

Министерство образования Нижегородской области

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

Рассмотрена на заседании
педагогического совета

Протокол от «16» 08 2026 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ НО ЦППМСП «Спутник»

Т.Н. Шоголина
«31» августа 2026 г.



Коррекционно-развивающая программа
«Психомоторное развитие старших дошкольников»
для детей в возрасте от 5 до 7 лет

Составитель:

Арюхова М.Е.

педагог-психолог высшей квалификационной категории

г. Нижний Новгород

2026 г.

Пояснительная записка.

Актуальность программы.

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

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.

Психомоторика - это «живые» движения человека, и они естественно составляют некое единство с мышечным чувством. Ведь искусство регуляции живых действий, соответствие их образу и мысли, продуктивность, которое отражаются в психомоторном действии или поступке, - зеркало точности мышления, глубины чувств и действительности образов воображения. Если же психомоторика не развита, то человек не гармоничен. Развивая психомоторику, наше тело способно к созданию движений любых форм и любой сложности, чем больше психомоторных действий усвоил ребенок и чем точнее его движения, тем совершеннее его мышление. Чем больше мыслей, ярких чувств и образов есть у ребенка, тем больше осознанных состояний собственного тела накапливается не только для переживаний, но и для совершенной регуляции в обстоятельствах деятельности и жизни.

Психомоторика включает в себя произвольные моторные процессы, сенсорные процессы, а также идеомоторные - движения и действия, возникающие вне сознания человека.

Дошкольный период характеризуется значительными преобразованиями в деятельности всех физиологических систем организма, а возраст 5–6 лет считается одним из критических этапов развития ребенка, от которого во многом зависит вся его последующая жизнь, это подтверждается и во многих исследованиях таких психологов, как Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, Л.И. Божович, Н.И. Гуткина.

Уровень психомоторного развития обусловлен функциональной зрелостью нервной системы, обеспечивающей способность к проявлению произвольных действий. Движение - естественная биологическая потребность детей.

Проблема психомоторного развития ребенка принадлежит к числу наиболее значимых в современной детской психологии. Это закономерно,

поскольку на первых этапах развития психика и моторика находятся в неразрывном единстве.

Проблема формирования психомоторных функций у дошкольников отражена в работах А.Н. Леонтьева, А.Р. Лурия, Н.И. Озерецкого и остается актуальной, в связи тем, что она играет значительную роль в психическом развитии детей дошкольного возраста.

Психомоторное развитие ребенка является основой полноценного обучения в школе и неотъемлемой ступенью формирования учебных навыков. От уровня психомоторного развития во многом зависит успешность овладения чтением, письмом, рисованием и другими видами учебной деятельности, что неизменно оказывает влияние на уровень тревожности, самооценку ребенка, влияет на развитие и становление его эмоционально-волевой сферы. На этапе формирования уровня функциональной готовности ребенка к школьному обучению преобладает психомоторная коррекция. Именно она, воздействуя на сенсомоторный уровень с учетом общих закономерностей онтогенеза ребенка, способна активизировать развитие всех высших психических функций, речи и интеллекта дошкольника. Для детей с нарушениями психомоторного развития характерно замедленное развитие возрастных новообразований, более позднее формирование системы произвольной регуляции и эмоционально-волевой сферы. Такие дети отличаются слабостью и вялостью общей и мелкой моторики, нарушением межполушарного взаимодействия и пространственного восприятия. Недостаточность развития процессов саморегуляции и самоконтроля приводят к затруднениям в организации собственной деятельности и регуляции поведения. Такие дети не умеют преодолевать трудности, подчинять свои действия определенным правилам и требованиям. Нарушения эмоционального характера провоцируют неуспешность в социальных коммуникациях, и у детей данной категории уже в дошкольном возрасте начинают формироваться такие отрицательные черты характера, как эгоцентричность, нерешительность, упрямство, негативизм. Что в свою очередь, приводит к постоянному эмоциональному напряжению и чувству тревоги.

Методологической основой данной программы являются основополагающие принципы, разработанные в отечественной психологии Л.С. Выготским, С.Д. Забрамной, М.Ю. Левченко, А.Н. Леонтьевым, У.В. Ульенковой: принцип единства диагностики и коррекции, принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка, принцип ориентации на зону ближайшего развития ребенка. принцип комплексности методов психологического воздействия.

Отличительной особенностью данной программы от ранее существующих можно считать комплексный подход к психомоторному развитию. Программа включает в себя игры на развитие общей и мелкой моторики, преодоление расторможенности и тренировку усидчивости, контроль импульсивности, подвижные игры на внимание, произвольную саморегуляцию, активизацию психомоторных систем (движение плюс эмоция), а также охватывает развитие сенсомоторных систем и восприятия.

Программа «Психомоторное развитие старших дошкольников» составлена на основе нескольких программ других авторов – Л.А. Метиева, Э.Я. Удалова «Развитие сенсомоторики детей с ограниченными возможностями здоровья» и Е.С. Вербовская, Ю.А. Лебедев, А.С. Большев, Ю.Р. Силкин, Л.В. Филиппова «Психомоторное и эмоциональное развитие шестилетнего ребенка средствами выразительного движения»

Данная программа предназначена для решения проблемы психомоторного развития детей младшего дошкольного возраста. Реализация программы будет способствовать развитию общей и мелкой моторики, развитию сенсомоторных систем и восприятия окружающего мира.

Адресат:

Программа может быть использована при работе со старшими дошкольниками. Программу можно адаптировать для работы с некоторыми категориями детей ОВЗ (СДВГ, ЗПР, ЗРР, ДЦП (спастическая диплегия).

Цель: развитие психомоторных навыков у детей старшего дошкольного возраста.

Задачи:

- способствовать развитию самоконтроля над поведением, эмоциями, речью, движениями.
- снимать психоэмоциональное напряжение и чувство тревоги.
- развивать межполушарное взаимодействие.
- формировать ориентировку в собственном теле, а также формировать пространственные представления.
- развитие восприятия окружающего мира;
- снятие общего напряжения, через освоения навыков релаксации.

Объем и срок освоения программы: программа краткосрочная, рассчитана на 30 ак.ч. (15 недель).

Основная форма занятий – групповая, очная. Но также может использоваться индивидуальная форма работы, при необходимости программу частично можно адаптировать для заочной формы работы.

Занятия включают в себя теоретическую часть (показ и объяснение задания, рефлексия) и практическую часть, игры на преодоление

расторженности и тренировку усидчивости, контроль импульсивности, подвижные игры на внимание, произвольную саморегуляцию, задания на развитие творческих способностей и эмоциональной сферы, упражнения на восприятие и сенсомоторное развитие, релаксацию.

Режим занятий: по 2 занятию в неделю, продолжительность занятий 35 - 40 мин.

Ожидаемые результаты:

В результате освоения программы ребенок:

- знает и называет части тела;
- способен изменять состояние мышц: напрягать и расслаблять их, в том числе и пальцы на руках;
- может регулировать мышечно-двигательную чувствительность;
- самостоятельно пользуется письменными принадлежностями.

Также повышается психологическая компетентность родителей и детей, участвующих в реализации программы.

Режим занятий - занятия проводятся два раз в неделю, программа состоит из 30 занятий.

Формы аттестации

Диагностические методики:

- «Назови части тела»
- Диагностические задания «Оценка состояния общей моторики» Н.И. Озерецкого; М.О. Гуревича
- Диагностические задания «Оценка состояния ручной моторики» Н.И. Озерецкого; М.О. Гуревича

Оценочные материалы

Целевой ориентир	Методы и методики диагностики	Критерии оценки	Оценка
– Развитие самоконтроля (поведение, речь, эмоции)	- Назови части тела» - Диагностические задания «Оценка состояния общей моторики» Н.И. Озерецкого; М.О. Гуревича - Диагностические задания «Оценка состояния ручной моторики» Н.И. Озерецкого; М.О. Гуревича	– статическая координация, – динамическая координация, – синкинезии (излишние сопровождающие движения), – одновременность движений и их сила.	Очень высокий уровень (уверенное воспроизведение заданий), высокий уровень (допускаются единичные ошибки с самокоррекцией), средний уровень (проговаривание и/или совместное выполнение),

			низкий уровень (невозможность усвоения и воспроизведения при любых условиях предъявления и подкрепления).
--	--	--	---

Методические материалы

Словесные	Наглядные	Практические
Беседы	Демонстрационный - иллюстрационный материал по теме	игры на преодоление расторможенности, развитие внимания, общей и мелкой моторики.
Рефлексии	наблюдение	подвижные игры на внимание, произвольную саморегуляцию, пространственную ориентацию, развитие координации и ощущения тела в пространстве.
Консультации родителей	Показ психологом приемов выполнения действий.	упражнения и задания на развитие мелкой моторики, творческих способностей и эмоциональной сферы
		релаксация

Условия реализации программы

Программа реализуется в виде индивидуальных (и групповых) занятий старших дошкольников и консультаций их родителей. Для этого необходимо: просторный отдельный кабинет или спортивный зал, коврики для выполнения практических заданий, письменные принадлежности, бланки с письменными заданиями, набор геометрических фигур, набор счетных палочек, интерактивная песочница, набор «Послушные ладошки»; развивающий комплекс «Инклюзив» набор психолога.

Список литературы

1. Васильева Н.Н., Новоторцева Н.В. «Развивающие игры для дошкольников» Ярославль, 2011г.
2. Вербовская Е. С., Большев А. С., Лебедев Ю. А., Силкин Ю. Р. , Филиппова Л. В.. "Психомоторное и эмоциональное развитие

шестилетнего ребенка средствами выразительного движения" М.: Московский психолого-социальный институт; Н.Новгород: НГАСУ Гуманитарно-худож. ин-т, 2001.

3. Рогов Е. И. "Настольная книга практического психолога" – Москва.:Гуманитар. Изд. Центр «Владос», 2008 г.
4. Самоукина Н. А. "Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения, коррекционные программы" – Ярославль, Академия развития: Академия Холдинга, 2004г.
5. Лебедева А.Н. Развитие сенсомоторики детей старшего дошкольного возраста. М. 2004 г
6. Чистякова М. И. "Психогимнастика" под редакцией М. И. Буянова 2-е издание, Москва:«Просвещение» 2005
7. Шелопуха О.А. «Программа развития и обучения дошкольника: Где право? Где лево? Учимся ориентироваться в пространстве» М. 2020 г.
8. Удалова Э.Я., Метиева Л.А. "Развитие сенсомоторики детей с ОВЗ" М.:Нацный книжный центр, серия "Специальная психология" 2016 г.