

**Комитет по образованию**  
**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение**  
**педагогический колледж № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга**  
**(ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)**

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
ГБПОУ Некрасовского педколледжа № 1

УТВЕРЖДАЮ  
директор ГБПОУ Некрасовского педколледжа  
№ 1  
Е.Ю. Федотова

Протокол от 29.08.2024 № 1

Приказ от 30.08.2024 № 1-оу

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**Программа повышения квалификации**

«Кинезиологические игры и упражнения для дошкольников»

Санкт-Петербург  
2024-2025

Дополнительная профессиональная программа - программа повышения квалификации Организация образовательной деятельности воспитателей и специалистов в ДОО на основе системно-деятельностного подхода в соответствии с ФГОС ДО (далее – программа повышения квалификации) Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения педагогического колледжа № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга (далее - ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1) составлена с учетом требований Профессионального стандарта Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель).

**Категория обучающихся:** педагогические работники дошкольных организаций

**Организация-разработчик:** ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1.

## СОДЕРЖАНИЕ

- 1    Общая характеристика программы повышения квалификации
  - 1.1.   Нормативные документы разработки программы повышения квалификации
  - 1.2.   Цель программы повышения квалификации
- 2    Планируемые результаты освоения программы повышения квалификации
- 3    Учебный план программы повышения квалификации
  - 3.1   Трудоемкость программы повышения квалификации
  - 3.2   Особенности программы повышения квалификации
  - 3.3   Учебный план
- 4    Календарный учебный график программы повышения квалификации
- 5    Рабочие программы
- 6    Организационно-педагогические условия реализации программы повышения квалификации
- 7    Формы аттестации по программе повышения квалификации
- 8    Организация итоговой аттестации

**Общая характеристика дополнительной профессиональной программы – программы повышения квалификации «Кинезиологические игры и упражнения для дошкольников»**

**1.1. Нормативные документы программы повышения квалификации.**

Нормативную правовую основу разработки программы повышения квалификации составляют:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01.07.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам» (в ред. Приказа Минобрнауки России от 15.11.2013 N 1244).

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18.10.2013 № 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)».

**Цель программы повышения квалификации**

Программа повышения квалификации «Организация образовательной деятельности воспитателей и специалистов в ДОО на основе системно-деятельностного подхода в соответствии с ФГОС ДО» (далее - программа) направлена на совершенствование следующих общих компетенций, представленных в таблице 1 и освоение новой профессиональной компетенцией ПК 3. «Организация занятий по основным общеобразовательным программам дошкольного образования»

Таблица 1 – Перечень общих компетенций

| Код  | Наименование общих компетенций                                                                                                   |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 1 | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес                            |
| ОК 2 | Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество |

Связь дополнительной профессиональной программы - программы повышения квалификации «Организация образовательной деятельности воспитателей и специалистов в ДОО на основе системно-деятельностного подхода в соответствии с ФГОС ДО» с профессиональным стандартом представлена в таблице 2.

Таблица 2 – Связь дополнительной профессиональной программы с профессиональными стандартами

| Наименование программы                                 | Наименование выбранного профессионального стандарта (одного или нескольких), ОТФ и (или) ТФ                                                                                                                                                                                 | Уровень квалификации ОТФ и (или) ТФ                |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| «Кинезиологические игры и упражнения для дошкольников» | Редакция от 1 января 2017<br>Приказ Минтруда России от 18.10.2013 № 544н<br>Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» | 3320 Персонал дошкольного воспитания и образования |

**2. Планируемые результаты освоения программы повышения квалификации**

Планируемые результаты освоения программы повышения квалификации представлены в таблице 3.

Таблица – 3 Планируемые результаты освоения программы повышения квалификации.

| Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): педагогические работники дошкольных образовательных организаций<br>Вид деятельности: методическое сопровождение образовательного процесса |                                                                       |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Профессиональные компетенции                                                                                                                                                                | Практический опыт                                                     | Умения                                            | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| ПК 1.1.<br>Использовать в практике работы с детьми кинезиологические упражнения                                                                                                             | Применения кинезиологических упражнений в практике работы воспитателя | осуществлять выбор упражнений для работы с детьми | теоретические основы и методику планирования различных видов деятельности и общения детей;<br><br>сущность и своеобразие кинезиологических упражнений для детей раннего и дошкольного возраста; содержание и способы организации и проведения кинезиологических игр для дошкольников |

### 3. Учебный план программы повышения квалификации

#### 3.1.Трудовое количество программы повышения квалификации

Трудовое количество программы повышения квалификации представлено в таблице 4.

Таблица – 4 Трудовое количество программы повышения квалификации.

| Учебные циклы          | Количество недель | Количество часов |
|------------------------|-------------------|------------------|
| Аудиторная нагрузка    | 2                 | 17               |
| Самостоятельная работа | 2                 | 18               |
| Итоговая аттестация    | 2                 | 1                |
| Всего                  | 2                 | 36               |

#### 3.2. Особенности программы повышения квалификации

Образовательная деятельность слушателей предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические занятия, итоговый тест.

Для всех видов аудиторных и практических занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

#### 3.3. Учебный план.

Учебный план представлен в таблице 5.

Таблица 5-

Учебный план программы повышения квалификации.

| Индекс | Элементы учебного процесса, в т. ч. учебные дисциплины, | Форма аттестации | Макс. учебная нагрузка | Самостоятельная работа | Обязательная учебная нагрузка |             |
|--------|---------------------------------------------------------|------------------|------------------------|------------------------|-------------------------------|-------------|
|        |                                                         |                  |                        |                        | Всего                         | В том числе |

|                      | профессиональные<br>модули,<br>междисциплинарные<br>курсы                                            |                                     | обучаю<br>щегося,<br>час. |   |    | Лекций | Практи<br>ческих |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------|---|----|--------|------------------|
| 1                    | 2                                                                                                    |                                     | 4                         | 5 | 6  | 7      | 8                |
| МДК.01.01            | Теоретические основы<br>организации<br>кинезиологических<br>игр и упражнений в<br>дошкольном детстве | Диффе<br>ренциро<br>ванный<br>зачет | 18                        | 9 | 17 | 5      | 4                |
| Итоговая аттестация: |                                                                                                      | 1                                   |                           |   |    |        |                  |

#### **4. Календарный учебный график.**

Календарный учебный график программы повышения квалификации представлен в таблице 6.

Таблица 6- Календарный учебный график.

| Индекс                                               | Наименование циклов разделов, дисциплин профессиональных модулей, МДК, практик           | Вид учебной нагрузки | Недели                              |
|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------|
|                                                      |                                                                                          |                      | Порядковые номера (недель) или дней |
|                                                      |                                                                                          |                      | 1                                   |
| МДК.01.01                                            | Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве | Обяз.                | 17                                  |
|                                                      |                                                                                          | Самост.              | 9                                   |
|                                                      | Итоговая аттестация                                                                      | сам. уч.             | 1                                   |
| Всего час. в неделю обязательной учебной нагрузки    |                                                                                          |                      | 4.5                                 |
| Всего час. в неделю самостоятельной работы студентов |                                                                                          |                      | 4.5                                 |
| Всего часов в неделю                                 |                                                                                          |                      | 4.5                                 |

## 5. Рабочие программы профессиональных модулей

Перечень рабочих программ представлен в таблице 7.

Таблица 7 - Перечень рабочих программ профессиональных модулей, междисциплинарных курсов

| Индекс дисциплины в соответствии с учебным планом | Наименование профессионального модуля                                                    | Приложение 1 |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| МДК.01.01                                         | Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве | Приложение 1 |
|                                                   |                                                                                          |              |

## 6. Организационно-педагогические условия реализации программы повышения квалификации

Реализация программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами колледжа, имеющими высшее профессиональное образование, имеющие образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины.

### Материально-техническое обеспечение реализации программы повышения квалификации

Реализация программы предполагает наличие учебных кабинетов, перечень представлен в таблице 8.

- технические средства обучения;
- наличие доступа к сети Интернет.

Таблица 8 – Перечень лабораторий, мастерских и других помещений, используемых для реализации программы повышения квалификации

| Наименование учебного кабинета |
|--------------------------------|
| Кабинеты:                      |
| педагогики и психологии        |

Колледж располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов лабораторных работ и практических занятий.

Материально-техническая база соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам.

Реализация программы повышения квалификации обеспечивает: выполнение, слушателями практических занятий, включая как обязательный компонент практические задания с использованием персональных компьютеров.

Колледж обеспечен необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

Количество и общая площадь учебных кабинетов:

Первый учебный корпус: кабинетов – 29, общая площадь – 1 392,5 кв. м.

Второй учебный корпус: кабинетов – 46, общая площадь – 1 591,8 кв. м.

Третий учебный корпус: кабинетов – 27, общая площадь – 1 363,4 кв. м

Реализация программы обеспечена доступом каждого слушателя к базам данных и библиотечным фондам, формируемым перечню дисциплин (модулей). Во время самостоятельной подготовки слушатели обеспечены доступом к сети Интернет. Каждый слушатель обеспечен не менее чем одним учебным печатным и/или электронным изданием по каждой дисциплине профессионального цикла и одним учебно-методическим печатным и/или электронным изданием по каждому междисциплинарному курсу (включая электронные базы периодических изданий).

Библиотечный фонд укомплектован печатными и/или электронными изданиями основной и дополнительной учебной литературы по дисциплинам всех циклов, изданной за последние 5 лет.

Библиотечный фонд, помимо учебной литературы, включает официальные, справочно-библиографические и периодические издания, исходя из расчета 1-2 экземпляра на каждые 100 обучающихся. Каждому слушателю обеспечен доступ к комплектам библиотечного фонда, состоящим не менее чем из 5 наименований отечественных журналов перечень литературы представлен в таблице 9.

Таблица 9 - Перечень литературы

| № п/п | Наименование предмета, дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом               | Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы | Количество экземпляров | Число обучающихся, одновременно изучающих предмет, дисциплину (модуль) |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 1     | 2                                                                                        | 3                                                                                                  | 4                      | 5                                                                      |
| 1     | Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве | Афонькин С. Ю., Рузина М. С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997                                  | 10                     | 25                                                                     |

## 7. Формы аттестации по программе повышения квалификации

Для оценки результатов освоения программы повышения квалификации возможно использование традиционной и накопительной систем оценивания, может применяться система зачетных единиц, при этом одна зачетная единица соответствует 16 академическим часа.

Промежуточная аттестация в условиях реализации модульно - компетентного подхода проводится непосредственно после завершения освоения программы профессионального модуля, а также после изучения междисциплинарных курсов. Промежуточная аттестация слушателей проводится по междисциплинарным курсам, профессиональным модулям в сроки, календарным учебным графиком. Колледж, самостоятельно разрабатывает фонды оценочных средств. Промежуточная аттестация



проводится за счет времени отведенного на изучение междисциплинарного курса и профессионального модуля. Фонд оценочных средств промежуточной аттестации представлен в приложении 2.

#### **8. Организация итоговой аттестации**

Итоговая аттестация включает подготовку и защиту проектной работы. Условием допуска к итоговой аттестации является представление документов, подтверждающих освоение слушателями компетенций при изучении теоретического содержания. Объем времени и сроки подготовки и защиты проектной работы указаны в календарном учебном графике.

Приложение 1. к Программе повышения квалификации

---

Комитет по образованию  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
педагогический колледж № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга  
(ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

|                                              |                                                                                                                             |           |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| ПРИНЯТО на заседании<br>Методического совета | СОГЛАСОВАНО<br>координационный Совет<br>работодателей<br>Член координационного Совета<br>работодателей<br>Протокол от _____ | УТВЕРЖДАЮ |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
(ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ)**

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ ИГР И  
УПРАЖНЕНИЙ В ДОШКОЛЬНОМ ДЕТСТВЕ

РАССМОТРЕНО  
на заседании профильной цикловой комиссии

\_\_\_\_\_  
протокол от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_  
Председатель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Санкт-Петербург  
2023-2024

Рабочая программа профессионального модуля Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения педагогического колледжа № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга (далее - ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1) составлена с учетом требований Профессионального стандарта требований «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании) (воспитатель, учитель)»

**Категория обучающихся:** работники дошкольных образовательных организаций

**Организация-разработчик:** ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1.

**Рецензент:**

**Работодатель:**

## СОДЕРЖАНИЕ

- 1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве

### **1.1. Область применения рабочей программы профессионального модуля**

Рабочая программа профессионального модуля Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве может использоваться в ходе реализации программы повышения квалификации слушателей.

### **1.2. Место профессионального модуля в структуре образовательной программы:**

Рабочая программа профессионального модуля Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве - является частью программы повышения квалификации Кинезиологические игры и упражнения для дошкольников.

### **1.3. Цели и задачи профессионального модуля-требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

**Цель изучения профессионального модуля:** совершенствование следующих общих компетенций, представленных в таблице 1 и освоение новой профессиональной компетенции ПК01. Использовать в практике работы с детьми кинезиологические упражнения

Таблица 1 - Перечень общих компетенций

| Код   | Наименование общих компетенций                                                                                                   |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 1. | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес                            |
| ОК 2. | Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество |

### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы профессионального модуля:**

максимальной учебной нагрузки слушателей 36 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучаю 18 часов;
- самостоятельной работы 18 часов.

## СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Программа профессионального Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве

### 2.1. Объем профессионального модуля и виды учебной работы слушателей, представлен в таблице 2.

Таблица 2 - Виды учебной работы слушателей

| Вид учебной работы                                          | Объем часов |
|-------------------------------------------------------------|-------------|
| Максимальная учебная нагрузка слушателей (всего)            | 36          |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка слушателей (всего) | 18          |
| в том числе:                                                |             |
| практические занятия                                        | 4           |
| Самостоятельная работа слушателей (всего)                   | 18          |
| в том числе:                                                |             |
| внеаудиторная самостоятельная работа слушателей             | 18          |

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Планируемые результаты освоения профессионального модуля представлены в таблице 3.

Таблица 3 - Планируемые результаты освоения программы повышения квалификации.

| Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): педагогические работники дошкольных образовательных организаций<br>Вид деятельности: методическое сопровождение образовательного процесса |                                                                       |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Профессиональные компетенции                                                                                                                                                                | Практический опыт                                                     | Умения                                            | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| ПК 1.1.<br>Использовать в практике работы с детьми кинезиологические упражнения                                                                                                             | Применения кинезиологических упражнений в практике работы воспитателя | осуществлять выбор упражнений для работы с детьми | теоретические основы и методику планирования различных видов деятельности и общения детей;<br><br>сущность и своеобразие кинезиологических упражнений для детей раннего и дошкольного возраста;<br>содержание и способы организации и проведения кинезиологических игр для дошкольников |

## 9. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Структура и содержание профессионального модуля представлены в таблице 4.

Таблица 4 - Структура и содержание профессионального модуля Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве

| Наименование разделов и тем                                                                                   | Содержание учебного материала                                                                                           | Объем часов | Уровень освоения |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
| Кинезиология как наука о развитии нашего головного мозга посредством движений. Основные понятия и направления | <b>Содержание учебного материала:</b> Основные понятия и направления                                                    | 2           | 3                |
|                                                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Выполнение кинезиологических упражнений                                                  | 2           | 3                |
| Современные технологии межполушарного развития детей в дошкольном детстве                                     | <b>Содержание учебного материала:</b> обзор современных технологии межполушарного развития детей в дошкольном детстве   | 2           | 3                |
|                                                                                                               | <b>Практическое занятие:</b> комплексы кинезиологических упражнений                                                     | 2           | 3                |
|                                                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Выполнение кинезиологических упражнений                                                  | 4           | 3                |
| Использование кинезиологической гимнастики в работе с детьми дошкольного возраста                             | <b>Содержание учебного материала:</b> Использование кинезиологической гимнастики в работе с детьми дошкольного возраста | 2           | 3                |
|                                                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Выполнение кинезиологических упражнений                                                  | 2           | 3                |
| Использование кинезиологических сказок в работе с детьми дошкольного возраста                                 | <b>Содержание учебного материала:</b> Использование кинезиологических сказок в работе с детьми дошкольного возраста     | 2           | 3                |
|                                                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Выполнение кинезиологических упражнений                                                  | 2           | 3                |
| Планирование комплексов кинезиологических упражнений                                                          | <b>Содержание учебного материала:</b> Сюжетно-ролевая игра: особенности, методика руководства                           | 2           | 3                |

|  |                                                                          |   |   |
|--|--------------------------------------------------------------------------|---|---|
|  | <b>Практическое занятие:</b> комплексы кинезиологических упражнений      | 2 | 3 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b> по подготовке к дифференцированному зачёту | 4 | 3 |



## **10. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ**

### **5.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы профессионального модуля Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве наличие учебных кабинетов, перечень которых представлен в таблице 5.

- технические средства обучения;
- наличие доступа к сети Интернет.

Таблица 5 - Перечень лабораторий, мастерских и других помещений, используемых для реализации рабочей программы профессионального модуля \_\_\_\_\_

| Наименование учебного кабинета |
|--------------------------------|
| Кабинеты:                      |
| педагогики и психологии        |

### **4.2. Информационное обеспечение обучения**

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Библиотечный фонд, помимо учебной литературы, включает официальные, справочно-библиографические и периодические издания, исходя из расчета 1-2 экземпляра на каждые 100 слушателей. Каждому слушателю обеспечен доступ к комплектам библиотечного фонда, состоящим не менее чем из 5 наименований отечественных журналов перечень литературы представлен в таблице 6.

Таблица 6 - Перечень литературы

| № п/п | Наименование предмета, дисциплины (модуля) в соответствии с учебным планом               | Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной и учебно-методической литературы | Количество экземпляров | Число обучающихся, одновременно изучающих предмет, дисциплину (модуль) |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 1     | 2                                                                                        | 3                                                                                                  | 4                      | 5                                                                      |
| 1     | Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве | Афонькин С. Ю., Рузина М. С. Страна пальчиковых игр. - СПб., 1997                                  | 10                     | 25                                                                     |

## КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ

Контроль и оценка результатов освоения профессионального модуля Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве представлены в таблице 7.

Таблица 7 - Контроль и оценка результатов освоения профессионального модуля

| Результаты (освоенные профессиональные компетенции)                                                                                                   | Основные показатели оценки результата                                                                                                                                                                                                                  | Формы и методы контроля и оценки           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес                                                 | - проектирование разных форм работы                                                                                                                                                                                                                    | Самостоятельная работа<br>Тестовое задание |
| Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество                      | - аргументировать выбор форм и применение методов работы с способов решения профессиональных задач в - демонстрировать правильное решение профессиональных задач.<br><br>- осуществлять стратегическое и тактическое планирование игровой деятельности | Самостоятельная работа<br>Тестовое задание |
| Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях                                                                                         | - демонстрировать способности принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.                                                                                                                                | Самостоятельная работа<br>Тестовое задание |
| Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития | - находить и использовать различные виды информации для эффективного решения и выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.                                                                                            | Самостоятельная работа<br>Тестовое задание |

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у слушателей не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений:

| Код   | Наименование общих компетенций                                    | Основные показатели оценки результата       | Формы и методы контроля и оценки           |
|-------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------|
| ОК 1. | Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии | Демонстрация интереса к будущей профессии в | Самостоятельная работа<br>Тестовое задание |

|       |                                                                                           |                                                                                                                          |                                            |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
|       |                                                                                           | различных формах                                                                                                         |                                            |
| ОК 2. | Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач | Выбор и применение эффективных методов и способов решения профессиональных задач в области дошкольного образования детей | Самостоятельная работа<br>Тестовое задание |

Комитет по образованию  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
педагогический колледж № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга  
(ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

|                                                              |                                                                                                                       |           |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| ПРИНЯТО на заседании<br>Методического совета<br>_____/_____/ | СОГЛАСОВАНО<br>координационный Совет<br>работодателей<br>Член координационного Совета<br>работодателей<br>Протокол от | УТВЕРЖДАЮ |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|

## ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

**ДЛЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ  
МОДУЛЮ**

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ ИГР И  
УПРАЖНЕНИЙ В ДОШКОЛЬНОМ ДЕТСТВЕ

РАССМОТРЕНО  
на заседании профильной цикловой комиссии

протокол от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
Председатель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Санкт-Петербург  
2023-2024

**Оценочные материалы для промежуточной аттестации по профессиональному модулю** Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения педагогического колледжа № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга (далее - ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

**Категория обучающихся:** педагогические работники дошкольной образовательной организации

**Организация-разработчик:** ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1.

**Рецензент:**

**Работодатель:**

## 1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

| Предмет оценивания | Объект оценивания                                                        | Показатели оценки                                                                                                                                                     |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тестовое задание   | Готовность реализовывать игровую деятельность детей дошкольного возраста | «5» - при отсутствии ошибок;<br>«4» - верно выполнено не менее 75% заданий;<br>«3» - верно выполнено не менее 50% заданий;<br>«2» - верно выполнено менее 50% заданий |

### Описание результатов оценивания и правил определения результатов оценивания

Экзамен проводится по окончании изучения междисциплинарного курса за счет времени, отведенного на ее изучение.

**Время выполнения: 45 минут**

## 2. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

- Кинезиологические упражнения – это
  - комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие
  - двигательные действия, используемые для физического совершенствования человека
  - это умственная гимнастика, аэробика для мозга, направленная для улучшения мыслительной деятельности
- Где и когда мы можем использовать кинезиологические упражнения?
  - утренняя гимнастика
  - часть занятия
  - бодрящая гимнастика
  - во время прогулки
  - физкультурные минутки
- Целью кинезиологических упражнений является:
  - развитие межполушарного взаимодействия
  - развитие межполушарных связей
  - развитие моторики
  - развитие умственных способностей
  - развитие памяти и внимания
  - развитие речи
- Кинезиология включает в себя следующие приемы:
  - упражнения на общую двигательную активность
  - артикуляционная гимнастика
  - игры на восприятие и дифференциацию звуков и шумов
  - игры на улучшение координации между правой, левой рукой, языком, глазами
  - дыхательные игры
  - упражнения на развитие произвольности; пальчиковые игры
- Левое полушарие головного мозга обеспечивает:
  - речевые и языковые способности
  - способность чтения и письма
  - запоминание (стихов, имен, названий, дат, фактов)

- чувство юмора
  - восприятие эмоций, интонаций, тембра голоса
6. Где и когда мы можем использовать кинезиологические упражнения?
- утренняя гимнастика
  - часть занятия
  - бодрящая гимнастика
  - во время прогулки
  - физкультурные минутки
7. Целью кинезиологических упражнений является:
- развитие межполушарного взаимодействия
  - развитие межполушарных связей
  - развитие моторики
  - развитие умственных способностей
  - развитие памяти и внимания
  - развитие речи

Комитет по образованию  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
педагогический колледж № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга  
(ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

|                                                                                              |                                                                                                                             |                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| ПРИНЯТО на заседании<br>Методического совета<br>_____/_____/_____<br>Протокол от ____ № ____ | СОГЛАСОВАНО<br>координационный Совет<br>работодателей<br>Член координационного Совета<br>работодателей<br>Протокол от _____ | УТВЕРЖДАЮ<br>Директор /_____/_____<br>Приказ от ____ № ____ |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|

**ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ПРОГРАММЕ**  
повышения квалификации

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ ИГР И  
УПРАЖНЕНИЙ В ДОШКОЛЬНОМ ДЕТСТВЕ**

РАССМОТРЕНО

на заседании \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
протокол от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_

Председатель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Санкт-Петербург  
2023-2024



**Оценочные материалы для промежуточной аттестации по профессиональному**  
Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном  
детстве Государственного бюджетного профессионального образовательного  
учреждения педагогического колледжа № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга (далее  
- ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

**Категория Обучающихся:** педагогические работники дошкольной организации

**Организация-разработчик:** ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1.

**Рецензент:**

**Работодатель:**

## 1. ПАСПОРТ КОМПЛЕКТА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

| Предмет оценивания | Объект оценивания                                                        | Показатели оценки                                                                                                                                                     |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Тестовое задание   | Готовность реализовывать игровую деятельность детей дошкольного возраста | «5» - при отсутствии ошибок;<br>«4» - верно выполнено не менее 75% заданий;<br>«3» - верно выполнено не менее 50% заданий;<br>«2» - верно выполнено менее 50% заданий |

### 1. КОМПЛЕКТ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

#### Описание результатов оценивания и правил определения результатов оценивания

Экзамен проводится по окончании изучения междисциплинарного курса за счет времени, отведенного на ее изучение.

**Время выполнения: 45 минут**

#### 1.1 Критерии оценки

**Отметка «5»** - ставится, если слушатель дает **Отметка «4»** - ставится, если слушатель дает комплексную оценку предложенной ситуации, допускает незначительные неточности при ответе на теоретические вопросы, неполное раскрытие междисциплинарных связей при правильном выборе тактики и логическом обосновании теоретических вопросов с дополнительными комментариями преподавателя.

**Отметка «3»** - ставится, если слушатель затрудняется комплексной оценкой предложенной ситуации, дает неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор тактики возможен при наводящих вопросах преподавателя.

**Отметка «2»** - ставится, если слушатель дает неверную оценку ситуации, неправильно выбрана тактика действий.

#### ВАРИАНТ №1

#### 1. Кинезиологические упражнения – это

- комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие
- двигательные действия, используемые для физического совершенствования человека
- это умственная гимнастика, аэробика для мозга, направленная для улучшения мыслительной деятельности

#### 2. Где и когда мы можем использовать кинезиологические упражнения?

- утренняя гимнастика
- часть занятия
- бодрящая гимнастика
- во время прогулки
- физкультурные минутки

#### 3. Целью кинезиологических упражнений является:

- развитие межполушарного взаимодействия
- развитие межполушарных связей
- развитие моторики

- развитие умственных способностей
  - развитие памяти и внимания
  - развитие речи
4. Кинезиология включает в себя следующие приемы:
- упражнения на общую двигательную активность
  - артикуляционная гимнастика
  - игры на восприятие и дифференциацию звуков и шумов
  - игры на улучшение координации между правой, левой рукой, языком, глазами
  - дыхательные игры
  - упражнения на развитие произвольности; пальчиковые игры
5. Левое полушарие головного мозга обеспечивает:
- речевые и языковые способности
  - способность чтения и письма
  - запоминание (стихов, имен, названий, дат, фактов)
  - чувство юмора
  - восприятие эмоций, интонаций, тембра голоса
6. Правое полушарие головного мозга обеспечивает:
- контроль левой половины тела
  - ориентацию в пространстве
  - развитие воображения, фантазии, творческих способностей (в частности художественных)
  - контроль правой стороны нашего тела
  - математические склонности, способности работать со схемами, таблицами, формулами, числами
7. При систематических занятиях для усложнения при выполнении упражнений используют приемы:
- ускорение темпа
  - выполнение упражнений с закрытыми глазами
  - подключение к двигательным упражнениям дыхательных
  - подключение визуализации (мысленного представления какой-то картинки)
8. Виды кинезиологических упражнений
- кинезиологические растяжки
  - дыхательные упражнения
  - упражнения для развития мелкой моторики
  - глагодвигательные упражнения
  - телесные упражнения
  - упражнения для релаксации
9. Условия проведения кинезиологических упражнений:
- занятия проводятся в первую и вторую половину дня от 3 до 15 минут
  - занятия проводятся ежедневно, без пропусков
  - занятия проводятся в доброжелательной обстановке
  - от детей требуется точное выполнение движений и приемов
  - упражнения проводятся стоя или сидя за столом
10. В результате показа кинезиологических сказок совместно с детьми у них:
- улучшается межполушарное взаимодействие

- стимулируется работа головного мозга
- развивается речь
- активизируется словарь
- развивается воображение, мышление

## ВАРИАНТ №2

1. Кинезиологические упражнения – это
  - комплекс движений позволяющих активизировать межполушарное взаимодействие
  - двигательные действия, используемые для физического совершенствования человека
  - это умственная гимнастика, аэробика для мозга, направленная для улучшения мыслительной деятельности
2. Где и когда мы можем использовать кинезиологические упражнения?
  - утренняя гимнастика
  - часть занятия
  - бодрящая гимнастика
  - во время прогулки
  - физкультурные минутки
3. Целью кинезиологических упражнений является:
  - развитие межполушарного взаимодействия
  - развитие межполушарных связей
  - развитие моторики
  - развитие умственных способностей
  - развитие памяти и внимания
  - развитие речи
4. Кинезиология включает в себя следующие приемы:
  - упражнения на общую двигательную активность
  - артикуляционная гимнастика
  - игры на восприятие и дифференциацию звуков и шумов
  - игры на улучшение координации между правой, левой рукой, языком, глазами
  - дыхательные игры
  - упражнения на развитие произвольности; пальчиковые игры
5. Левое полушарие головного мозга обеспечивает:
  - речевые и языковые способности
  - способность чтения и письма
  - запоминание (стихов, имен, названий, дат, фактов)
  - чувство юмора
  - восприятие эмоций, интонаций, тембра голоса
6. Правое полушарие головного мозга обеспечивает:
  - контроль левой половины тела
  - ориентацию в пространстве
  - развитие воображения, фантазии, творческих способностей (в частности художественных)
  - контроль правой стороны нашего тела

- математические склонности, способности работать со схемами, таблицами, формулами, числами
7. При систематических занятиях для усложнения при выполнении упражнений используют приемы:
- ускорение темпа
  - выполнение упражнений с закрытыми глазами
  - подключение к двигательным упражнениям дыхательных
  - подключение визуализации (мысленного представления какой-то картинки)
8. Виды кинезиологических упражнений
- кинезиологические растяжки
  - дыхательные упражнения
  - упражнения для развития мелкой моторики
  - глазодвигательные упражнения
  - телесные упражнения
  - упражнения для релаксации
9. Условия проведения кинезиологических упражнений:
- занятия проводятся в первую и вторую половину дня от 3 до 15 минут
  - занятия проводятся ежедневно, без пропусков
  - занятия проводятся в доброжелательной обстановке
  - от детей требуется точное выполнение движений и приемов
  - упражнения проводятся стоя или сидя за столом
10. В результате показа кинезиологических сказок совместно с детьми у них:
- улучшается межполушарное взаимодействие
  - стимулируется работа головного мозга
  - развивается речь
  - активизируется словарь
  - развивается воображение, мышление

Комитет по образованию  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
педагогический колледж № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга  
(ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

|                                                                                              |                                                                                                                             |                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|
| ПРИНЯТО на заседании<br>Методического совета<br>_____/_____/_____<br>Протокол от ____ № ____ | СОГЛАСОВАНО<br>координационный Совет<br>работодателей<br>Член координационного Совета<br>работодателей<br>Протокол от _____ | УТВЕРЖДАЮ<br>Директор / _____ /<br>Приказ от ____ № ____ |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|

**ПРОГРАММА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**  
повышения квалификации

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ ИГР И  
УПРАЖНЕНИЙ В ДОШКОЛЬНОМ ДЕТСТВЕ

РАССМОТРЕНО

на заседании \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
протокол от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_

Председатель \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Санкт-Петербург  
2023-2024

**Программа самостоятельной работы** Теоретические основы организации кинезиологических игр и упражнений в дошкольном детстве Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения педагогического колледжа № 1 им. Н.А. Некрасова Санкт-Петербурга (далее - ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1)

**Категория Обучающихся:** педагогические работники дошкольной организации

**Организация-разработчик:** ГБПОУ Некрасовский педколледж № 1.

**Рецензент:**

**Работодатель:**

## Задание №1

Составить комплекс упражнений для своей возрастной группы.

### Инструкция по выполнению:

1. Из перечисленных упражнений выбрать и составить комплекс для своей возрастной группы.

Перечень кинезиологических упражнений:

**Упражнения для развития межполушарного взаимодействия** – улучшают мыслительную деятельность, синхронизируют работу полушарий, способствуют улучшению запоминания, повышают устойчивость внимания.

**«Массаж ушных раковин».** Цель – энергетизация мозга. Уши сильно разотрем и погладим и помнем. Расправить и растянуть внешний край каждого уха, одновременно рукой в направлении вверх – наружу от верхней части к мочке уха (5 раз). Помассировать ушную раковину.

**«Качание головой».** Покачаем головой – неприятности долой. Дышать глубоко. Расправить плечи, закрыть глаза, опустить голову вперед и медленно раскачивать головой из стороны в сторону.

**«Кивки».** Покиваем головой, чтобы был в душе покой. Дышать глубоко. Расправить плечи, закрыть глаза, опустить голову вперед, медленно раскачивать.

**«Шея – подбородок».** Опустить и головой покрути. Поворачивать голову медленно из стороны в сторону, дышать свободно. Подбородок должен быть опущен как можно ниже. Расслабить плечи. Поворачивать голову из стороны в сторону при поднятых плечах с открытыми глазами.

**«Домик».** Мы построим крепкий дом, жить все вместе будем в нем. Соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с усилием нажать на пальцы левой руки. Отработать эти движения для каждой руки.

**«Ладонка».** С силой на ладонку давим, сильной стать ее заставим. Пальцами правой руки с усилием нажать на ладонь левой руки, которая должна сопротивляться. То же для другой руки.

**«Колечко».** Ожерелье мы составим, маме мы его подарим. Поочередно перебирать пальцы рук, соединяя с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Упражнение выполняется в прямом (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном порядке (от мизинца к указательному пальцу). Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.

**«Внимание».** Чтобы внимательными быть, нужно на ладонь давить. Раскрыть пальцы левой руки, слегка нажать на точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. При нажатии – выдох, при ослаблении – вдох. То же самое с правой руки.

**«Поворот».** Ты головку поверни, за спиной что? Посмотри. Повернуть голову назад и постараться увидеть предметы, находящиеся сзади.

**«Ладонки».** Мы ладонки разотрем, силу пальчикам вернем. Костяшками сжатых в кулак пальцев правой руки двигать вверх – вниз по ладони левой руки. То же для правой руки.

**«Потанцуем».** Любим все мы танцевать, руки – ноги поднимать. Поднять (не высоко) левую ногу, согнув ее в колени, и кистью (локтем) правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем то же с правой ногой и левой рукой.

**«Дерево».** Мы растем, растем, растем и до неба достаем. Сидя на корточках, спрятать голову в колени, колени обхватить руками. Это семечка, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно подняться на ногах, расправить туловище, вытянуть руки вверх. Подул ветер. Раскачивать тело, имитируя дерево.



**«Водолазы».**Водолазами мы станем, жемчуг мы со дна достанем. Лечь на спину, вытянуть руки, по команде одновременно поднять прямые ноги, руки и голову. Держать эту позу максимально долго.

**«Отдохни»** - для снятия эмоционального напряжения. Сам себя ты успокой, тихо песенку пропой. Сжать пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжать кулак с усилием. Затем, ослабляя усилие сжатия кулака сделать вдох. Упражнение выполнять двумя руками одновременно.

**«Кулак – ребро – ладонь».** Ребенку показывают три положения руки, последовательно сменяющих друг друга: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь. Ребенок выполняет движение вместе с взрослым, затем по памяти в течение 8-10 повторений. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками.

**«Лезгинка».** Ребенок складывает левую руку в кулак, большой палец отставляет в сторону, кулак разворачивает пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении, прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно меняет положение правой и левой рук (6-8 раз). Необходимо добивать высокой скорости смены положения рук.

**«Лягушка».** Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола (ладошка). Одновременно и однонаправленно менять положение рук.

**«Ухо – нос».** Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук с «точностью до наоборот».

**«Зеркальное рисование».** Положить на стол чистый лист бумаги. Взять в обе руки по карандашу. Рисовать одновременно двумя руками зеркально – симметрические рисунки. При выполнении этого упражнения расслабляются глаза и руки. Когда деятельность обоих полушарий синхронизируется, заметно увеличится эффективность работы всего мозга.

Упражнения для развития творческого (наглядно – образного) мышления – правое полушарие.

**«Очищение».** Нужно правильно дышать, чтоб внутри все очищать.

**1 вариант.** Вдох, пауза, выдох, пауза. Выполнение дыхательных упражнений будет более эффективным, если использовать образное представление, т.е. подключать правое полушарие. Например, возможен образ желтого или оранжевого теплого шарика, «расположившегося» в животе, соответственно надувающегося и сдувающегося в ритме дыхания. При вдохе губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

**2 вариант.** Дыхание только через левую, а потом и правую ноздрю (при этом для закрытия правой ноздри используется большой палец правой руки, остальные пальцы смотрят вверх, а для закрытия левой ноздри применяют мизинец левой руки). Дыхание медленное, глубокое.

Дыхание только через левую ноздрю активизирует работу правого полушария головного мозга, способствует успокоению и релаксации.

Дыхание только через правую ноздрю активизирует работу левого полушария головного мозга, способствует решению рациональных задач.

**3 вариант.** Глубокий вдох. Пауза. На вдохе произносить звуки: пФ – пФ – пФ – пФ – пФ. Вдох. Пауза. На выдохе: р – р – р – р. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: з – з – з – з. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: ж – ж – ж – ж. Пауза. Вдох. Пауза. На выдохе: мо – ме – мэ – му.

**«Позевай».** Крепко зубки мы потрем, а потом сладко зевнем. Закрывать глаза. Массировать зоны соединения верхних и нижних коренных зубов указательными пальцами одновременно справа и слева, сделать громкий расслабляющий звук зевоты.

**«Руки».** Рукам чтоб силу дать – нужно крепче их сжимать. Согнуть руки в локтях. Сжимать и разжимать кисти рук, постепенно убыстряя темп. Выполнять до максимальной усталости кистей. Затем расслабить руки и встряхнуть.

**«Запястье».** Чтоб сильна была рука – разотрем ее слегка. Обхватить левой рукой запястье правой руки и массировать. То же правой рукой.

**«Ладонь».** На ладонь сильней нажми силу ты в нее вотри. Фалангами сжатых в кулак пальцев производить движения по принципу «буравчика» на ладони массируемой руки. Руки поменять.

**«Полет».** Мы как птицы полетим – сверху вниз мы поглядим. Стоя, сделать несколько взмахов руками, разводя их в стороны. Закрывать глаза, представить себе, что вы летите, размахивая крыльями.

**«Гибкость».** Чтобы очень легким стать – нужно ножки нам сгибать. Лежа на полу, коснуться локтем (кистью руки) колена. Слегка приподнимая плечи и сгибая ногу.

**«Успокойся».** Себя мы успокоим сами, мы постоим с закрытыми глазами. Сжать пальцы в кулак с загнутым большим пальцем. Делая выдох спокойно, не торопясь, сжимать кулак с усилием. Затем ослабляя усилие сжатия кулака, сделать выдох. Упражнение выполнять двумя руками одновременно с закрытыми глазами.

Упражнения для развития абстрактно – логического мышления (левое полушарие).

В результате упражнений улучшается память, повышаются интеллектуальные возможности, развиваются математические способности, активизируется работа мозга.

**«Язычок».** Язычок вы покажите, на него все посмотрите. Движения языком вперед–назад.

**«Язычок».** Нужно двигать язычком, он отплатит вам добром. Движение языка в разные стороны.

**«Ротик».** Чтоб лучше нам жевать, нужно ротик открывать. Открыть рот и нижней челюстью делать резкие движения сначала слева направо, затем наоборот.

Упражнения для профилактики нарушений зрения и активизации работы мышц глаз.

**«Глазки».** Чтоб зоркими нам быть – нужно глазками крутить. Вращать глазами по кругу по 2 – 3 секунды.

**«Глазки».** Зорче глазки чтоб глядели. Разотрем их еле – еле. В течении минуты массировать верхние и нижние веки, не закрывая глаз.

**«Глазки».** Нарисуем большой круг и осмотрим все вокруг. Глазами и выдвинутым языком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).

**«Глазки».** Чтоб зоркими нам стать. Нужно на глазки нажать. Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко соответствующего глаза и держать 1 – 2 секунды.

**«Глазки».** Нужно глазки открывать, чудо чтоб не прозевать. Широко открывать и закрывать глаза с интервалом в 30 секунд.

**«Глазки».** Глазки влево, глазки в право, вверх и вниз и все сначала. Опустить глаза. Повернуть глаза в правую сторону, затем в левую.

**«Глазки».** Быстро, быстро поморгай – отдых глазкам потом дай. Быстро моргать в течении 1 – 2 минут.

**«Глазки».** Треугольник, круг, квадрат рисуем мы подряд. Нарисовать глазами геометрические фигуры (круг, треугольник, квадрат) сначала по часовой стрелке, затем против часовой стрелки.

**«Глазки».** Голова фиксирована. Глаза смотрят прямо перед собой. Необходимо отрабатывать движение глаз по четырем основным направлениям (вверх, вниз, направо, налево) и по четырем вспомогательным; сведение глаз к центру. Каждое из движений делается сначала на расстоянии вытянутой руки, затем на расстоянии локтя, и, наконец, около переносицы.

Упражнения на дыхание.

**«Глубоко мы все подышим, сердце мы свое услышим».** Сесть, вытянуть ноги и скрестить их. Кисти рук развернуть ладонями в стороны, переплести пальцы в замок и на уровне груди удобно вывернуть их. Расслабиться, закрыть глаза, глубоко дышать.

**«Глубоко мы все вздохнем и дыхание прервем. Вниз закрутим ушки, ушки – непослушки».** Глубоко вздохнуть. Завернуть уши от верхней точки до мочки. Задержать дыхание. Выдохнуть с открытым сильным звуком «А – а – а». (У – у – у)

**«Если медленно подышим, то весь мир вокруг услышим».** Стоя, опустить руки, сделать быстрый вдох, притягивая руки к подмышкам ладонями вверх. Затем медленно выдыхая, опустить руки ладонями вниз. Данные блоки можно разбить на комплексы упражнений.

Кинезиологические упражнения для детей раннего и младшего дошкольного возраста

### **Тропинка**

По тропинке мы шагаем

И в ладошки ударяем: хлоп-хлоп-хлоп!

А теперь домой пойдем

И немножко отдохнем.

Ходьба в разных направлениях с хлопками сменяется покоем. Дети садятся на стульчики, спокойно сидят в течение 1-2 минут.

### **Морковка**

Вот вам морковка, красная головка.

Вот вам и репка, желтая и крепкая.

Вот вам кабачок – круглый бочок!

Дети встают в круг, выполняют наклоны вперед, на слово «вот» - вытягивают руки вперед. Ложатся на ковер, воспитатель гладит «кабачок», детки отдыхают 1-2 минуты.

### **Дождик**

Дождик, дождик, веселей,

Капай, капай, не жалеи!

Только нас не замочи,

К нам в окошко постучи.

Дети сжимают кулачки, затем раскрывают ладошки, делают «домик» над головой, затем садятся на стульчики, прячутся от дождика.

### **Грибок**

Мы в лесок пойдем,

Мы грибок найдем!

Вот он маленький какой,

Скоро вырастет большой!

Дети ходят по группе, сопровождая слова движениями, садятся на корточки, на последних словах выпрямляются, встают на носочки и поднимают руки вверх. Выполняют 2-3 раза.

### **Ручки-ножки**

Хлоп-хлоп, где наши ручки?

Топ-топ, где наши ножки?

Хлоп-хлоп, вот наши ручки!

Топ-топ, вот наши ножки!

Дети встают в круг, выполняют движения, в конце упражнения уронить ручки вниз и похлопать по коленочкам.

### **Киска**

Киска, киска, вот твоя миска!

Киска, не влезай на стол,

Миску ставлю я под стол!

Дети стоят в кругу, встают на носочки, вытягивают ручки, поджимая с напряжением пальчики, как киска коготочки, конце упражнения расслабляют руки и опускают вниз.

### **Птички**

Прилетели птички,

Птички-невелички!

Будем с птичками летать

И на ветке будем спать!

Движения выполняются под музыку. Дети бегают и, подражая птицам, машут ручками, потом садятся на стульчики, удерживая ножки на весу, стараясь не касаться пола.

#### **Снежинки.**

Мы белые снежинки,  
Как легкие пушинки,  
Мы кружимся, летаем,  
Мы радуем и таем...

Дети танцуют под музыку, в конце упражнения медленно опускаются на ковер, с закрытыми глазами продолжают слушать музыку 2-3 минуты.

#### **Лошадки**

Мы – веселые лошадки,  
Скачут с нами все ребятки,  
А теперь домой идем  
И немножко отдохнем.

Дети бегают, подражают лошадкам, затем переходят на спокойную ходьбу и садятся на ковер или на стульчики. Воспитатель гладит «послушную лошадку».

#### **Хоровод**

Наш веселый хоровод  
Собирает весь народ.  
Бегай, с нами, не зевай,  
Прыгай, хлопай, приседай!

Упражнение выполняется под музыку. Дети ходят по кругу, бег на месте, прыжки, хлопки, завершается упражнение приседаниями, затем дети слушают музыку, сидя на ковре.

#### **Санки**

Вот зима. Кругом бело,  
Много снега намело.  
Во дворе у нас гора,  
Все катаются с утра.  
Покатили санки вниз!  
Кто на горке, берегись!

Дети бегут друг за другом по кругу. На последних строчках дети убегают и садятся на стульчики. Выполняется 2-3 раза.

#### **Тук-тук**

Тук-тук, ток-ток,  
Бей покрепче молоток.  
Детки строят новый дом,  
Чтобы куклы жили в нем.

Дети ритмично стучат кулачками, затем все берутся за руки и поднимают руки вверх. Повторяется 2-3 раза.

#### **Машина каша**

Кушай, Маша, вкусную кашу,  
Чтобы ножки топали,  
Чтобы ручки хлопали.  
Чтобы весело гулять,  
Чтобы крепче Маше спать!

Слова сопровождаются движениями. В конце упражнения дети садятся на стульчики, складывают ладошки по щечку, успокаиваются.

#### **Облако**

Полечу я выше тучи  
Над землёй, над землёй.  
Я увижу с неба домик,

Садик свой, садик свой.

Упражнение проводится на ковре. Дети лежат с закрытыми глазами, слушают воспитателя. Продолжают слушать тихую спокойную музыку 3-5 мин.

### **Салют**

Детки песенки поют,

Играют и танцуют.

А для папочки салют

Сегодня нарисуют!

Дети при слове «салют» машут цветными лентами, упражнение воспитывает внимание, координацию, амплитуду движений. Проводится перед началом занятия.

### **Рыбки**

В банке – чистая вода,

Пустим рыбок мы туда.

Будут рыбки там играть,

Плывать, хвостиком вилять.

Дети подражают движениям плавников рыб, двигаются по комнате плавно, тихо. 2-3 мин.

### **Прогулка**

Мишка по лесу гулял

И цветочки собирал.

Долго Мишенька гулял,

Сел Мишутка, задремал.

Дети ходят по комнате, затем садятся на стульчики, успокаиваются и закрывают глазки.

### **Цветочек**

Вот цветочек вырастает,

Подрастает, расцветает,

Лепесточки раскрывает,

Утром солнышко встречает!

Дети имитируют раскрывающийся цветок, в конце упражнения ладошки открыты навстречу солнышку.

### **Семья**

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – это я,

Это всё моя семья!

Пальчики одной руки сжаты в кулачок. Кулачок разжимается постепенно. В конце упражнения ладошки открыты и расслаблены.

### **Бабочка**

На зелёном на лужку

Бабочки летают

И с цветочка на цветок

Весело порхают.

Дети бегают, помахивая руками, как крылышками. Периодически приседают, потом снова продолжают упражнение.