

УПРАВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И
МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ г. КАЛУГИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ПОДРОСТКОВЫЙ ЦЕНТР «СОДРУЖЕСТВО»

Принята
на методическом совете
«27» августа 2021 г.
Протокол № 2
от «27» августа 2021 г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДЦ «Содружество»

[Handwritten signature]

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Фитнес для мозга»

Возрастная категория – 4-7 лет

Срок реализации – 1 год

Педагог дополнительного образования:

Капустьян Татьяна Ивановна

*г. Калуга
2021 год*

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Фитнес для мозга»
Автор (составитель) программы	Капустьян Татьяна Ивановна
Должность составителя	Педагог дополнительного образования
Название объединения	«Калейдоскоп»
Учреждение, реализующее программу	МБОУ ДО «ДПЦ «Содружество»
Структурное подразделение учреждения, реализующее программу	Детско – подростковый клуб «Торпедо»
Адрес структурного подразделения учреждения, реализующего программу	248029 г. Калуга. ул. Гурьянова, д 8 корпус 1
Год разработки	2021
Вид программы	Модифицированная
Форма содержания и процесса педагогической деятельности программы	Комплексная
Срок реализации программы	1 год
Учебно-тематическое планирование	1 год обучения-72 часа
Уровень освоения программы	Общекультурный
Возрастная категория	4 -7 лет
Направление и вид деятельности	Социально-гуманитарное, программы социально-психологической адаптации
Форма реализации	Стационарная (очная)
Даты внесения изменений и дополнений в программу	Приложение № 2 от 15.07.2022 г. Приложение № 3 от 01.06.2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа дополнительного образования объединения «Фитнес для мозга» направлена на устранение тех проблем, которые, связаны с недостаточным развитием детей.

Кинезиология – наука о развитии головного мозга через движение. Образовательная кинезиология представляет собой холистическое психолого-педагогическое направление, опирающееся на последние достижения в области психологии, педагогики, физиологии и нейрофизиологии. В рамках этого направления разрабатываются специально организованные движения, позволяющие оптимизировать деятельность головного мозга и получить доступ к скрытым ресурсам развития человека.

В дошкольном возрасте создаются предпосылки для формирования личности ребенка. От того, что будет заложено в содержание дошкольного воспитания, зависит качество умственного, нравственного, эстетического, трудового и физического развития ребенка, то есть судьба, будущее страны.

Есть определенный процент детей, которые приходят в школу не подготовленными даже на уровне элементарной информированности об окружающем мире. У них не развиты в соответствии с возрастом, такие психические функции как интеллектуальная, моторная, эмоционально-волевая, что делает процесс дальнейшего обучения таких детей сложным, а иногда и непреодолимым. Программа «Фитнес для мозга» поможет устранить данные проблемы.

Актуальность программы состоит в том, что программа направлена на целостное развитие всех сфер личности: формирование познавательного (интеллектуального) интереса; волевой (практической) деятельности; эмоциональной культуры.

Цель программы: при помощи определенных упражнений оптимизировать деятельность головного мозга, выявлять причины и корректировать широкий круг проблем, связанных с обучением.

Достижение цели обеспечивается через решение следующих **задач:**

1.Образовательные.

Дать основные понятия об окружающем мире, творческой личности ребенка со сформированными критериями школьной готовности, формирование мировоззрения детей, формирование умений и навыков на основе овладения и освоения программного материала, формирование у детей глубокого эстетического чувства.

2.Воспитательные.

Воспитывать положительное отношение к общественным ценностям, культуру поведения, трудолюбие, умение работать в коллективе.

3.Развивающие.

Развивать творческие способности, воображение, фантазию, память, внимание, мелкую моторику рук, наглядно-образное мышление, познавательную мотивацию, произвольную сферу.

В программу введен воспитательный компонент, который реализуется через проведение воспитательных мероприятий таких как праздники, утренники, квесты.

Новизна программы «Фитнес для мозга» состоит в том, что она проста и практична. Система увлекательных расслабляющих или повышающих энергию тела физических и дыхательных упражнений поддерживает и развивает нейрофизиологические связи между телом и мозгом.

Программа рассчитана на разные возрастные категории и уровни подготовки детей.

В объединениях «Фитнес для мозга» могут заниматься дети 6-7 лет;

Форма реализации: очная, при необходимости возможна реализация дистанционного обучения с привязкой к интернет платформе.

Срок реализации программы - 1 год. Группы комплектуются из детей 4-7 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа для групп 1 -го года обучения. Продолжительность академического часа составляет 20 мин., между занятиями предусмотрены 10-минутные

динамические паузы.

Курс «Фитнес для мозга» предполагает использование традиционных методов обучения таких, как объяснение, показ, практическое закрепление полученных знаний на занятии, система домашних заданий, широкое использование фотографий, слайдов.

В зависимости от социального заказа и интересов занимающихся педагог может вносить изменения в программу.

С учетом целей и задач, возникающих перед педагогом, состав обучающихся может быть переменным (от 1 до 12 человек) и определяется с учетом склонностей и интересов детей.

Основным методом обучения являются групповые и индивидуальные занятия. Групповые проходят с детьми с полным составом (10-12 человек).

Индивидуальные занятия проводят (от 1 до 5-ти человек) для следующих категорий:

- ребенок-инвалид детства;
- дети, которые плохо усваивают программный материал и требующие особого внимания;
- одаренные дети.

Также возможны занятия с переменным составом групп.

В работе объединения широко используются задания, которые учат ребенка запоминать, сравнивать увиденное, прививать любовь к труду, интерес к результату эксперимента, что является целесообразным и способствует раскрытию творческого потенциала детей, углублению их знаний, расширению кругозора.

Контроль качества знаний, умений и навыков (ЗУН) воспитанников объединения «Фитнес для мозга» проводится в несколько этапов. В начале учебного года на основании наблюдений, собеседований педагог делает заключение об общем уровне развития детей (нормативный, компетентный, творческий). В конце каждого полугодия проводится рубежный контроль ЗУН в форме контрольно-проверочных заданий (декабрь, май (см. приложение №1).

К концу первого года обучения учащиеся должны знать:

1. Устный счет.
2. Анаграммы.

Уметь:

1. Рисовать двумя руками одновременно.
2. Перерисовывать и дорисовывать рисунки.
3. Выполнять струп-тест.



Утверждаю
Директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование тем и разделов	Количество		
	Всего	В том числе	
		ТЗ	ПЗ
Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	2	
Раздел 1. Рисуем с умом	35	10	25
Тема 1.1 Дорисуй вторую часть	7	2	5
Тема 1.2 Перерисуй	7	2	5
Тема 1.3 Нарисуй навстречу друг другу	7	2	5
Тема 1.4 Телескоп	7	2	5
Тема 1.5 Рисование двумя руками	7	2	5
Раздел 2. Умные игры.	28	8	20
Тема 2.1 Обведи и зачеркни фигуру по образцу	7	2	5
Тема 2.2 Устный счет	7	2	5
Тема 2.3 Анаграммы	7	2	5
Тема 2.4 Струп-тест	7	2	5
Раздел 3. Мероприятия воспитательного характера	5	4	
Раздел 4. Итоговое занятие	2		2
Итого:	72	24	48

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Цель: ознакомление с правилами техники безопасности.

Техника безопасности

Вступительная беседа о правилах поведения в клубе, в общественных местах, знакомство с правилами работы объединения.

Раздел 1. Рисуем с умом

Цель: развитие креативности, развитие речи, улучшение работы головного мозга в целом

Тема 1.1 Дорисуй вторую часть

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.2 Перерисуй

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: работаем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.3 Нарисуй навстречу друг другу

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.4 Телескоп

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.5 Рисование двумя руками

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Раздел 2. Умные игры

Цель: формирование восприятия, концентрации, внимания

Тема 2.1 Обведи и зачеркни фигуру по образцу

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Тема 2.2 Устный счет

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Тема 2.3 Анаграммы

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Тема 2.4 Струп-тест

Теория: знакомство с техникой выполнения задания

Практические занятия: рисуем в блокноте

Форма организации образовательного процесса: комбинированное занятие.

Форма контроля: тестирование.

Раздел 6. Мероприятия воспитательного характера

Цель: поддержать интерес обучающихся к проводимым занятиям.

Раздел 7. Итоговое занятие

Цель: подведение итогов учебного года, проведение итогового мониторинга.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Ахмадуллин Шамиль Гимнастика для ума. –издательский дом НЕВА
2. Ахмадуллин Шамиль Фитнес для мозга. –издательский дом НЕВА
- 3.

Интернет-ресурсы:

1. www.samil-ahmadullin.ru/bonus
2. samil-ahmadullin.ru/game
3. <https://www.imaton.ru/vebinar/gimnastika-mozga-v-obrazovatelnoy-kineziologii/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Помещение должно быть простым и удобным, с естественным доступом воздуха и хорошей вентиляцией, с хорошим естественным и искусственным освещением. Свет должен падать с левой стороны не освещая глаз. Каждый должен иметь определенное место. Стол может быть на двух человек, но его надо поставить так. Чтобы педагог мог подходить к каждому ребенку. Для сидения лучше пользоваться стульями со спинками, чтобы на них можно было опереться при работе. Необходимо: стол для педагога, шкафы для хранения литературы, дидактического и раздаточного материала, наглядных пособий и инструментов, витрины для наглядных пособий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Список для педагога

1. Ахмадуллин Шамиль Гимнастика для ума. –издательский дом НЕВА
 2. Ахмадуллин Шамиль Фитнес для мозга. –издательский дом НЕВА
 3. Деннисон Пол Е., Деннисон Гейл Е. Гимнастика мозга. Книга для учителей и родителей, ИГ «Весь», 2015г.
 4. Узорова О.В., Нефёдова Е.А. Игры с пальчиками. М, 2002 г.
- Интернет-ресурсы:
1. www.samil-ahmadullin.ru/bonus
 2. samil-ahmadullin.ru/game
 3. <https://www.imaton.ru/vebinar/gimnastika-mozga-v-obrazovatelnoy-kineziologii/>

Список для детей

- 1.Ахмадуллин Шамиль Гимнастика для ума. –издательский дом НЕВА
- 2.Ахмадуллин Шамиль Фитнес для мозга. –издательский дом НЕВА

Список для родителей

1. Ахмадуллин Шамиль Гимнастика для ума. –издательский дом НЕВА
2. Ахмадуллин Шамиль Фитнес для мозга. –издательский дом НЕВА
3. Деннисон Пол Е., Деннисон Гейл Е. Гимнастика мозга. Книга для учителей и родителей, ИГ «Весь», 2015 г.
4. Узорова О.В., Нефёдова Е.А. Игры с пальчиками. М, 2002 г.

Интернет-ресурсы:

1. www.samil-ahmadullin.ru/bonus
2. samil-ahmadullin.ru/game
3. <https://www.imaton.ru/vebinar/gimnastika-mozga-v-obrazovatelnoy-kineziologii/>

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение №1

Диагностическая карта познавательно-исследовательской и продуктивной деятельности.

№ п/п	Фамилия, имя ребенка	Дорисуй вторую часть	Перерисуй	Нарисуй навстречу друг другу	Обведи и зачеркни фигуру по образцу	Телескоп	Рисование двумя руками	Устный счет	Анаграммы	Струп-тест
		С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.	С.Г.- К.Г.

Оценка от 1 до 10 баллов

Приложение №2
от «15» июля 2022 г.

Изменения и дополнения
рассмотрены и приняты
на методическом совете
Протокол № 20
от «26» августа 2022г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»


О.В. Колянко

**Лист изменений и дополнений
к дополнительной общеразвивающей программе
«Фитнес для мозга»**

Возрастная категория – 6-7 лет

Срок реализации – 1 год

Педагог дополнительного образования:

Капустьян Татьяна Ивановна

Год разработки: 2021 год

Вносимые изменения (дополнения):

№	Разделы программы	Внесение изменений
1.	Список литературы и информационных источников: Список для педагога Список для родителей	В список для педагога и для родителей включен следующий источник: Карзан Карло, Скалько Соня: Фитнес для мозга.- издательство Эксмодетство, 96 с

Приложение №3
от «01» июня 2023 г.

Изменения и дополнения
рассмотрены и приняты
на методическом совете
Протокол № 26
от «23» августа 2023г.



Утверждаю
директор МБОУДО
«ДПЦ «Содружество»
О.В. Колинко

**Лист изменений и дополнений
к дополнительной общеразвивающей программе
«Фитнес для мозга»**

*Возрастная категория – 6-7 лет
Срок реализации – 1 год
Педагог дополнительного образования:
Капустьян Татьяна Ивановна
Год разработки: 2021 год*

Вносимые изменения (дополнения):

№	Разделы программы	Внесение изменений
1.	Паспорт программы	Внесены изменения в графе «Название объединения»
2.	Список литературы и информационных источников: Список для педагога Список для родителей	В список для педагога и для родителей включены следующие источники: 1. https://www.imaton.ru/vebinar/gimnastika-mozga-v-obrazovatelnoy-kineziologii/ 2. https://replit.online/blog/post/majnd-fitness.html 3. https://deti.mann-ivanov-ferber.ru/2022/10/09/8-effektivnyx-zadaniy-dlya-razvitiya-mozga-rebenku-5-6-let/ 4. http://www.chudesnayastrana.ru/razvitie-mozga.htm

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Дополнительная общеразвивающая программа «Фитнес для мозга»
Автор (составитель) программы	Капустьян Татьяна Ивановна
Должность составителя	Педагог дополнительного образования
Название объединения	«Фитнес для мозга»
Учреждение, реализующее программу	МБОУ ДО «ДПЦ «Содружество»
Структурное подразделение учреждения, реализующее программу	Детско – подростковый клуб «Торпедо»
Адрес структурного подразделения учреждения, реализующего программу	248029 г. Калуга. ул. Гурьянова, д 8 корпус 1
Год разработки	2021
Вид программы	Модифицированная
Форма содержания и процесса педагогической деятельности программы	Комплексная
Срок реализации программы	1 год
Учебно-тематическое планирование	1 год обучения-72 часа
Уровень освоения программы	Общекультурный
Возрастная категория	6 -7 лет
Направление и вид деятельности	Социально-гуманитарное, программы социально-психологической адаптации
Форма реализации	Стационарная (очная)
Даты внесения изменений и дополнений в программу	