнение “Замок”.*

Скрестить руки ладонями друг к другу; сцепить пальцы в замок, вывернуть руки к себе. Двигать пальцем, который укажет психолог – палец должен двигаться точно и четко, не допуская синкинезий; прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.

#### *8. Упражнение “Графический диктант”.*

Ребенку предлагается в рабочей тетради под диктовку психолога писать диктант, соблюдая инструкцию.

#### *9. Упражнение “Потянулись – сломались”.*

Психолог говорит: “Встаньте прямо. Вдохните. На вдохе сильно тянитесь вверх, вытягивая руки, напрягая тело. А теперь постепенно начинаем выдыхать воздух и расслаблять тело. Расслабляем кисти рук, кисти стали мягкими и упали вниз. Дышим спокойно и расслабляем руки в локтях. Теперь полностью расслабили руки и они упали вниз. Расслабили шею и голова упала на грудь. Расслабили мышцы спины и согнулись пополам. Туловище расслабилось и обвисло. Теперь расслабляем колени и мягко падаем на пол. Полежите так, постарайтесь почувствовать пол. Как ваше тело соприкасается с полом? Удобно вам лежать или нет?”

#### *10. Ритуал окончания занятия.*

### Занятие № 11.

#### *1. Ритуал начала занятия.*

#### *2. Упражнение “Заряд бодрости”*

- Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);
- Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);
- Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (Несколько раз.)

#### *3. Разминка.*

- Как называют папу вашего папы? (Дедушка.)
- Что остается, когда съедаешь яблоко? (Огрызок.)
- Назовите пять имен мальчиков, начинающихся с буквы “а”.

- Он с пропеллером и живет на крыше. (Карлсон.)
- Семь дней с понедельника по воскресенье. (Неделя.)

#### 4. Упражнение “Тренировка слуховой памяти”.

Психолог: “Послушайте внимательно пары слов:

курица – яйцо,  
молоко – корова,  
замок – ключ,  
зима – снег,  
кофе – чай,  
мама – дочь

Теперь я называю первое слово пары, а вы должны вспомнить второе”. (Эти слова легко запомнить, так как они связаны по смыслу).

#### 5. Игра “Как это можно использовать?”.

Психолог предлагает детям найти возможно большее число вариантов использования какого-либо предмета. Например, называет слово “карандаш”, а дети придумывают, как можно использовать этот предмет. Называет такие варианты: рисовать, писать, использовать как палочку, указку, градусник для куклы, удочку и т.д.

#### 6. Игра “Говори наоборот”.

Психолог: “Я буду говорить слово, вы тоже говорите, но только наоборот, например: большой – маленький”. Можно использовать следующие пары слов:

веселый – грустный,  
быстрый – медленный,  
пустой – полный,  
худой – толстый,  
умный – глупый,  
трудолюбивый – ленивый,  
тяжелый – легкий,  
трусливый – храбрый,  
белый – черный,  
твердый – мягкий  
и т.д.

#### 7. Упражнение “Сова”.

С силой схватить левое плечо правой рукой; головой медленно пересекать среднюю линию тела, поворачивая ее налево, затем – направо. Расслабиться; сделать три полных цикла дыхания на три поворота головы.

Повторить то же для другого плеча, добавив вокализацию: голова у плеча – вдох – голова на груди – выдох с вокализацией “у-у-х” – голова у другого плеча – вдох и т.д.

#### 8. Упражнение “Штриховка”.

Детям предлагается заштриховать предложенную картинку. Направление штриховки указано стрелками.

#### 9. Упражнение “Торт”.

Описание: одному из детей предлагается лечь на коврик и психолог говорит, что из него сейчас будут делать торт. Каждый из детей представляет собой одну из составных частей: муку, сахар, молоко, яйца и т.д. Психолог играет роль повара. Сначала надо замесить тесто. Нужна мука – “мука” руками “посыпает” тело лежащего, слегка массируя и пощипывая его. Теперь нужно молоко – “молоко” “разливается” руками по телу, поглаживая его. Необходим сахар. Он “посыпает” тело, и немного соли – чуть-чуть, нежно прикасается к голове, рукам, ногам. Повар “замешивает” тесто, хорошенько разминая его.

А теперь тесто кладется в печь и там поднимается – ровно и спокойно лежит и дышит, все дети, изображающие составляющие, тоже дышат, как тесто. Наконец, тесто испеклось. Чтобы торт был красивый, надо его украсить красивыми цветами. Все участники, прикасаясь к “торту”, дарят ему свой “цветок”, описывая его. Торт необыкновенно хорош! Сейчас повар угостит каждого участника вкусным кусочком.

#### 10. Ритуал окончания занятия.

##### Занятие № 12.

##### 1. Ритуал начала занятия.

##### 2. Упражнение “Заряд бодрости”.

– Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (Несколько раз.)

– Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (Несколько раз.)

– Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (Несколько раз.)

##### 3. Разминка.

– Что пишут на конверте, отправляя письмо? (Адрес.)

– Чем жалят осы и пчелы? (Жалом.)

– Чем защищается корова? (рогами); лошадь (копытами); кошка (когтями), волк (клыками); еж (иглами);

– Как сказать одним словом: много лошадей? (табун); коров (стадо); овец (отара); рыб (косяк); волков (стая); собак (свора);

– Как подает голос курица? (кудахчет); воробей (чирикает); лев (рычит); рыба (молчит); лошадь (ржет); корова (мычит); гусь (гогочет); утка (крякает); собака (лает); жук (жужжит); змея (шипит); петух (кукарекает);

##### 4. Упражнение “Какой игрушки не хватает?”

Психолог ставит перед детьми на 1 минуту 5–6 игрушек, предлагает их внимательно рассмотреть и запомнить. Затем просит их закрыть глаза и убирает одну игрушку. Дети должны ответить, какой игрушки не стало. Проводится несколько раз.

##### 5. Игра “Запоминайка”.

Детям для рассмотрения предлагаются карточки, разделенные на две части: с левой стороны рисунок-предмет, а с правой схематичное изображение. Психолог просит детей запомнить фигурки, нарисованные справа от предметов. Затем ребятам нужно по памяти в тетрадях нарисовать фигурки, соответствующие рисункам-предметам.

#### 6. Упражнение “Рыбка”.

Детям в тетрадах предлагается схематичный рисунок рыбки (из геометрических фигур), а рядом хаотично нарисованные различные геометрические фигуры. Психолог просит ребят раскрасить только те фигуры, из которых состоит рыбка.

#### 7. Упражнение “Клешня краба”.

Средний палец наложить на указательный и зажать его; безымянный – на средний; мизинец – на безымянный. Позу удерживать 10-20 секунд. После выполнения правой рукой то же – левой, а затем – двумя руками одновременно.

#### 8. Упражнение “Допиши строчку”.

Ребенок в тетради дописывает до конца строки предложенные психологом узоры.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Порхание бабочки”.

Дети ложатся на коврики на спину, руки вытянуты вдоль туловища, ноги прямые, слегка раздвинуты.

Психолог: “Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте себе, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок. Проследите за движением ее крыльев. Движения ее крыльев легки и грациозны. Теперь пусть каждый вообразит, что он – бабочка, что у него красивые и большие крылья. Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нем ярких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно начинайте приближаться к нему. Теперь вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно вы садитесь на мягкую пахучую серединку цветка. Вдохните еще раз его аромат... и откройте глаза. Расскажите о своих ощущениях”

#### 10. Ритуал окончания занятия.

### **Январь.**

#### Занятие № 13.

##### 1. Ритуал начала занятия.

##### 2. Упражнение “Заряд бодрости”

- Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);
- Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);
- Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдохнуть и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

##### 3. Разминка.

- Сказочный человек огромного роста? (Великан.)
- Он от бабушки ушел и от дедушки ушел? (Колобок.)
- Где живет муравей? (в муравейнике); птичка (в гнезде); медведь (в берлоге); акула (в море); пчелы (в улье); лиса (в норе); белка (в дупле); собака (в конуре); курица (в курятнике); конь (в конюшне);

– У кого есть панцирь? (у черепахи); хобот (у слона); стержень (ручка); страница (книга, тетрадь); клешня (рак, краб); копыто (лошадь, корова); вымя (корова, коза); клавиши (рояль, пианино); усы (кошка, жук); вершина (гора); руль (машина, велосипед);

#### 4. Игра “Подбери рифму”

Психолог предлагает детям сочинить стихи. Он называет слово, а дети по очереди придумывают рифмующееся слово, например: сад – град, мост – хвост, кошка – ложка, стол – пол и т.д.

Затем задание можно усложнить. Психолог задает детям слово, а каждый ребенок придумывает как можно больше рифм к нему.

Можно предложить и другое задание. Детям дается двестишье, а они должны подобрать рифму и продолжить его.

Примеры двестиший:

У	медведя	во	бору
Много ягод .....			
Вот	на	грядке	огурец
Огурец .....			
Смотрит	Лена	сквозь	стекло
На дворе .....			
Идет	по	полю	наш
Его бочок, как .....			бычок

#### 5. Игра “Бывает – не бывает”

Психолог называет какую-нибудь ситуацию и бросает ребенку мяч. Ребенок должен поймать мяч в том случае, если названная ситуация бывает, а если нет, то мяч ловить не нужно.

Ситуации можно предлагать разные:

Папа	ушел	на	работу.
Кошка		хочет	есть.
Почтальон		принес	письмо.
Яблоко			соленое.
Шапочка			резиновая.
Туфли			стеклянные.
Кошка	гуляет	по	крыше.
Лодка	плывет	по	небу.
Домик		рисует	девочку.
Зимой	идет	снег.	Рыба
Корова		жует	поет
Строитель		строит	песни.
Поезд	летит	по	траву.
Человек		вьет	дом.
Зайчик	пошел	в	небу.
Бегемот	залез	на	гнездо.
Дом		пошел	школу.
Волк	бродит	в	дерево.
Собака	гуляет	по	гулять.
Девочка		рисует	лесу.
Ночью		светит	крыше.
			домик.
			солнце.

Петух играет на скрипке.  
Писатель пишет книгу.

#### 6. Игра “Собери ракету”

Детям предлагается разрезанная на 8 частей картинка с изображением ракеты. Психолог просит как можно быстрее собрать картинку из частей. Отметьте, за какое время дети справятся с заданием.

#### 7. Дыхательная гимнастика.

– Вдох: расслабить мышцы живота; начать вдох, “надувая” в животе шарик, например красного цвета (цвета необходимо менять); пауза (задержка дыхания). Выдох: втянуть живот как можно сильнее; пауза. Вдох: губя вытянуть трубочкой и с шумом “пить” воздух.

– Вдох – пауза; выдох – пауза. Ребенку предлагается вокализировать на выдохе, пропевая, отдельные звуки (а, о, у, и, ы, е) и их сочетания.

#### 8. Упражнение “Графический диктант”.

Детям предлагается в рабочей тетради под диктовку психолога писать диктант, соблюдая инструкцию.

#### 9. Динамическая пауза.

**Психолог:** “Ребята, закройте глазки, представьте, что вы грибочки. Вот грибочки в траву спрятались, встать им не хочется, тесно прижались друг к другу. Но вот первый луч солнца упал на землю. И грибочки потянулись к нему, вылезли из травы, подняли голову, посмотрели на солнышко, показали друг другу свои красивые шляпки. Порадовались солнышку! Показали друг другу ручки. Подняли их вверх, погнали на солнышке.

Но вот туча набежала, дождик закапал: кап, кап, кап. Убрали свои ручки грибочки, спрятали под шляпку и стоят прямо, чтобы их дождик не намочил. Но вот кончился дождик, выглянуло солнышко. Радуются грибочки, прячутся в траве. Чтобы их никто не нашел. Вот и день прошел. Все просто замечательно!”

#### 10. Ритуал окончания занятия.

#### Занятие № 14

##### 1. Ритуал начала занятия.

##### 2. Упражнение “Заряд бодрости”.

– Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);

– Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);

– Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

##### 3. Разминка.

Отвечайте, кто это? Что это?

– Маленькая, серенькая, пугливая... (мышь);

– Новая, интересная, библиотечная... (книга);

– Красный, спелый, гладкий... (помидор);

– Большой, неуклюжий, бурый... (медведь);



чувствовать себя все лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите щебет птиц и стрекотание кузнечика. Вы абсолютно спокойны. Солнце светит, воздух чист и прозрачен. Вы ощущаете всем телом тепло солнца. Вы спокойны и неподвижны, как это тихое утро. Приятная истома охватывает вас, вы чувствуете себя спокойными и счастливыми, вам лень шевелиться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Вы отдыхаете...

А теперь открываем глаза. Мы снова в детском саду, мы хорошо отдохнули, у нас бодрое настроение, и приятные ощущения не покинут нас в течение всего дня”.

*10. Ритуал окончания занятия.*

## **Февраль.**

### Занятие № 15.

*1. Ритуал начала занятия.*

*2. Упражнение “Мозговая гимнастика”*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

*3. Разминка.*

Кем (чем) раньше были?

- Цыпленок – ... (яйцом)
- Лошадь – ... (жеребенком)
- Корова – ... (теленком)
- Дуб – ... (желудем)
- Рыба – ... (икринкой)
- Лед – ... (водой)
- Мужчина – ... (мальчиком)

*4. Задание “Найди варианты”.*

Психолог раздает детям карточки с нарисованными кругами (всего на одной карточке 6 кругов) и просит закрасить круги таким образом, чтобы покрашенных и не покрашенных было поровну. Возможно несколько вариантов окрашивания. Можно провести соревнование: кто найдет наибольшее количество решений.

*5. Игра “Сначала – потом”.*

Психолог называет детям какой-либо предмет. Задача ребят – представить его эволюцию. Например: “Дерево” – “Было семя, стало ростком, затем – саженцем, потом – деревом”. “Дом” – “Сначала – фундамент, затем – первый этаж, второй и т.д.”. “Книжная полка” – “Сначала – дерево, затем – доски, потом полка”

*6. Игра “Угадай сказку”.*

Детям предлагается отгадать сказку, которую психолог будет рассказывать. Заранее предупредите детей, что из сказки исчезли почти все буквы. Так что вам придется рассказывать сказку, произнося лишь ту часть слова, которая осталась.

Жи... бы... де... и ба... И бы... у ни... Ку... Ря... Сне... Ку... Ря... я... не про..., а зо... Де... би... би... – не ра... Ба... би... би... – не ра... Мы... бе..., хво... ма..., я... упа... и

ра... Де... пла..., ба... пла..., а Ку... ку... Не пла... де..., не пла... ба... Я сне... ва... я... не зо..., а про... (Курочка Ряба)

### *7. Дыхательная гимнастика.*

Глубоко вдохнуть; завернуть уши от верхней их точки до мочки; задержать дыхание. Выдохнуть с открытым сильным звуком А-А-А (чередовать со звуками Ы-Ы-Ы, У-У-У, О-О-О).

### *8. Упражнение “Допиши строчку”.*

Ребенок в тетради дописывает до конца строки предложенные психологом узоры.

### *9. Динамическая пауза “Бабочки и мотыльки”.*

Психолог: “Ребята, закройте глазки и представьте, что мы с вами бабочки и мотыльки. Мы очень красивые и нарядные, различных цветов и оттенков. Мы очень любим цветы, и даже сами похожи на них. И сейчас мы с вами полетим на цветочную полянку. Давайте расправим наши изящные крылышки и поднимемся в небо. Плавно, легко машем крылышками.

Ну, вот мы и прилетели на поляну. Сколько вокруг разных цветов: васильков, ромашек. Вот растет ароматная кашка. Давайте подлетим к этим цветам и попробуем их ароматную пыльцу. Ах, какая сладкая, вкусная пыльца! Бабочкам она очень понравилась. А теперь бабочки встали в хоровод и танцуют на цветах. Они легко наступают на цветы, чтобы не сделать им больно.

Солнышко начало припекать. Давайте протянем наши крылышки к нему. Ведь мы очень любим солнышко и радуемся его свету и теплу.

А теперь бабочки и мотыльки опять разлетелись в разные стороны и порхают с цветка на цветок. Как хорошо, как красиво кругом!

И так летают бабочки целый день. Но вот наступает вечер, и бабочки с мотыльками садятся на какой-нибудь цветок и засыпают. А на следующий день вновь резвятся на цветочной поляне”.

### *10. Ритуал окончания занятия.*

#### Занятие № 16.

#### *1. Ритуал начала занятия.*

#### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

#### *3. Разминка.*

Назовите правильно:

- Один теленок – много телят, телята;
- Поросенок – (много поросят, поросята);
- Жеребенок – (много жеребят, жеребята);
- Ягненок – (много ягнят, ягнята);
- Щенок – (много щенят, щенки);
- Цыпленок – (много цыплят, цыплята);
- Сова – (много сов, совы);

- Цапля – (много цапель, цапли);
- Липа – (много лип, липы);
- Сосна – (много сосен, сосны);
- Коза – (много коз, козы);
- Кенгуру – (много кенгуру, кенгуру)

#### 4. Игра “Я речка, а ты рыбка”.

Психолог предлагает детям продолжить ассоциативный ряд. Например: “Я – дом”. “А я – дверь”. “Я – замок”, “А я – ключ”. И так далее. Игра способствует развитию ассоциативного мышления, логики, быстроты реакции.

#### 5. Игра “Если..., то...”.

Психолог предлагает детям продолжить высказывания. Следствие: если в воду добавить сахар, то...; если в комнату принести снег, то...; если съесть много мороженого, то... Причина: девочка идет в школу, потому что...; мальчик заболел ангиной, потому что...; дождь пошел, потому что... и т.д. Дети учатся устанавливать причинно-следственные связи.

#### 6. Упражнение “Четвертый лишний”.

Детям предлагаются карточки с изображениями различных предметов, один из которых лишний. Ребята должны найти лишний предмет и объяснить свой выбор.

#### 7. Дыхательная гимнастика.

Скрестив ноги, с прямой спиной(!), поднять руки вверх над головой с вдохом и опустить вниз на пол перед собой с выдохом, немного сгибаясь при этом в туловище. Это упражнение хорошо тем, что оно автоматически заставляет ребенка дышать правильно – у него просто нет возможности дышать по-другому.

#### 8. Упражнение “Графический диктант”.

Детям предлагают в рабочей тетради под диктовку психолога писать диктант, соблюдая инструкцию.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Полет высоко в небе”.

**Психолог:** “Лягте в удобное положение. Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите медленно и легко. Представьте, что вы находитесь на летнем ароматном лугу. Над вами летнее теплое солнце и высокое голубое небо. Вы чувствуете себя абсолютно спокойными и счастливыми. Высоко в небе вы видите птицу, парящую в воздухе. Это большой орел с гладкими и блестящими перьями.

Птица свободно парит в небе, крылья ее распростерты в стороны. Время от времени она медленно взмахивает крыльями. Вы слышите звук взмахивающих крыльев, когда они энергично рассекают воздух.

Теперь пусть каждый из вас вообразит, что он – птица. Представьте, что это ваши крылья медленно движутся вверх и вниз. Представьте, что это вы медленно парите, плывете в воздухе и ваши крылья распростерты в стороны. Ваши крылья рассекают воздух, упираясь в его плотные массы. Наслаждайтесь свободой и прекрасным ощущением парения в воздухе.

А теперь, медленно взмахивая крыльями, приближайтесь к земле. Вот мы уже на земле. Откройте глаза. Вы чувствуете себя хорошо отдохнувшими, у вас бодрое настроение и прекрасное ощущение полета, которое сохранится на весь день”.

## *10. Ритуал окончания занятия.*

### Занятие № 17.

#### *1. Ритуал начала занятия.*

#### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

#### *3. Разминка.*

Назовите правильно: чей хвост?

- Корова – коровий;
- Заяц – (заячий);
- Овца – (овечий);
- Лошадь – (лошадиный);
- Кошка – (кошачий);
- Коза – (козий);
- Белка – (беличий);
- Волк – (волчий);
- Лиса – (лисий)

#### *4. Упражнение “Логические задачи”.*

Детям предлагают решить логические задачи. Если ребенку будет трудно решать на слух, можно в рабочей тетради нарисовать условие каждой задачи:

- а) Вера – дочь Аси. Кто из них старше? (Ася.)
- б) Алеша – сын Миши. Кто из них младше? (Алеша.)
- в) Ольга – бабушка Тани. Света – не внучка Ольги. Надя – не бабушка Тани. Кто внучка Ольги? (Таня.)
- г) Вася – отец Пети. Гриша – дедушка Пети. Кем Гриша приходится Васе? (Отцом.)
- д) Катя – сестра Вовы. Оля – подруга Кати. Ваня – брат Оли. Миша – брат Вани. Кто брат Кати? (Вова).

#### *5. Игра “Что? Кто?”*

Психолог обсуждает с детьми тему “одушевленное – неодушевленное”. Рассказывает им, что все живые предметы определяются вопросом “Кто?”, а неживые – “Что?”. Предлагает поиграть в игру: задает вопросы, а дети, подумав, на них отвечают: кто плавает? Что плавает? Кто вырос? Что выросло? Кто большой? Что большое? Кто рисует? Что рисуют? И т.п.

#### *6. Игра “Я – фотоаппарат”.*

Психолог предлагает детям представить себя фотоаппаратом, который может сфотографировать любой предмет, ситуацию, человека и т.п. Например, ребенок в течение нескольких секунд внимательно рассматривает все предметы, находящиеся на столе. Затем закрывает глаза и перечисляет все, что ему удалось запомнить. Так можно развивать у детей не только память, но и внимание.

### *7. Дыхательная гимнастика.*

Глубоко вдохнуть; руки медленно поднять через стороны вверх, задержав дыхание на выдохе. Выдохнуть с открытым сильным звуком А-А-А. Руки медленно опустить.

Вдохнуть; руки медленно поднять до уровня плеч через стороны; задержать дыхание. Медленно выдохнуть с сильным звуком О-О-О, обнять себя за плечи, опустив голову на грудь.

Медленно и глубоко вдохнуть; руки поднять до уровня груди; задержать дыхание. Медленно выдохнуть с сильным звуком У-У-У; руки опустить вниз, голову – на грудь.

### *8. Упражнение “Штриховка”.*

Детям предлагается заштриховать предложенную картинку. Направление штриховки указано стрелками.

### *9. Динамическая пауза “Облако”.*

Описание: дети с психологом проговаривают стихи и выполняют соответствующие упражнения.

Беленькое облако Округленные руки перед собой, пальцы в замок  
Поднялось над крышей Не расцепляя рук, поднять их над головой  
Устремилось облако Выпрямить руки  
Выше, выше, выше Потянуться руками вверх  
Ветер это облако Плавные покачивания руками над головой из стороны в  
Зацепил за сторону  
кручу головой Сцепить руки кончиками пальцев над головой  
Превратилось облако Руками описать через стороны вниз большой  
В дождевую тучу. круг и опустить, затем присесть.

### *10. Ритуал окончания занятия.*

#### Занятие № 18.

##### *1. Ритуал начала занятия.*

##### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

##### *3. Разминка.*

- Какой по счету в году сейчас идет месяц?
- Ребенок собаки. (Щенок.)
- Девочка, вступившая в борьбу со Снежной Королевой. (Герда.)
- Мудрый питон и друг Маугли. (Каа.)
- Самая любимая пора школьников. (Каникулы.)
- Дедов сын. (Отец.)

##### *4. Игра “Парные картинки”.*

Используются картинки из двух наборов детского лото. Группа детей делится пополам. Каждый ребенок получает по две картинки. Дети из первой группы по очереди описывают предметы, нарисованные на одной из имеющихся у них картинок, не показывая их. Тот ребенок, у которого, по его мнению, есть эта картинка, показывает ее. Если ответ правильный, обе картинки откладываются в сторону (в общую коробку, например). Если

ответ не правильный, первый ребенок повторяет свое описание, сделав его более подробным и детализированным. После того как все дети из первой группы описали по одной картинке, роли меняются. Теперь дети из второй группы так же по очереди описывают свои картинки, а дети из первой группы отгадывают их. В целом происходят 2 смены ролей, соответственно двум карточкам, имеющимся у каждого ребенка.

#### 5. Игра “Что бывает...”.

Психолог предлагает детям поочередно задавать друг другу вопросы следующего порядка: Что бывает большим? – Дом, машина, радость, страх и т.п. Что бывает узким? – Тропа, лента, лицо, улица и т.п. Что бывает низким, высоким, красным, белым, желтым, длинным, коротким и т.д.

#### 6. Упражнение “Что я знаю о школе”.

Психолог проводит с детьми беседу и предлагает как можно точнее отвечать на следующие вопросы:

- Как обращаются к учителю?
- Как привлечь к себе внимание, если нужно о чем-то спросить?
- Что говорят, если нужно выйти в туалет?
- Что такое урок?
- Как узнают, что настало время начинать урок?
- Что такое перемена?
- Для чего нужна перемена?
- Как в школе называется стол, за которым сидят дети?
- На чем пишет учитель, когда объясняет задание?
- Что такое оценка?
- Какие оценки хорошие, а какие плохие?
- Что такое школьный дневник?
- Что такое каникулы?

#### 7. Дыхательная гимнастика.

Вдыхать левой ноздрей, выдыхать через правую ноздрю. На вдохе представлять, как с воздухом “золотисто-серебристая” энергия проходит через левую ноздрю, левую часть горла, левую часть сердца и желудка и доходит до копчика.

При выдохе – “желтая больная энергия” выходит через правую часть тела (печень, почки, правую часть сердца, правую часть горла и правую ноздрю). Затем вдыхать правой ноздрей, а выдыхать левой. Повторить 3 раза каждый цикл.

#### 8. Упражнение “Допиши строчку”.

Ребенок в тетради дописывает до конца строки предложенные психологом узоры.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Огонь и лед”.

Попеременное напряжение и расслабление всего тела. Исходное положение – лежа. По команде психолога “Огонь!” дети начинают интенсивные движения всем телом. (Плавность и степень интенсивности движений каждый ребенок выбирает произвольно). По команде “Лед!” дети застывают в позе, в которой их застигла команда, напрягая до

предела все тело. Психолог несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

*10. Ритуал окончания занятия.*

**Март.**

Занятие № 19.

*1. Ритуал начала занятия.*

*2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

*3. Разминка.*

Как называют эти места:

- Где принимают в стирку белье? (Прачечная.)
- Где нас лечат? (Больница.)
- Где хранят автомобили? (Гараж.)
- Где держат самолеты? (Ангар.)
- Где дома готовят еду? (Кухня.)
- Где работают клоуны? (Цирк.)
- Где выдают на время книги? (Библиотека.)

*4. Игра “Пантомима”.*

Психолог просит детей изобразить жестами, мимикой, звуками какой-либо предмет (поезд, машину, чайник, самолет) или какое-либо действие (умывание, расчесывание, рисование, плавание). Если с первого раза не получается, психолог показывает сам, как это нужно делать. Поиграйте в “угадайку”: ребенок угадывает, что вы изобразили, а затем наоборот – вы должны догадаться, что изображают жесты и мимика ребенка. Старайтесь придумывать смешные варианты. Эта игра предназначена для развития воображения и творческих способностей.

*5. Игра “Посмотри и запомни”.*

В течение нескольких секунд психолог показывает детям сюжетную картинку. Затем изображение убирает и задает вопросы об увиденном на рисунке. Обращайте внимание на детали, помогая ребенку уточняющими вопросами (сколько птичек сидело на дереве, какого цвета занавеска на окне и т.д.). Потом можно поменяться ролями, предложив детям придумать и задать вам вопросы по картинке.

*6. Упражнение “Медвежата”.*

Психолог раздает детям рисунки с изображением медвежат. У каждого медвежонка не хватает какой-то детали, чтобы быть похожим на один заглавный образец. Детям нужно сделать всех медвежат одинаковыми.

*7. Растяжки “Струночки”.*

Исходное положение – лежа на спине. Ребенку предлагается почувствовать пол головой, шеей, спиной, плечами, руками, ягодицами и ногами, а затем описать свои ощущения: например: пол может быть твердым, жестким, мягким, холодным или теплым, гладким или шершавым, ровным или бугристым и т.д.

Затем психолог берет одну руку ребенка и немного растягивает ее (другая рука лежит расслабленно), затем – другую руку. После этого ребенок выполняет растяжки рук самостоятельно. Аналогично поочередно растягиваются ноги.

Далее детям предлагается представить себя сильно натянутой стрункой и растягивать тело, потягиваясь одновременно сначала двумя руками, двумя ногами; затем – правой стороной тела (рука, бок, нога) и левой стороны тела (линейные растяжки). Спину при этом не следует напрягать и выгибать.

#### *8. Упражнение “Графический диктант”.*

Детям предлагается в рабочей тетради под диктовку психолога писать диктант, соблюдая инструкцию.

#### *9. Динамическая пауза “Березка”.*

Психолог: “Наконец, после долгой холодной зимы наступила теплая весна. Белоствольные березки расправили свои нежные листочки, протянули свои тонкие веточки к солнышку и ощутили на них долгожданное тепло. Улыбнулись березки солнышку.

Вдруг прилетел шаловливый ветерок и предложил березкам поиграть. Удивились березки, но согласились. Закачали березки своими тонкими веточками, сначала совсем тихо, потом все сильнее и сильнее. Каждый листочек-пальчик поздоровался со своим соседом.

Но шалун-ветер принес с собой тучку, которая закрыла солнышко. Огорчились березки. Обняли себя веточками, чтобы согреться. А тут еще дождик закапал, вымокли березки до последней нитки. Повисли ветви, как петли. Испугался ветер, что березки могут заболеть. Разогнал тучи. Выглянуло солнышко, и березки радостно вздохнули”.

#### *10. Ритуал окончания занятия.*

##### Занятие № 20.

##### *1. Ритуал начала занятия.*

##### *2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

##### *3. Разминка.*

Назовите правильно, чье мясо:

- Мясо свиньи – свинина,
- Мясо барана – (баранина).
- Мясо коровы – (говядина),
- Мясо теленка – (телятина),
- Мясо курицы – (курятина).
- Мясо индюшки – (индюшатины).

##### *4. Игра “Разложи правильно”.*

Для игры потребуется два одинаковых набора картинок. В каждом наборе должно быть не менее пяти изображений. Психолог раскладывает картинки из своего набора в определенном порядке. Дети рассматривают получившийся ряд в течение 10 секунд, после чего психолог закрывает изображения. Задача детей – разложить свои картинки в том же порядке, держа образец в памяти. Усложняя задание, увеличивается количество карточек.

### 5. Упражнение “Выполни по образцу”.

Детям выдаются подготовленные бланки с изображением пустых листочков, цветочков, грибочков, елочек и яблочек. Психолог дает детям задание: в каждом цветочке нужно поставить плюсики, в грибочке – палочку, в листочке – галочку, в елочке – точку, в яблочке – кружочек.

### 6. Упражнение “Тренируем память”.

Психолог просит детей прослушать внимательно два раза следующий текст, а затем ответить на вопросы.

Мама попросила сына сходить в магазин и сделать следующие покупки: в булочной – ХЛЕБ, ПИРОЖНОЕ, ПЕЧЕНЬЕ; в мясном отделе – КОТЛЕТЫ, СОСИСКИ, КОЛБАСУ; в овощном отделе – ОГУРЦЫ, ПОМИДОРЫ, КАПУСТУ; в гастрономическом отделе – САХАР, СОЛЬ, МАСЛО. Запомнили? А теперь ответьте: что надо было купить в овощном отделе? Что – в булочной? Что – в мясном отделе? Что – в гастрономическом отделе?

### 7. Растяжки “Кобра”.

Исходное положение – лежа на животе. Руки согнуть в локтях, ладонями упереться в пол на уровне плеч; представить себя в виде кобры: медленно поднять голову, постепенно выпрямляя руки и приоткрывая рот; приподнять верхнюю часть туловища, прогнуть спину (ягодицы и ноги при этом должны быть расслаблены); вернуться в исходное положение и расслабиться, не задерживая дыхания.

### 8. Упражнение “Штриховка”.

Детям предлагается заштриховать предложенную картинку. Направление штриховки указано стрелками.

### 9. Упражнение на релаксацию “Потянулись – сломались”.

Исходное положение – лежа на спине; руки и все тело устремлены вверх; пятки от пола не отрывать.

Психолог: тянемся, тянемся вверх, выше и выше... Мысленно отрываем пятки от пола, чтобы стать еще выше... А теперь наши кисти как бы сломались, безвольно повисли. Теперь руки сломались в локтях, в плечах; упали плечи, повисла голова, мы сломались в талии; подогнули колени – упали на пол... Лежим расслабленно, безвольно, удобно... Прислушайтесь к себе. Осталось ли где-нибудь напряжение? Сбросьте его.

### 10. Ритуал окончания занятия.

#### Занятие № 21.

#### 1. Ритуал начала занятия.

#### 2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

#### 3. Разминка.

Назовите правильно, сделано из...

- Сок из винограда – виноградный,
- Сковорода из чугуна – (чугунная),
- Сок из сливы – (сливовый),

- Посуда из дерева – (деревянная),
- Шапка из меха – (меховая),
- Сок из моркови – (морковный),
- Монета из золота – (золотая),
- Кувшин из глины – (глиняный),
- Сок из клубники – (клубничный),
- Платок из шерсти – (шерстяной),
- Блузка из шелка – (шелковая),
- Подсвечник из меди – (медный).

#### 4. Упражнение “Точки”.

Психолог показывает детям на примере, как можно, соединяя точки, сделать рисунок. Затем предлагает им самим попробовать нарисовать что-либо, соединяя точки. Использовать все точки каждый раз не обязательно.

#### 5. Игра “Раскрась правильно”.

Детям раздаются листы с написанными на них крупным шрифтом буквами и цифрами. Психолог предлагает детям обвести все буквы красным карандашом, а все цифры – синим. Усложняя задание, можно попросить все гласные буквы обвести красным карандашом, все согласные синим, цифры – зеленым.

#### 6. Упражнение “Цветы на клумбах”.

Психолог вырезает из картона для каждого ребенка по три цветка красного, оранжевого и синего цвета и три клумбы – круглую, квадратную и прямоугольную. Детям предлагается распределить цветы на клумбах в соответствии с рассказом: “Красные цветы росли не на круглой и не квадратной клумбе, оранжевые – не на круглой и не на прямоугольной. Где какие цветы росли?”

#### 7. Растяжки “Травинка на ветру”.

Изобразить всем телом травинку (сесть на пятки, руки вытянуть вверх, сделать вдох). Психолог: начинает дуть ветер и травинка наклоняется до земли. (Выдыхая, наклонить туловище вперед, пока грудь не коснется бедер; руки при этом вытянуть вперед, ладони – на полу; не меняя положение туловища, протянуть руки по полу еще дальше вперед)

– Ветер стихает, травинка выпрямляется и тянется к солнышку. (На вдохе в исходное положение, потянуться вверх)

#### 8. Упражнение “Допиши строчку”.

Дети в тетради дописывают до конца строки предложенные психологом узоры.

#### 9. Динамическая пауза “Хризантемы”.

Описание: дети с психологом проговаривают стихи и выполняют соответствующие упражнения.

Ах! Какие хризантемы! Показать как цветок распускается.  
 Мы сорвем их без проблемы! Обеими руками срывать воображаемые цветы  
 Ух! Охалку мы набрали! Обеими руками показать “охалку”  
 Эх! Прихватим и для Вали! Махнуть рукой и “рвать” цветы дальше  
 Эхе-хе... Цветов не стало. Удивленно пожать плечами

Их и раньше было мало Развести руки в стороны  
Ох! Зачем мы их сгубили? Прижать к щекам обе руки  
Ведь не мы же их растили! Горестно покачать головой.  
Больше так не поступайте Погрозить пальчиком.  
Цветы новые сажайте Присесть, “посадить” цветы.  
Пусть в саду они растут Показать, как цветок распускается.  
И людей всех радуют Все радуются.

*10. Ритуал окончания занятия.*

## Занятие № 22.

*1. Ритуал начала занятия.*

*2. Упражнение “Мозговая гимнастика”*

В течение 1,5 минут дети выполняют качания головой, “ленивые восьмерки”, “шапку для размышлений” (см. занятие 1).

*3. Разминка.*

Какие животные могут это делать?

- Мурлычет – кот; шипит – (змея);
- Мычит – (корова); жужжит – (шмель);
- Пищит – (мышь); воет – (волк);
- Фыркает – (кот); каркает – (ворона);
- Чирикает – (воробей); кукует – (кукушка);
- Квакает (лягушка); блеет – (овца)

*4. Упражнение “Что неверно?”*

Детям нужно внимательно рассмотреть предложенные картинки и сказать, что неправильно нарисовал художник, объяснить почему.

*5. Игра “Узнай букву”.*

Психолог вырезает для детей буквы из бархатной бумаги. Затем предлагает угадать буквы, проводя по ним пальцами. Глаза должны быть закрыты у детей. Игру можно проводить в форме соревнования, ощупывая буквы поочередно. За каждую узнавшую букву дается фишка. В конце игры фишки подсчитываются, и объявляется победитель.

*6. Упражнение “Копирование образца”.*

Каждому ребенку предлагается точечный рисунок. Психолог просит детей как можно точнее скопировать образец. Обращайте внимание, на сколько число и расположение точек соответствует образцу. Возможно небольшое (но не более чем в 2 раза) увеличение или уменьшение размера рисунка.

*7. Упражнение с карандашом (не подточенными).*

- а) с напряжением прокатывать карандаш между соединенными ладонями;
- б) растирать центр ладони концом карандаша;
- в) упираясь концами карандаша в центр ладоней, вращать кисти рук перпендикулярно карандашу, стараясь не уронить его. Медленно поднимать руки над головой и опускать их вниз, продолжая удерживать карандаш (2 – 3 раза);

г) брать карандаш за концы и удерживать его на весу поочередно указательными пальцами обеих рук, средними пальцами и т.д.

#### 8. Упражнение “Графический диктант”.

Детям предлагается в рабочей тетради под диктовку психолога писать диктант, соблюдая инструкцию.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Росток”.

Дети сидят на корточках в кругу, нагнув голову к коленям и обхватив их руками. Психолог: 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 каждый счет психолог называет детям часть тела, которая активизируется в данный момент при абсолютной пассивности, расслабленности других: “один” – медленно выпрямляются ноги; “два” – ноги продолжают выпрямляться и постепенно расслабляются руки, висят, как “тряпочки”; “три” – постепенно выпрямляется позвоночник (от поясницы к плечам); “четыре” – разводим плечи и выпрямляем шею, поднимаем голову; “пять” – поднимаем руки вверх, смотри вверх, тянемся к солнышку.

#### 10. Ритуал окончания занятия

##### **.Апрель.**

##### Занятие № 23.

##### 1. Ритуал начала занятия.

##### 2. Упражнение “Заряд бодрости”.

– Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);

– Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);

– Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдохнуть и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

##### 3. Разминка.

– Самая большая и вкусная ягода? (Арбуз.)

– Как зовут девочку, побывавшую в Зазеркалье? (Алиса.)

– Какое метательное орудие всегда возвращается к охотникам? (Бумеранг.)

– У какого зверька в лесу самое короткое название? (Еж.)

– Самое длинношеее животное на Земле? (Жираф.)

– Сколько месяцев году? (12)

##### 4. Игра “Загадки”.

Психолог каждому ребенку задает по две загадки. Загадки можно подобрать из любого сборника.

##### 5. Упражнение “Ругаемся овощами”.

Психолог предлагает детям поругаться, но не плохими словами, а...овощами: “Ты – огурец”, “А ты – редиска”, “Ты – морковка”, “А ты – тыква” и т.д.

##### 6. Упражнение “Дорисуй-ка”.

Детям предлагаются несложные картинki (яблоко, гриб, лист, мяч, дом, елка), нарисованные наполовину. Психолог просит детей как можно точнее дорисовать вторую половину картинki.

#### *7. Упражнения с карандашами.*

а) вращать между пальцами карандаш. (Необходимо обратить внимание на то, чтобы в движениях участвовали все пальцы.)

б) перебирать всеми пальцами вдоль карандаша от одного конца до другого вперед и назад;

в) удерживая карандаш между пальцами, ослабить зажим настолько, чтобы карандаш медленно сполз вниз;

г) зажать карандаш между вторыми фалангами указательного и среднего пальцев и делать “шаги” по столу. Следить, чтобы карандаш не выпал из пальцев.

#### *8. Упражнение “Штриховка”.*

Детям предлагается заштриховать предложенную картинку. Направление штриховки указано стрелками.

#### *9. Динамическая пауза “Солнышко”.*

Психолог: “Каждый день всходит солнце, чтобы обогреть всю землю. Все рады солнышку! Но пока оно спит. Ночь подходит к концу. Сторож-месяц пошел отдыхать и по пути постучал к солнышку, чтобы оно просыпалось.

А солнышко сладко спит. Услышало оно, что в дверь постучали. Открыло свои глаза, а на улице темно. Не хочется вставать. Солнышко зевнуло и снова крепко закрыла свои глазки.

Но время не ждет. Надо будить Землю. Солнышко потянулось и встало с кровати. Умыло глазки, ротик, щечки. Взяло расческу и расчесало свои золотые волосы-лучики. Лучики распрямились, ярко засияли. Солнышко расправило свое платьице и вышло на небо. Вдохнуло свежий воздух и улыбнулось всем”.

#### *10. Ритуал окончания занятия.*

##### Занятие № 24.

#### *1. Ритуал начала занятия.*

#### *2. Упражнение “Заряд бодрости”.*

Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);

Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);

Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

#### *3. Разминка.*

– Что можно видеть с закрытыми глазами? (Сон.)

– Из чего делают белый хлеб? (Из пшеницы.)

– Кто говорит на всех языках? (Эхо.)

– Какой колокольчик не звенит? (Цветок.)

– Кто мост мостит без топора? (Мороз.)

– Кто растет со шляпой? (Гриб.)

#### 4. Игра “Каждой вещи свое место”

Психолог спрашивает у детей, где должны находиться:

- книги – (на полке, в шкафу);
- ручки – (в пенале);
- бумага – (в столе);
- хлеб – (в хлебнице);
- суп – (в кастрюле);
- соль – (в солонке);
- сахар – (в сахарнице);
- деньги – (в кошельке);
- паста – (в тюбике);
- мыло – (в мыльнице);

#### 5. Упражнение “Найди лишнее”.

Детям даются картинки с заданием, где в каждом ряду надо найти “лишний” предмет и объяснить свой выбор.

#### 6. Игра “Я загадала...”.

Психолог загадывает какой-либо предмет. Предлагает детям посредством уточняющих вопросов выяснить название предмета. Например:

- Этот предмет летает?
- Да.
- У него есть крылья?
- Нет.
- Он высоко летает?
- Нет.
- Он одушевленный?
- Нет.
- Он сделан из пластмассы?
- Нет.
- Из железа?
- Да.
- У него есть пропеллер?
- Да.
- Это вертолет?
- Да.

#### 7. Упражнения с монетами.

- а) на один из пальцев раскрытой ладони положить монету. Ребенок должен пошевелить этим пальцем так, чтобы монета не упала. Как только ему это удастся, на другой палец кладется вторая монета, и так до тех пор, пока все пальцы не будут удерживать монеты;
- б) разложить монеты на пальцах раскрытой ладони, затем при помощи партнера уложить монеты на кончики пальцев другой руки;
- в) подбрасывать монету вверх и ловить ее. (Вначале монета подбрасывается невысоко, затем предлагается подкидывать монету все выше.)

#### 8. Упражнение “Допиши строчку”.

Дети в тетради дописывают до конца строки предложенные психологом узоры.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Раскачивающееся дерево”.

Психолог: представьте себя каким-нибудь деревом. Корни – это ноги, ствол – туловище, крона – руки и голова. Начинает дуть ветер, и дерево плавно раскачивается – наклоняется вправо и влево (3–5 раз), вперед и назад.

Во время выполнения движений дети должны стремиться соблюдать ритмичность дыхания. В результате выполнения упражнения усиливается деятельность внутренних органов, улучшается эластичность легких, особенно нижних отделов; улучшается кровообращение головного мозга.

#### 10. Ритуал окончания занятия.

##### Занятие № 25.

##### 1. Ритуал начала занятия.

##### 2. Упражнение “Заряд бодрости”.

- Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);
- Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);
- Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

##### 3. Разминка.

- Самолетом правит...(летчик),
- Трактор водит...(тракторист),
- Электричку –...(машинист),
- Стены выкрасил...(маляр),
- Доску выстругал...(столяр),
- В доме свет провел...(монтер),
- В шахте трудится...(шахтер),
- В жаркой кузнице...(кузнец),
- Кто все знает?... (молодец!).

##### 4. Игра “Пищевые цепочки”.

Психолог проводит с детьми беседу о взаимоотношениях в живой природе. Объясняет категорию “хищник – жертва”, разъясняет функции и назначение тех и других. Предлагает составить пищевые цепочки, имеющие место в природе:

Луг,	поле:	растения	–	гусеница	–	птица;
злаки	–	грызуны	–	змеи,	хищные	птицы;
травы – насекомые – птицы;						
Водоемы:	комар	–	лягушка	–		цапля;
червяк	–		рыба	–		чайка;
ряска – малек – хищная рыба;						
Лес:	растения	–	гусеница	–		птицы;
растения	–	грызун	–	хищные		птицы;
растения	–	заяц	–	лиса,		волк;
грибы	–	белки	–			куницы;
лесные злаки – лось – медведь, волк.						

### 5. Игра “Моя половина, твоя половина”.

Психолог говорит начало слова, а дети по очереди продолжают:

Вело – сипед, само – лет, паро – воз, паро – ход, пыле – сос, магни – тофон, само – свал, мага – зин, теле – визор, верто – лет, кроко – дил, чемо – дан и т.д.

### 6. Упражнение “Рассказ по картине”.

Психолог предлагает рассмотреть детям сюжетную картину. Затем каждый ребенок составляет рассказ по картине. Если дети затрудняются, психолог задает наводящие или уточняющие вопросы.

### 7. Упражнения с монетами.

А) переключать монету между пальцами одной руки, вращать ее между пальцами. (Необходимо обратить внимание на то, чтобы в движениях участвовали все пальцы);

Б) один из детей прячет монету в руке, другой, легко дотрагиваясь до рук партнера, старается по разности тонуса мышц отгадать, в какой руке находится монета;

В) первый партнер держит монеты на кончиках пальцев, глаза при этом закрыты. Второй партнер начинает заменять монеты другими (отличными по массе) или добавлять монеты, укладывая их столбиком. Первый партнер, не открывая глаз, старается угадать достоинство и количество монет.

### 8. Упражнение “Графический диктант”.

Детям предлагается в рабочей тетради под диктовку психолога писать диктант, соблюдая инструкцию.

### 9. Упражнение на релаксацию “Море”.

Психолог рассказывает детям историю и сопровождает ее соответствующими движениями (дети повторяют движения):

“На море плещутся волны – маленькие и большие. (Сначала одной рукой, а затем другой рисует в воздухе маленькие волны; руки сцепляет в замок и рисует в воздухе большую волну.)

По волнам плывут дельфины. (Синхронные волнообразные движения всей рукой вперед.)

Они сначала вместе, а потом по очереди ныряют в воду – один нырнул, другой нырнул. (Совершает поочередные волнообразные движения рук.)

За ним плывут их дельфинята. (Руки согнуты в локтях, прижаты к груди; кисти рук выполняют синхронные волнообразные движения вперед.)

Они ныряют вместе и по очереди. *(Одновременные и поочередные волнообразные движения кистями рук.)*

Вот так двигаются их хвостики. *(Каждый палец поочередно совершает волнообразные движения.)*

Вместе с дельфинами плавают медузы, *(Руки, сжатые в кулаки, резко разжимаются.)*

Все они танцуют и смеются”. *(Вращение рук в лучезапястных суставах.)*

*10. Ритуал окончания занятия.*

#### Занятие № 26.

*1. Ритуал начала занятия.*

*2. Упражнение “Заряд бодрости”.*

– Большим и указательным пальцами обеих рук массировать мочки ушей сначала в одну сторону, затем в другую. При этом говорить: “Ушки, ушки, слушайте!” (несколько раз);

– Указательным пальцем массировать точку на лбу между бровей в одну и другую сторону и говорить: “Просыпайся третий глаз!” (несколько раз);

– Поглаживать впадинку на шее, глубоко вдыхать и говорить: “Я дышу!” (несколько раз).

*3. Разминка.*

– Что просит сказать врач, когда осматривает горла? (а-а-а)

– Какие животные носят еду на спине? (Ежи.)

– Назовите весенние месяцы. (Март, апрель, май.)

– Самый смешной артист цирка? (Клоун.)

– Книжка с чистыми листами для рисования? (Альбом.)

– Какого цвета средний сигнал у светофора? (Желтый.)

*4. Игра “Подумай и ответь”.*

Психолог предлагает детям закончить предложения:

Если мальчик старше девочки, то девочка... (младше мальчика);

Если стол выше стула, то стул ... (ниже стола);

Если река уже моря, то море... (шире реки);

Если велосипед едет медленнее машины, то машина едет ... (быстрее велосипеда);

Если червяк короче удава, то удав... (длиннее червяка) и т.д.

*5. Игра “Добавь слово”.*

Психолог предлагает детям найти закономерность и продолжить ряд слов:

Зима, весна, лето....

Январь, февраль, март.....

Утро, день, вечер.....

Понедельник, вторник, среда....

Десять, девять, восемь.....

Один, два, три.....

Десять, двадцать, тридцать.....

#### 6. Игра “Зашифрованная азбука”.

Психолог выбирает несколько наиболее часто встречающихся в словах букв алфавита, каждой из них присваивает свой номерной знак. Например:

**А О К Т С И Н Л Д М**

**1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**

Психолог показывает детям, как можно записывать слова, заменяя буквы цифрами: 9 2 10 (дом); 5 6 8 1 (сила) и т.п. Затем предлагает самостоятельно зашифровывать слова, если дети затрудняются, оказывает помощь.

#### 7. Упражнения с четками.

Психолог предлагает детям перебирать пальцами четки. Перебирание четок нормализует ритм дыхания, успокаивает. Полезно перебирать четки, сопровождая движения рук речью – чтением стихотворения либо скороговорки.

#### 8. Упражнение “Штриховка”.

Детям предлагается заштриховать предложенную картинку. Направление штриховки указано стрелками.

#### 9. Упражнение на релаксацию “Улыбка”.

Психолог: “Лягте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха... Во время каждого выдоха вы можете почувствовать, как лицо все больше и больше расслабляется. Пусть с каждым выдохом расслабляется ваш рот, нос, уши, лоб, глаза.

Теперь вдохните глубоко-глубоко и задержите дыхание. Откиньте голову назад, сделайте сильный выдох, выдувая воздух как можно выше, чтобы он долетел до потолка. Повторите это еще раз.

Глубоко вдохните... Задержите воздух... Запрокиньте голову... Сильно выдохните, выдувая воздух до потолка. Теперь снова вдохните. И когда будете сейчас выдыхать, постарайтесь улыбнуться. Почувствуйте, как во время улыбки растягиваются ваши губы, и как напрягаются мышцы щек.

Сделайте это еще раз и попробуйте улыбнуться пошире. Представьте себе, что видите перед собой на рисунке красивое солнышко, рот которого расплылся в широкой дружеской улыбке.

Когда вы сейчас снова улыбнетесь, почувствуйте, как улыбка переходит в руки, доходит до ладоней. Возможно, вы заметите в ладонях легкое покалывание. Дышите и улыбайтесь... И ощущайте, как руки и ладони наполняются улыбающейся силой солнышка.

Когда вы улыбнетесь снова, почувствуйте, как ваша улыбка спускается все ниже и доходит до ног, до самых кончиков ступней. Ощутите тепло солнца под подошвами ног.

Ощутите улыбку во всем своем теле. Улыбаясь, вы хорошо чувствуете себя с ног до головы, ощущаете радость всеми клеточками своего тела. Теперь снова глубоко вдохните и задержите на мгновение дыхание. Представьте, что в вашей груди находится большой золотой шар. Это настоящее солнце внутри вас, внутри вашего сердца. Когда вы будете сейчас выдыхать, пусть это солнце улыбается. Снова наберите побольше воздуха, задержите дыхание и почувствуйте, как солнце внутри вас широко и дружелюбно улыбается, как спокойно, безмятежно и радостно стало у вас на душе.

Теперь немного потянитесь, выпрямитесь. Откройте глаза и снова окажитесь в этой комнате”.

*10. Ритуал окончания занятия.*

## **2.2. Способы и направления поддержки детской инициативы в освоении Программы**

Для воспитанников *освоения Программы (5-6 лет)* приоритетной сферой инициативы является внеситуативноличностное общение. Педагог осуществляет следующую деятельность по поддержке детской инициативы:

- создаёт положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям: выражать радость при встрече; использовать ласку и тёплое слово для выражения своего отношения к ребёнку;
- уважает индивидуальные вкусы детей, их позитивные привычки;
- поощряет созидание по собственному замыслу; обращает внимание на полезность будущего продукта для других, доставленную радость окружающим;
- создаёт условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- помогает детям в решении проблем организации игры;
- привлекает к планированию деятельности коллектива детей на день и более отдалённую перспективу; - создаёт условия для самостоятельной творческой и познавательной деятельности детей по интересам.

Для воспитанников *освоения Программы (6-7 лет)* приоритетной сферой инициативы является научение. Педагог осуществляет следующую деятельность по поддержке детской инициативы:

- вводит адекватную оценку результата деятельности ребёнка с одновременным признанием его усилий и указанием возможных путей и способов совершенствования продукта;
- спокойно реагирует на неуспех ребёнка и предлагает несколько вариантов исправления работы: повторное исполнение спустя некоторое время, доделывание, совершенствование деталей и т.п.; рассказывает детям о трудностях, которые педагог сам испытал новому;
- создаёт условия (ситуации), позволяющие ребёнку реализовать свою компетентность, обретая уважение и одобрение со стороны взрослых и сверстников;
- обращается к воспитанникам с просьбой научить его тем индивидуальным достижениям, которые есть у каждого из них;
- создаёт условия для разнообразной самостоятельной творческой деятельности детей;
- помогает при необходимости в решении проблем при организации игры;
- привлекает к планированию деятельности детского коллектива на день и более отдалённую перспективу, учитывая и реализуя их пожелания и предложения; - создаёт условия для самостоятельной творческой и познавательной деятельности детей по интересам.

## **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

В МБДОУ детский сад № 275 созданы необходимые условия для реализации образовательной программы дополнительного образования «Знайка».

Педагог дополнительного образования имеет необходимые навыки для преподавания.

### **3.1. Организация развивающей предметно-пространственной среды для реализации программы**

Для эффективной реализации Программы, занятия проводятся в кабинете дополнительного образования, где создана развивающая предметно-пространственная среда в соответствии с требованиями:

- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 года № 16Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»
- Письмо Министерства образования и науки России от 17.11.2011 г. № 03-877 «О реализации приказа Министерства образования и науки России от 20.07.2011 г. № 2151 «Примерный перечень игрового оборудования для учебно-методического обеспечения дошкольных образовательных учреждений и групп для детей дошкольного возраста, организованных в образовательных учреждениях»;

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает максимальную реализацию образовательного потенциала пространства кабинета, материалов, оборудования для развития детей старшего дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков развития.

### **3.2. Материально-техническое обеспечение**

Занятия по подготовке к школе проводятся в специально оборудованном кабинете, включающем демонстрационную доску, столы, стулья, расположенные на втором этаже здания.

Реализация содержания программы предусматривает наличие демонстрационной доски, методического набора к ней, демонстрационного материала, тетрадей, цветных карандашей, по количеству воспитанников – потребителей услуги.

Из технических средств обучения и воспитания имеются мультимедийный проектор, ноутбук, колонки.

Технические средства обучения: автоматизированное рабочее место педагога (ПК, проектор, акустическая система, принтер)

### **3.3. Перспективно-тематическое планирование по дополнительной образовательной программе «Знайка»**

Учебный план МБДОУ детский сад № 275 разработан в соответствии со следующими документами:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273(ст.2, п.9);
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (ст.7, п.12.5);
- Уставом МБДОУ детский сад № 275;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (№ 1008 от 29 августа 2013г.).

1. Учебный план устанавливает график и объем времени на оказание дополнительной образовательной программы «Знайка»
2. Продолжительность оказания услуг по дополнительной общеобразовательной программе детей составляет: - для детей 5-6-го года жизни – 25 минут; - для детей 7-го года жизни–30 минут
3. Занятия по дополнительной образовательной программе «Знайка» проводятся для детей старшего дошкольного возраста 1 раз в неделю в вечернее время с педагогом дополнительного образования. Общее количество занятий за учебный год – 26.

№	Тема занятия	Форма контроля	Сроки проведения	Количество часов
1.	<u>Занятие 1.</u> 1.Ритуал начала занятия (см. приложение 1) 2. Упражнение “Мозговая гимнастика”. 3. Разминка. 4. Игра “Найди одинаковые фигуры” 5. Игра “Запомни цвета”. 6. Игра “Что лишнее?”. 7. Упражнение “Колечки” 8. Упражнение “Допиши строчку”. 9. Упражнение на релаксацию “Порхание бабочки”. 10. Ритуал окончания занятия (см. приложение 2)	Наблюдение, диагностика	1-я неделя октября	1
2.	<u>Занятие 2.</u> 1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение “Мозговая гимнастика”. 3. Разминка. 4. Тренировка внимания. 5. Игра “Дорисуй”. 6. Игра “Закончи слово”. 7. Упражнение “Колечки с усложнением”. 8. Упражнение “Дорисуй узор на полотенце”. 9. Динамическая пауза. 10.Ритуал окончания занятия.	Наблюдение	2-я неделя октября	1
3.	<u>Занятие 3.</u> 1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение “Мозговая гимнастика”. 3. Разминка. 4. Игра “Выложи по памяти”. 5. Игра “Телеграфист”. 6. Игра “Скажи наоборот”. 7. Упражнение “Обратные колечки”. 8. Упражнение “Раскрась	Наблюдение	3-я неделя октября	1

	<p>машинки”.</p> <p>9. Упражнение на релаксацию “Тихое озеро”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>			
4.	<p><u>Занятие 4.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Один – много”.</p> <p>5. Игра “В чем отличия?”.</p> <p>6. Игра “Назови одним словом”.</p> <p>7. Упражнение “Змейки”.</p> <p>8. Упражнение “Допиши строчку”.</p> <p>9. Упражнение “Клубочек”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	4-я неделя октября	1
5.	<p><u>Занятие № 5.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Поиск закономерностей”.</p> <p>5. Игра “Раскрась правильно”.</p> <p>6. Игра “Четвертый лишний”.</p> <p>7. Упражнение “Поклон пальчиками”.</p> <p>8. Упражнение “Штриховка”.</p> <p>9. Упражнение на релаксацию “Полет высоко в небе”</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	1-я неделя ноября	1
6.	<p><u>Занятие 6.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Работа с палочками.</p> <p>5. Игра “Что больше?”</p> <p>6. Игра “Страна Геометрия”.</p> <p>7. Упражнение “Карандаши”.</p> <p>8. Упражнение “Допиши строчку”</p> <p>9. Веселая переменка.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	2-я неделя ноября	1
7.	<p><u>Занятие 7.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Запомни насекомое”.</p> <p>5. Игра “Летает – не летает”.</p> <p>6. Игра “Зачеркни букву”.</p> <p>7. Упражнение “Кулак – ребро – ладошка”.</p>	Наблюдение	3-я неделя ноября	1

	<p>8. Упражнение “Графический диктант”.</p> <p>9. Упражнение на релаксацию “Плывем в облаках”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>			
8.	<p><u>Занятие 8.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Собери картинку”. Ребенку предлагается разрезанная на несколько частей картинка, которую он должен собрать.</p> <p>5. Игра “Сравни и покажи”.</p> <p>6. Игра “Расставь точки”.</p> <p>7. Упражнение “Лезгинка”.</p> <p>8. Упражнение “Штриховка”.</p> <p>9. Игра “Паутинка”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	4-я неделя ноября	1
9.	<p><u>Занятие 9.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Заряд бодрости”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Запомни фигуры”.</p> <p>5. Игра “Сравни предметы”.</p> <p>6. Игра “Выполни инструкцию”.</p> <p>7. Упражнение “Лягушка”.</p> <p>8. Упражнение “Допиши строчку”.</p> <p>9. Упражнение на релаксацию “Отдых на море”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	1-я неделя декабря	1
10.	<p><u>Занятие 10.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Заряд бодрости”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Гений памяти”.</p> <p>5. Игра “Скажи, как можно больше слов”</p> <p>6. Игра “Определи понятие”.</p> <p>7. Упражнение “Замок”.</p> <p>8. Упражнение “Графический диктант”.</p> <p>9. Упражнение “Потянулись – сломались”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	2-я неделя декабря	1
11.	<p><u>Занятие 11.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Заряд бодрости”</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Упражнение “Тренировка слуховой памяти”.</p>	Наблюдение	3-я неделя декабря	1

	<p>5. Игра “Как это можно использовать?”.</p> <p>6. Игра “Говори наоборот”.</p> <p>7. Упражнение “Сова”.</p> <p>8. Упражнение “Штриховка”.</p> <p>9. Упражнение “Торт”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>			
12.	<p><u>Занятие 12.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Заряд бодрости”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Упражнение “Какой игрушки не хватает?”</p> <p>5. Игра “Запоминайка”.</p> <p>6. Упражнение “Рыбка”.</p> <p>7. Упражнение “Клешня краба”.</p> <p>8. Упражнение “Допиши строчку”.</p> <p>9. Упражнение на релаксацию “Порхание бабочки”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	4-я неделя декабря	1
13.	<p><u>Занятие 13.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Заряд бодрости”</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Подбери рифму”</p> <p>5. Игра “Бывает – не бывает”</p> <p>6. Игра “Собери ракету”</p> <p>7. Дыхательная гимнастика.</p> <p>8. Упражнение “Графический диктант”.</p> <p>9. Динамическая пауза.</p>	Наблюдение	1-я неделя января	1
14.	<p><u>Занятие 14.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Заряд бодрости”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Совершенствование воображения”.</p> <p>5. Игра “Я положил в мешок...”.</p> <p>6. Игра “Будь внимателен”.</p> <p>7. Дыхательная гимнастика.</p> <p>8. Упражнение “Штриховка”.</p> <p>9. Упражнение на релаксацию “Тихое озеро”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	2-я неделя января	1
15.	<p><u>Занятие 15.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Задание “Найди варианты”.</p> <p>5. Игра “Сначала – потом”.</p> <p>6. Игра “Угадай сказку”.</p>	Наблюдение	1-я неделя февраля	1

	<p>7. Дыхательная гимнастика.  8. Упражнение “Допиши строчку”.  9. Динамическая пауза “Бабочки и мотыльки”.  10. Ритуал окончания занятия.</p>			
16.	<p><u>Занятие 16.</u>  1. Ритуал начала занятия.  2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.  3. Разминка.  4. Игра “Я речка, а ты рыбка”.  5. Игра “Если..., то...”.  6. Упражнение “Четвертый лишний”.  7. Дыхательная гимнастика.  8. Упражнение “Графический диктант”.  9. Упражнение на релаксацию “Полет высоко в небе”.  10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	2-я неделя февраля	1
17.	<p><u>Занятие 17.</u>  1. Ритуал начала занятия.  2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.  3. Разминка.  4. Игра “Я речка, а ты рыбка”.  5. Игра “Если..., то...”.  6. Упражнение “Четвертый лишний”.  7. Дыхательная гимнастика.  8. Упражнение “Графический диктант”.  9. Упражнение на релаксацию “Полет высоко в небе”.  10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	3-я неделя февраля	1
18.	<p><u>Занятие 18.</u>  1. Ритуал начала занятия.  2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.  3. Разминка.  4. Игра “Парные картинки”.  5. Игра “Что бывает...”.  6. Упражнение “Что я знаю о школе”.  7. Дыхательная гимнастика.  8. Упражнение “Допиши строчку”.  9. Упражнение на релаксацию “Огонь и лед”.  10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	4-я неделя февраля	1
19.	<p><u>Занятие 19.</u>  1. Ритуал начала занятия.  2. Упражнение “Мозговая</p>	Наблюдение	1-я неделя марта	1

	<p>гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Пантомима”.</p> <p>5. Игра “Посмотри и запомни”.</p> <p>6. Упражнение “Медвежата”.</p> <p>7. Растяжки “Струночки”.</p> <p>8. Упражнение “Графический диктант”.</p> <p>9. Динамическая пауза “Березка”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>			
20.	<p><u>Занятие 20.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Игра “Разложи правильно”.</p> <p>5. Упражнение “Выполни по образцу”.</p> <p>6. Упражнение “Тренируем память”.</p> <p>7. Растяжки “Кобра”.</p> <p>8. Упражнение “Штриховка”.</p> <p>9. Упражнение на релаксацию “Потянулись – сломались”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	2-я неделя марта	1
21.	<p><u>Занятие 21.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Упражнение “Точки”.</p> <p>5. Игра “Раскрась правильно”.</p> <p>6. Упражнение “Цветы на клумбах”.</p> <p>7. Растяжки “Травинка на ветру”.</p> <p>8. Упражнение “Допиши строчку”.</p> <p>9. Динамическая пауза “Хризантемы”.</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p>	Наблюдение	3-я неделя марта	1
22.	<p><u>Занятие 22.</u></p> <p>1. Ритуал начала занятия.</p> <p>2. Упражнение “Мозговая гимнастика”</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Упражнение “Что неверно?”</p> <p>5. Игра “Узнай букву”.</p> <p>6. Упражнение “Копирование образца”.</p> <p>7. Упражнение с карандашам (не подточенными).</p> <p>8. Упражнение “Графический диктант”.</p>	Наблюдение	4-я неделя марта	1

	9. Упражнение на релаксацию “Росток”. 10. Ритуал окончания занятия.			
23.	<u>Занятие 23.</u> 1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение “Заряд бодрости”. 3. Разминка. 4. Игра “Загадки”. 5. Упражнение “Ругаемся овощами”. 6. Упражнение “Дорисуй-ка”. 7. Упражнения с карандашами. 8. Упражнение “Штриховка”. 9. Динамическая пауза “Солнышко”. 10. Ритуал окончания занятия.	Наблюдение	1-я неделя апреля	1
24.	<u>Занятие 24.</u> 1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение “Заряд бодрости”. 3. Разминка. 4. Игра “Каждой вещи свое место” 5. Упражнение “Найди лишнее”. 6. Игра “Я загадала...”. 7. Упражнения с монетами. 8. Упражнение “Допиши строчку”. 9. Упражнение на релаксацию “Раскачивающееся дерево”. 10. Ритуал окончания занятия.	Наблюдение	2-я неделя апреля	1
25.	<u>Занятие 25.</u> 1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение “Заряд бодрости”. 3. Разминка. 4. Игра “Пищевые цепочки”. 5. Игра “Моя половина, твоя половина”. 6. Упражнение “Рассказ по картине”. 7. Упражнения с монетами. 8. Упражнение “Графический диктант”. 9. Упражнение на релаксацию “Море”. 10. Ритуал окончания занятия.	Наблюдение	3-я неделя апреля	1
26.	<u>Занятие 26.</u> 1. Ритуал начала занятия. 2. Упражнение “Заряд бодрости”. 3. Разминка. 4. Игра “Подумай и ответь”. 5. Игра “Добавь слово”. 6. Игра “Зашифрованная азбука”. 7. Упражнения с четками. 8. Упражнение “Штриховка”.	Наблюдение, диагностика	4- неделя апреля	1

	9. Упражнение на релаксацию “Улыбка”. 10. Ритуал окончания занятия.			
Итого:			26 недель	26

## Список используемой литературы:

1. В школу с радостью: конспекты комплексно-игровых занятий с дошкольниками для психолога и воспитателя / авт. -сост. Е Д. Шваб. – Волгоград: Учитель, 2007.-79 с
2. Ильина М. Н. Подготовка к школе: развивающие тесты и упражнения. - Спб. : Питер, 2004.-205с.
3. Интеллектуально-развивающие занятия со старшими дошкольниками / авт. -сост. М. Р. Григорьева. – Волгоград: Учитель, 2009. – 136 с.
4. Павлова Т. Л. Диагностика готовности ребенка к школе. - М. : ТЦ Сфера, 2007.-128с.
5. Система коррекционно-развивающих занятий по подготовке детей к школе / авт. -сост. Ю. В. Останкова. - Волгоград: Учитель, 2007.-130с.
6. Черемошкина Л. В. Развитие внимания детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. - Ярославль: Академия развития, 1997.- 224с.
7. Шарохина В. Л. Психологическая подготовка детей к школе: Конспекты занятий. – М. : Книголюб, 2009. – 48 с.
8. Яковлева Н. Г. Психологическая помощь дошкольнику. - Спб. : Валери СПД; М. : ТЦ Сфера, 2002, - 112с.
9. Алиева Т. И., Трифонова Т. В. «Истоки»: система оценки результатов освоения программы. // Управление дошкольным образовательным учреждением. 2011. №5. С. 10-15.
10. Бурлакова И. А. ФГТ к психолого-педагогическому обеспечению. // Справочник педагога-психолога. 2012. № 2. С. 4-10.
11. Галета Я. Модель выпускника. Предпосылки формирования универсальных учебных действий в ДОУ. // Школьный психолог. 2011. №16. С. 24-28.
12. Гуткина Н. И. Новая программа развития детей старшего дошкольного возраста и подготовки их к школе. // Психолог в детском саду. 2007. №4. С. 47-65.
13. Гуткина Н. И. Психологическая готовность к школе. 4-е изд., перераб. и дополн. – СПб: Питер, 2004. – 208 с.
14. Зверева О. Л. Родительские собрания в ДОУ: метод. пособие / О. Л. Зверева, Т. В. Кротова. - 2-е изд. - М. : Айрис-пресс, 2007. - 128 с.
15. Карпекина Т. В., Макарьева О. Ю. Условия успешной адаптации первоклассников (круглый стол для воспитателей) // Управление дошкольным образовательным учреждением. 2008. №1. С. 29-35.
16. Конева О. Б. Психологическая готовность детей к школе: Учебное пособие - Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2000. – 32 с.
17. Нижегородцева Н. В., Шадрикова В. Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе: Пособие для практических психологов, педагогов и родителей. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 256 с.
18. Родительские собрания: подготовительная группа / Авт. -сост. С. В. Чиркова. - М. : ВАКО, 2008. - 336 с. 81
19. Рылеева Е. В. Готова ли семья к поступлению ребенка в первый класс? // Управление дошкольным образовательным учреждением. 2005. №4. С. 104-111.
20. Широкова Г. А. Справочник дошкольного психолога. (3-е изд.) / Серия «Справочники». - Ростов-н/Д: «Феникс», 2005. - 384 с.
21. Юдина Е. П. Из детского сада – в начальную школу. // Управление дошкольным образовательным учреждением. 2005. №4. С. 82-85.

22. Юдина Т. П. Образовательная программа группы дошкольного образования // Управление дошкольным образовательным учреждением. 2008. №1. С. 62-74.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ 1.**

### **Ритуалы начала занятия.**

#### **Волшебный клубочек.**

Дети сидят на стульях или на ковре по кругу. Психолог передаёт клубок ниток, тот наматывает нить на палец и при этом говорит ласковое слово, или доброе пожелание, или ласково называет рядом сидящего ребёнка по имени, или произносит «волшебное вежливое слово» и т.п.

Затем передаёт клубок следующему ребёнку, пока не дойдёт очередь до психолога.

#### **Доброе животное.**

Участники встают в круг и берутся за руки. Психолог тихим голосом говорит: «Мы с вами – одно большое доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит!» Все прислушиваются к своему дыханию, дыханию соседей. «А теперь слушаем вместе!»

Вдох – все делают шаг вперёд, выдох – шаг назад. «Так не только дышит животное, так же ровно бьётся его большое доброе сердце. Стук – шаг вперёд, стук – шаг назад и т.д.

#### **Дружба начинается с улыбки.**

Сидящие в кругу дети берутся за руки, смотрят соседу в глаза и молча улыбаются друг другу.

#### **Комплименты.**

Сидя в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов, за что-то похвалить. Принимающий комплимент кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» Затем он произносит комплимент своему соседу. При затруднении психолог может сделать комплимент или предложить сказать что-то «вкусное», «сладкое», «цветочное».

Во время ритуала психолог находится в кругу вместе с детьми, показывает пример, подсказывает, подбадривает, настраивает детей.

## **ПРИЛОЖЕНИЕ 2.**

### **Ритуалы окончания занятия.**

#### **Круг друзей.**

Стоя или сидя в круге, всем взяться за руки. Пожать их, посмотреть по очереди на всех, поблагодарить.

#### **Эстафета дружбы.**

Взяться за руки и передавать, как эстафету, рукопожатие. Начинает психолог: «Я передам вам свою дружбу, и она идёт от меня к Тане, от Тани к Вове и т.д. и, наконец, снова возвращается ко мне. Я чувствую, что дружбы стало больше, так как каждый из вас добавил частичку своей дружбы. Пусть же она вас не покинет и греет. До свидания!»

#### **Солнечные лучики.**

Протянуть руки вперёд и соединить их в центре круга. Тихо так постоять, пытаясь почувствовать себя тёплым солнечным лучиком.

#### **Речёвка.**

Все мы дружные ребята.

Мы ребята-дошколята.

Никого не обижаем.

Как заботиться, мы знаем.

Никого в беде не бросим.

Не отнимем, а попросим.

Пусть всем будет хорошо,

Будет радостно, светло!

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766827

Владелец Скидан Екатерина Васильевна

Действителен с 23.08.2023 по 22.08.2024