

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Нейрогимнастика» для обучающихся 2 - 4 классов составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ;
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования». (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69675.)
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413». (Зарегистрирован 12.09.2022 № 70034.)

Нейрогимнастика или **Метод замещающего онтогенеза** – базовая нейропсихологическая технология коррекции, профилактики и абилитации детей с разными вариантами развития. Многие особенности развития ребёнка можно скорректировать, пройдя с ним все этапы его сенсомоторного (двигательного) развития заново, начиная с рождения. В программе нейропсихологического сопровождения развития детей по методу замещающего онтогенеза в каждом занятии прорабатываются четыре основных блока упражнений.

Данная программа внеурочной деятельности «Нейрогимнастика» представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности обучающихся 2 – 4-х классов с учётом учебной нагрузки 1 час в неделю:

- для обучающихся 2 х классов – 34 ч.;
- для обучающихся 3 – х классов – 34 ч.;
- для обучающихся 4 – х классов – 34 ч.

Содержание программы курса внеурочной деятельности «Нейрогимнастика»

2 классы

Наименование раздела Наименование темы	Содержание темы	Форма реализации воспитательного потенциала
Дыхательные упражнения	Направлены на восстановление нормального дыхания в покое и в комплексе с различными движениями, что способствует усиленному снабжению кислородом всех органов и тканей организма, оптимизации тонуса мышц, снижению возбудимости, улучшению общего состояния ребёнка	Повышение способности мозга детей к интегрированной работе. Улучшить сенсомоторную и пространственную координацию, повысить возможности произвольного внимания, усидчивости, самоконтроля, развить зрительно-моторную координированность, согласованность, точность, плавность движений обеих рук, а так же активизировать развитие речи и психомоторных процессов.
Глазодвигательные упражнения	Помогают расширить объём зрительного восприятия и устранить содружественные движения (пишет с высунутым языком или болтает при этом ногой), косвенно влияют на другие психические функции – память, внимание, речь	Улучшение сенсомоторной и пространственной координации, повышение возможности произвольного внимания, усидчивости, самоконтроля. развитие зрительно-моторной координированности, согласованности, точности, плавности движений обеих рук, а так же активизация развития речи и психомоторных процессов.
Растяжки	Развитие способности к расслаблению, происходит освоение пространства собственного тела и пространства вокруг него	Нормализация гипертонуса и гипотонуса мышц.
Упражнения двигательного репертуара	Отработка упражнений, направленных на снятие синкинезий и мышечных зажимов. Отработка понятий верх-низ, впереди-сзади, право-лево является хорошей профилактикой нарушений письма, чтения и счёта. Включают в себя и артикуляционную гимнастику, позволяющую сформировать правильную работу	Обеспечение развития межполушарного взаимодействия

	мышц языка и челюсти	
Геймификация в образовательной среде	Развитие коммуникативных и игровых навыков, сплочение коллектива, подготовка к социализации в новых условиях	Включение детей в образовательный процесс путем игровых методов

Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «Нейрогимнастика»

Личностные результаты

Духовно-нравственного воспитания:

- овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека;
- понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека.
- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченную возможность и нарушения в состоянии здоровья

Эстетического воспитания:

- понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками;
- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность, отсутствие вредных привычек);
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием.

Трудового воспитания:

- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Ценности научного познания:

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды

- освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;
- способность обучающихся взаимодействовать в условиях неопределённости, открытость опыту и знаниям других;
- способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;
- навык выявления и связывания образов, способность формирования новых знаний, в том числе способность формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефицит собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие.

Метапредметные результаты

Овладение универсальными учебными познавательными действиями

Базовые логические действия

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- выявлять дефицит информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

- формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- формулировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимости объектов между собой;
- оценивать на применимость и достоверность информацию, полученную в ходе исследования (эксперимента);
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями

Общение

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и(или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта).

Совместная деятельность

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и иные);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;
- сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями

Самоорганизация

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учётом получения новых знаний об изучаемом объекте;
- делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план её изменения;
- учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект

- различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
- регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
- признавать своё право на ошибку и такое же право другого;
- принимать себя и других, не осуждая;
- открытость к себе и другим.

Предметные результаты:

- понимать роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- уметь выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- уметь проявлять дисциплинированность и уважение к одноклассникам, соблюдать правила игры.
- уметь преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке.
- уметь организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки.
- уметь интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины.
- уметь проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей.

Тематическое планирование 2 классы (34 ч.)

Название модуля, тематические блоки, темы	Количество часов
Раздел 1: Дыхательные упражнения	4
1. Формирование элементарных дыхательных навыков.	2
2. Формирование диафрагмального способа дыхания	2
Раздел 2: Глазодвигательные упражнения	4
1. Развитие осознанного праксиса.	1
2. Глазодвигательные упражнения с мелким предметом.	1
3. Глазодвигательные упражнения с языком с мелким предметом.	2
Раздел 3: Растяжки	6
1. Развитие способности к расслаблению	3
2. Освоение пространства собственного тела и пространства вокруг него	3

Раздел 4: Упражнения двигательного репертуара	10
1. Упражнения двигательного репертуара: ползание на спине, на животе	5
2. Упражнения двигательного репертуара: ползание на спине/животе с попеременным отталкиванием ногами с руками и без рук.	5
Раздел 5: Геймификация в образовательной среде	10
1. Развитие навыков деловой и ролевой игры	3
2. Выстраивание коммуникаций благодаря быстрой обратной связи и общению в группе	5
3. Развитие командных навыков	2

3 классы (34 ч.)

Название модуля, тематические блоки, темы	Количество часов
Раздел 1: Дыхательные упражнения	4
1. Формирование элементарных дыхательных навыков.	2
2. Формирование диафрагмального способа дыхания	2
Раздел 2: Глазодвигательные упражнения	4
1. Развитие осознанного праксиса.	1
2. Глазодвигательные упражнения с мелким предметом.	1
3. Глазодвигательные упражнения с языком с мелким предметом.	2
Раздел 3: Растяжки	6
1. Развитие способности к расслаблению	3
2. Освоение пространства собственного тела и пространства вокруг него	3

Раздел 4: Упражнения двигательного репертуара	10
1. Упражнения двигательного репертуара: ползание на спине, на животе	5
2. Упражнения двигательного репертуара: ползание на спине/животе с попеременным отталкиванием ногами с руками и без рук.	5
Раздел 5: Геймификация в образовательной среде	10
1. Развитие навыков деловой и ролевой игры	3
2. Выстраивание коммуникаций благодаря быстрой обратной связи и общению в группе	5
3. Развитие командных навыков	2

4 классы (34 ч.)

Название модуля, тематические блоки, темы	Количество часов
Раздел 1: Дыхательные упражнения	4
1. Формирование элементарных дыхательных навыков.	2
2. Формирование диафрагмального способа дыхания	2
Раздел 2: Глазодвигательные упражнения	4
1. Развитие осознанного праксиса.	1
2. Глазодвигательные упражнения с мелким предметом.	1
3. Глазодвигательные упражнения с языком с мелким предметом.	2
Раздел 3: Растяжки	6
1. Развитие способности к расслаблению	3
2. Освоение пространства собственного тела и пространства вокруг него	3
Раздел 4: Упражнения двигательного репертуара	10

1. Упражнения двигательного репертуара: ползание на спине, на животе	5
2. Упражнения двигательного репертуара: ползание на спине/животе с попеременным отталкиванием ногами с руками и без рук.	5
Раздел 5: Геймификация в образовательной среде	10
1. Развитие навыков деловой и ролевой игры	3
2. Выстраивание коммуникаций благодаря быстрой обратной связи и общению в группе	5
3. Развитие командных навыков	2

Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

Ахутина Т.В., Пылаева Н.М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход.- СПб.: ПИТЕР, 2008.

Колганова В.С., Пивоварова Е.В. Нейропсихологические занятия с детьми: в 2ч./АЙРИС-пресс, 2016.

Пылаева Н.М., Ахутина Т.В. Школа внимания. – М.: Секачев, 2020.

Семенович А.В. Введение в нейропсихологию детского возраста: учебное пособие. – М.: Генезис, 2017.

Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. – М.: Генезис, 2015.

Сунцова А.В., Курдюкова С.В. Изучаем пространство с нейропсихологом: Комплект материалов для работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2016

Сунцова А.В. Курдюкова С.В. Учимся мыслить с нейропсихологом: Комплект материалов для работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста – М.: Генезис, 2016

Сунцова А.В. Курдюкова С.В. Развиваем внимание с нейропсихологом: Комплект материалов для работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста– М.: Генезис, 2016

Сунцова А.В. Курдюкова С.В. Развиваем память с нейропсихологом: Комплект материалов для работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2018

Сунцова А.В. Курдюкова С.В. Развиваем речь с нейропсихологом. Комплект материалов для работы с детьми старшего дошкольного и младшего школьного возраста– М.: Генезис, 2019

Контрольно-измерительные материалы

Батарея нейропсихологических тестов, адаптированная М.Н Захаровой для групповой диагностики.

ИКТ: записи МРЗ

Система контроля результативности обучения.

Текущий контроль результативности обучения осуществляется педагогом на каждом занятии по итогам освоения программного материала (следающая диагностика).

Раз в год (май) проводится открытое занятие для родителей и педагогов. В конце года (май) проводится итоговый мониторинг уровня освоения программы детьми.