

**Министерство образования, науки и молодежной политики
Нижегородской области**

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Нижегородской области
«Центр психолого–педагогической, медицинской и социальной помощи»**

Рассмотрена на заседании

педагогического совета

Протокол от « 4 » *28* 2022 г. № *1*

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУДО НО ЦПМСП

Т.Н.Шиголина
Т.Н.Шиголина

« 7 » *сентября* 2022 г



**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Психомоторное развитие детей 3-4 лет»**

**направленность: социально-гуманитарная
возраст обучающихся: 3 - 4 лет
срок реализации программы: 36 часов**

**Составитель:
Арюхова М.Е.
педагог-психолог,
высшей квалификационной категории**

**г. Нижний Новгород
2022г.**

Пояснительная записка

Актуальность

Данная коррекционная программа, направлена на обеспечение эффективного психолого-педагогического и консультационного сопровождения детей 3-4 лет и их родителей.

Психомоторное развитие - это процесс, в котором проявляется единство движений с психическими действиями (мышление, воображение, чувства).

Под психомоторикой понимается совокупность сознательно регулируемых двигательных актов. Психика и моторика находятся в неразрывном единстве, и поэтому в поведении, в деятельности, в речи человека раскрывается вся характеристика его и как индивида, и как личности, и как субъекта. Но если психомоторика в полной мере отражает целостную характеристику человека, то, совершенствуя психомоторные способности, можно в той или иной степени успешности воздействовать на развитие детей.

Понятие «психомоторика» имеет различные смысловые наполнения. У Н. А. Бернштейна это – вся область двигательных отправления, объединяющая их биомеханические, физические и психологические аспекты; интересна и значима для изучения развития детей концепция уровневого построения движений, созданная Н. А. Бернштейном. Он выделил 5 уровней психомоторной деятельности, которые можно соотнести со становлением двигательной функции в онтогенезе.

Первый уровень обеспечивает бессознательную, произвольную регуляцию мышечного тонуса мускулатуры. Он начинает функционировать с первых недель жизни ребёнка.

Второй уровень руководит «локомоторным» или двигательным механизмом, который управляет четырьмя конечностями-двигателями и начинает функционировать в онтогенезе с четырёх-пяти месяцев жизни, когда ребенок пытается схватить увиденный предмет.

Третий уровень обеспечивает согласование двигательного акта с внешним пространством. Он и начинает развиваться во втором полугодии жизни ребёнка, когда излишние движения уступают однократным целевым движениям, которые имеют начало и конец. Оценка расстояний, размеров и форм предметов, определяет важнейшие качества таких действий ребёнка, как меткость, точность, без чего его действия не достигли бы цели. Благодаря этим качествам, третий уровень называется «Пространственным».

Возникновение первых осмысленных действий связано с созреванием предметного, четвёртого уровня организации движений, который начинает

функционировать с четырёх лет. Действия этого уровня – самообслуживание в широком смысле, все предметные, трудовые, спортивные, подвижные игры. Движения, строящиеся на 4-м уровне, связаны с чётким осознанием правой и левой сторон тела. В выполнении движений данного уровня главное – смысловая сторона действия с предметом.

Развитие общей и мелкой моторики оказывает благотворное влияние на весь организм и, особенно, на деятельность мозга. Двигательная активность способствует повышению умственной работоспособности, речевому развитию, формированию координационных движений рук и ног, умению ориентироваться в пространстве, регулировать свой мышечный тонус, закрепляются понятия правостороннего и левостороннего движения, развивается глазомер.

У детей ОВЗ и детей-инвалидов наблюдаются проблемы психологического характера: задержка речевого развития, повышенная возбудимость, капризность, неустойчивое настроение, боязливость, неуверенность в себе, нарушение внимания, двигательная заторможенность, недостаточная сформированность мелкой моторики, координации движений.

Отличительной особенностью данной программы от ранее существующих можно считать комплексный подход к психомоторному развитию, программа включает в себя два блока: первый блок «Колобок – румяный бок» рассчитан на развитие простых движений, навыков координации и ощущения тела в пространстве, умение выполнять простую слуховую инструкцию. Второй блок «Путешествие в лес» - развитие мелкой и крупной моторики, сенсорики (тактильные ощущения), навыки саморегуляции, навыков речи. Програма подходит для детей с нормой развития, а так же для детей ОВЗ и детей-инвалидов.

Адресат программы: дети дошкольного возраста 3-4 лет, с учетом их психофизических и индивидуальных особенностей.

Цель: Развитие психомоторных и речевых навыков у детей 3-4 лет

Задачи:

- повысить двигательную активность через развитие общей и мелкой моторики.
- развивать сенсомоторное и тактильное восприятие.
- формировать навыки произвольной саморегуляции (программирование, самоконтроль, развитие произвольного внимания).
- способствовать формированию у детей коммуникативной и игровой деятельности.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 18 недель, 36 занятий, по 2 занятию в неделю, продолжительность занятий 25-30 мин. (в соответствие с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» п. 3.4.15 и 3.4.16.

Основная форма обучения – индивидуальная, очная. Но также может использоваться групповая форма работы, с учетом психофизических и индивидуальных особенностей обучающихся, при необходимости программу можно адаптировать для дистанционного обучения.

Реализация программы с использованием дистанционных образовательных технологий (ДОТ). Удаленное взаимодействие с использованием ДОТ производится в соответствии с «Положением об электронном обучении и использовании дистанционных технологий при реализации дополнительных образовательных программ» в ГБУ ДО НО ЦППМСП. Программа может быть реализована в дистанционной и смешанной форме. Дистанционное обучение может проводиться через рассылку заданий и обучающих видео для родителей по электронной почте, Ватсапу, группу Вконтакте. При реализации с использованием дистанционных технологий потребуется увеличение часов, т.к. добавятся часы на консультации с родителями. Форма подведения итогов – индивидуальная диагностика, наблюдение за детьми, анкетирование родителей, индивидуальные консультации родителей по результатам работы. Программа будет требовать корректировки и сокращение практической части, т.к. для реализации программы в полном объеме, требуется специальное оборудование (комната, оборудованная мягкими модулями).

Занятия включают в себя теоретическую и практическую часть, выполнение письменных заданий на специально разработанных бланках, игры на самоконтроль и развитие крупной и мелкой моторики, использование демонстрационного и раздаточного материала, игры на пространственное ориентирование, взаимодействие со сверстниками и взрослым.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раз в неделю, 36 занятий для детей с ОВЗ и детей-инвалидов.

Планируемые результаты:

- развитие у детей двигательной активности;
- сформированность предпосылок к произвольной регуляции деятельности и поведению, элементарным навыкам самоконтроля;
- использование речи для достижения цели в процессе игровой и коммуникативной деятельности;
- повышение психологической компетентности родителей детей, участвующих в реализации программы.

Учебный план

№ п/п	Содержание занятий	Кол-во часов			Формы аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1	«Ознакомительное»	1	0,3	0,7	Результат выполнения практических заданий, наблюдение
Блок 1 «Колобок – румяный бок»					
2	«Колобок-румяный бок»	1	0,3	0,6	Результат выполнения практических заданий, наблюдение
3	«Колобок и игры с мячом»	1	0,1	0,9	
4	«Веселый Колобок»	1	0,1	0,9	
5	«Озорной Колобок»	1	0,1	0,9	
6	«Колобок в волшебном лесу»	1	0,1	0,9	
7	«Колобок и полоса препятствий»	1	0,1	0,9	
8	«Колобок и его друзья»	1	0,3	0,7	
9	«Круглые, как Колобок»	1	0,1	0,9	
10	«Путешествие Колобка»	1	0,4	0,6	
11	«Приключение Колобка»	1	0,1	0,9	
12	«Колобок и неприятности»	1	0,1	0,9	
13	«Помоги Колобку»	1	0,4	0,6	
14	«Сюрприз для Колобка»	1	0,1	0,9	
15	«Подарок для Колобка»	11	0,1	0,9	
Блок 2 «Путешествие в лес»					
16	«Путешествие в лес»	1	0,2	0,8	Результат выполнения
17	«Лесная прогулка»	1	0,1	0,9	

18	«Волшебные слова»	1	0,5	0,5	практических заданий, наблюдение	
19	«В гостях у зайки»	1	0,5	0,5		
20	«Медвежата в берлоге»	1	0,2	0,8		
21	«В гостях у медведя»	1	0,1	0,9		
22	«В гостях у волка»	1	0,4	0,6		
23	«Подарок для волка»	1	0,1	0,9		
24	«В гостях у белки»	1	0,2	0,8		
25	«Шустрая белка»	1	0,4	0,6		
26	«В гостях у ежика»	1	0,1	0,9		
27	«Быстрые ежики»	1	0,1	0,9		
28	«В гостях у лисы»	1	0,2	0,8		
29	«Кто спрятался»	1	0,2	0,8		
30	«Подарки леса»	1	0,4	0,6		
31	«Игры с разными текстурами»	1	0,1	0,9		
32	Сказка «Теремок»	1	0,5	0,5		
33	Сказка «По грибок»	1	0,5	0,5		
34	«Кто живет в лесу?»	1	0,3	0,7		
35	«Лесные обитатели»	1	0,2	0,8		
36	Итоговая диагностика	1	0,1	0,9		
	Итого:	36	8,3	27,7		

Содержание учебного плана

№	Название темы	Теория	Практика
1	«Ознакомительное»	Игра с мячом «Мое имя»; игра с мячом «Я люблю...»;	Логоритмическая игра «Звериная зарядка»; Игра с мыльными пузырями, игра «Раздувайся, пузырь»; игра «Замри»; Игра «Колобок я тебя съем»; пальчиковая гимнастика; задание «Цветочная поляна»
Блок 1 «Колобок – румяный бок»			
2	«Колобок - румяный бок»	Объяснения заданий, беседа с родителями на тему: «Особенности	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок», игра с мячом (катаем, кидаем, ловим пинаем); задание

		психомоторного развития ребенка»	«Принеси игрушку (колобка)»; пальчиковая гимнастика «Здравствуй пальчик», «Фонарики», задание «Рисуем колобка (красками)»
3	«Колобок и игры с мячом»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; игра с мячом (катаем, кидаем, ловим пинаем); задание «Принеси игрушку (колобка)»; пальчиковая гимнастика «Здравствуй пальчик», «Фонарики», задание «Рисуем предметы круглой формы»
4	«Веселый Колобок»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; полоса препятствий (спортивный комплекс «неровный пол», туннель, модули для перешагивания); игра «Замри», игра «Догони колобка», катаемся с горки, катаем мячики в коробку
5	«Озорной Колобок»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; полоса препятствий (спортивный комплекс «неровный пол», туннель, модули для перешагивания); игра «Замри», игра «Догони колобка», катаемся с горки, игра с воздушным шариком
6	«Колобок в волшебном лесу»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»;

			<p>задание «Дорожка для Колобка» (кусок обоев в виде прямой и извилистой дорожки, ходить можно только по нему, не заходя за границы); задание «Найди и покажи части тела и лица у себя»; «Что спрятано в корзине?» (достаем предметы на ощупь); игра «Собери корзинку»; игра с мыльными пузырями</p>
7	«Колобок и полоса препятствий»	Объяснения заданий	<p>Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; полоса препятствий (спортивный комплекс «неровный пол», туннель, модули для перешагивания), задание «Найди такую же игрушку», игра «Стоп»; игра «Болото», пальчиковая гимнастика «Здравствуй, пальчик», «Ладошки», задание «Нарисуй лес» (краски или карандаши)</p>
8	«Колобок и его друзья»	Объяснения задания, беседа с родителями «Игры с мячом в повседневной жизни»	<p>Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; Игра с мячом (катаем, кидаем, ловим, пинаем), задание «Клубочек» (ребенок пробует намотать ниточку на клубочек)», игра с мячиком «Су-джок», игра «Большой - маленький» (маленькие мячики положи в коробку, большие в</p>

			корзинку), игра с воздушным шариком.
9	«Круглые, как Колобок»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; прохождение полосы препятствий; Игра с мячом (катаем, кидаем, ловим, пинаем), игра «Что в коробочке?» (мячики разные по текстуре и размеру) , игра с мячиком «Су-джок», задание «Большой - маленький» (раскрась только большие фигуры).
10	«Путешествие Колобка»	Объяснения заданий, беседа с родителями на тему: «Психомоторные игры в домашних условиях»	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; игра «Самолет» (взрослый берет ребенка на руки, ребенок изображает самолет (руки в стороны), передвигаемся по помещению, меняя уровень высоты), задание «Заберись на горку» (горка из модулей); игра «Машина» (даем ребенку игрушечный руль, ребенок самостоятельно передвигается по помещению, изображая водителя); задание «Построй забор по образцу» (заборчик из счетных палочек); игра «Велосипед» (ребенок ложится на пол и изображает велосипед двигая руками и ногами); пальчиковая гимнастика

			«Здравствуй, пальчик», «Молоток»; задание «Раскрась домик»
11	«Приключения Колобка»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; игра «Самолет», задание «Заберись на горку» (горка из модулей); игра «Машина»; логоритмическая игра «Чудесный лес»; игра «Велосипед»; пальчиковая гимнастика «Здравствуй, пальчик», «Молоток»; задание «Построй домик по образцу» (из счетных палочек)
12	«Колобок и неприятности»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; задание «Дорожка для Колобка» (строим дорожку из брусочков), полоса препятствий (спортивный комплекс «неровный пол», туннель, модули для перешагивания); задание «Убери камушки в баночку»; игра с бумагой (мнем, разглаживаем, рвем), игра «Солнышки и дождик»; игра «Болото»
13	«Помоги Колобку»	Объяснения задания, беседа с родителями на тему: «Игры на пространственное ориентирование»;	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; задание «Дорожка для Колобка» (кусок обоев виде прямой и извилистой дорожки, ходить можно только по нему, не заходя за границы), полоса

			препятствий (спортивный комплекс «неровный пол», туннель, модули для перешагивания)»; задание «Найди камушки»; игра с бумагой (мнем, разглаживаем, рвем), игра «Солнышки и дождик»; игра «Болото»
14	«Сюрприз для Колобка»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; игра «Что спрятано в мешочке?» (достаем предметы на ощупь), задание «Собери пуговицы», задание «Сюрприз для Колобка» (приклеиваем пуговицы на пластилиновую основу); игра с воздушным шарикам, игра с мыльными пузырями.
15	«Подарок для Колобка»	Объяснения заданий	Логоритмическая игра «Это Я» и «Колобок»; игра «Что спрятано в мешочке?» (достаем предметы на ощупь), задание «Собери пуговицы», задание «Сюрприз для Колобка» (аппликация из рваной бумаги); игра с воздушным шарикам, игра с мыльными пузырями.
Блок 2 «Путешествие в лес»			
16	«Путешествие в лес»	Объяснения задания, Задание «Отгадай загадки про животных»;	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!» Пальчиковая гимнастика; игра «Изобрази животного»; Игра с мыльными пузырями;

			задание «Раскрась мыльные пузыри»
17	«Лесная прогулка»	Объяснения задания	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!» Пальчиковая гимнастика; игра «Изобрази животного»; упражнение «Собираем пуговицы», игра с мячом; задание «Раскрась нужным цветом»
18	«Волшебные слова»	Объяснения задания, Беседа «Что такое волшебные слова»; Игра «Хорошо-плохо»	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес»; игра «Пожалуйста»; игра «Делай как я»
19	«В гостях у зайки»	Объяснения задания, Беседа «Что такое волшебные слова»; Игра «Хорошо-плохо»	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес»; игра «Пожалуйста»; задание «нарисуй Зайку»
20	«Медвежата в берлоге»	Объяснения заданий, игра «Части тела»	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Медвежата в берлоги»; задание «Собери малину»; Пальчиковая гимнастика; задание «Чего не хватает медвежонку»
21	«В гостях у медведя»	Объяснения заданий	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Медвежата в берлоги»; задание «Собери малину»; Пальчиковая гимнастика; задание «Лабиринт»
22	«В гостях у волка»	Объяснения заданий, беседа с родителями на тему: «Упражнения на снятия мышечного напряжения»	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; Игра «Волк и зайчата»; Пальчиковая гимнастика; задание «Раскрась волка»; задание «Салют»
23	«Подарок волка»	Объяснения заданий	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; Игра

			«Волк и зайчата»; Пальчиковая гимнастика; задание «Подарок Волку» (лепим из пластилина).
24	«В гостях у белки»	Объяснения заданий, , игра «Части тела»	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Шустрая белка» (пряжки на модули); задание «Рассортируй грибочки»; Пальчиковая гимнастика; аппликация «Елка»; релаксационное упражнение «Цветочная поляна»
25	«Шустрая белка»	Объяснения заданий, беседа с родителями на тему: «Игры с прищепками»	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Шустрая белка» (пряжки на модули); игра «Белка в дупле»; задание «Грибы на прищепках»; Пальчиковая гимнастика; задание «Шишка» (пуговицы на пластилиновой основе)
26	«В гостях у ежика»	Объяснения заданий	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Быстрые ежики» (ползание через туннель и кольцо); задание «Собери яблоки (мячики)»; игра «Изобрази животного»; задание «Разложи фрукты и овощи»; Пальчиковая гимнастика; задание «Дорисуй иголки»
27	«Быстрые ежики»	Объяснения заданий	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Быстрые ежики» (ползание через туннель и кольцо); задание «Собери

			яблоки (мячики)»; задание «Клубочек»((ребенок пробует намотать ниточку на клубочек); задание «Разложи фрукты и овощи»; Пальчиковая гимнастика; задание «Грибочки на прищепках»
28	«В гостях у лисы»	Объяснения заданий, игра «Правда или ложь»;	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Делай, как я»; «Прядки с лисой»; Пальчиковая гимнастика; задание «Найди и раскрась»
29	«Кто спрятался»	Объяснения задания, загадки про животных	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Лиса и зайка»; «Прядки с лисой»; Пальчиковая гимнастика; задание «Кто спрятался?» (в песке прячем фигуры зверей)
30	«Подарки леса»	Объяснения задания, беседа с родителями на тему: «Игры с разными текстурами, как средство развития мелкой моторики»	Игра с разными текстурами (кинетический песок, пенка, рассыпчатый песок)
31	«Игры с разными текстурами»	Объяснения задания	Игра с разными текстурами (кинетический песок, пенка, рассыпчатый песок)
32	Сказка «Теремок»	Проигрывание сказки «Теремок»;	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; Пальчиковая гимнастика; задание «Раскрась теремок по образцу»
33	Сказка «Под	Проигрывание сказки	Игра «Транспорт»; игра

	грибком»	«Под грибком»;	«Здравствуй, лес!»; Пальчиковая гимнастика; задание «Лепим грибок»
34	«Кто живет в лесу»	Объяснения задания, задание «Отгадай загадку»; Игра «Вежливый зайка»;	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Изобрази животное»; игра «По медвежьи следам»; задание «Грибы на прицепках»; игра «Замри»; игра «Прядки с лисой»
35	«Лесные обитатели»	Объяснения задания, задание «Животные и их детеныши»	Игра «Транспорт»; игра «Здравствуй, лес!»; игра «Где чья мама?»; игра «По медвежьи следам»; задание «Грибы на прицепках»; игра «Замри»; игра «Прядки с лисой»
36	Итоговая диагностика	Объяснения задания	Методика «Развития и коррекции психомоторики детей Н.И. Озерецкого»

Календарный учебный план – занятия начинаются по мере поступления запроса. В течение учебного года (36 недель) программа может быть реализована несколько раз.

Формы аттестации

Диагностическая методика «Развития и коррекции психомоторики детей Н.И. Озерецкого» проводится при поступлении ребенка в ГБУДО НО ЦППМСП с целью выявить общий уровень психического развития и сформированность психомоторного развития. Итоговая диагностика проводится в рамках данной программы, по итогу освоения всей программы, с целью установления результатов освоения программы и соответствию их планируемым результатам обучения.

Оценочные материалы

Целевой ориентир	Методы и методики диагностики	Критерии оценки	Оценка
- Развитие	- Методика	- понимает	Очень высокий

психомоторных, речевых и игровых навыков	«Развития и коррекции психомоторики детей Н.И. Озерецкого»	словесную инструкцию, - выполняет задание самостоятельно и правильно, следуя инструкции.	уровень 10-9 баллов, высокий уровень 8-7 баллов, средний уровень 6-5 баллов, низкий уровень 4-3 балла, очень низкий уровень 2-1 балл
--	--	--	---

Методические материалы

Словесные	Наглядные	Практические
Объяснения заданий	Демонстрационный - иллюстрационный материал, игрушки животных	упражнения на развитие общей и мелкой моторики
Проговаривание стихов, сопровождаемые соответствующими жестами (логоритмика); проигрывание сказок «Теремок»; «Под грибком»	Наблюдение	игры на самоконтроль и умение управлять своим телом;
Консультации родителей	Показ психологом приемов выполнения действий.	релаксация
		Бланки с практическими заданиями пальчиковая гимнастика

Условия реализации программы

Программа реализуется в виде индивидуальных/групповых занятий с дошкольниками и консультаций их родителей. Для этого необходимо: отдельный кабинет или спортивный зал, столы и стулья для всех участников

реализуемой программы, письменные принадлежности, спортивный инвентарь (туннель, кольцо для метания мячей и пролазывания)

Список литературы

1. Аленькина Т.Н., Никитина О.В. Гармонизация движений, эмоций и общения детей с нарушениями речи средствами психогимнастики // Логопед - №5 - 2006. - С.24-33.

2. Корсак Владислав, Балобанова Валентина, Громыко Юрий, Жукова Олеся и т.д. настольная книга для родителей «Мать и дитя» медиа группа «Олма» Москва, 2008 г.

3. Гончарова Валерия, Колосова Татьяна «Моторные сказки для самых маленьких (работа с детьми 3–6 лет)» изд-во «Икаро» 2012 г.

4. Морозова И.С., Гарусова О.М. «Психомоторное развитие дошкольников» Цикл занятий. М. Национальный книжный центр, 2016 г. 96 с.