

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4»

Утверждено
приказом директора
МБОУ СОШ №4
от «07» июня 2023 г. № 51

**Рабочая программа
по курсу внеурочной деятельности
«Гимнастика ума»
Направление «Учение с увлечением»
1-4 класс (срок реализации 1 год)**

Учитель –дефектолог
Ситник Ольга Владимировна

1. Пояснительная записка

В основе построения курса лежит принцип разнообразия творческо-поисковых задач. При этом основными выступают два следующих аспекта разнообразия: по содержанию и по сложности задач. Данный курс предусматривает проведение специально построенной системы заданий, которые помогут учащимся преодолеть неустойчивость внимания, произвольность процесса зрительного и слухового запоминания и ведут к развитию мыслительной деятельности и самостоятельно работать.

Цель данного курса: развитие познавательных способностей учащихся на основе системы развивающих занятий.

Основные задачи курса:

1) развитие мышления в процессе формирования основных приемов мыслительной деятельности: анализа, синтеза, сравнения, обобщения, классификации, умение выделять главное, доказывать и опровергать, делать несложные выводы;

2) развитие психических познавательных процессов: различных видов памяти, внимания, зрительного восприятия, воображения;

3) развитие языковой культуры и формирование речевых умений: четко и ясно излагать свои мысли, давать определения понятиям, строить умозаключения, аргументировано доказывать свою точку зрения;

4) формирование навыков творческого мышления и развитие умения решать нестандартные задачи;

5) развитие познавательной активности и самостоятельной мыслительной деятельности учащихся;

6) формирование и развитие коммуникативных умений: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, объективно оценивать свою работу и деятельность одноклассников;

7) формирование навыков применения полученных знаний и умений в процессе изучения школьных дисциплин и в практической деятельности.

Таким образом, принципиальной задачей предлагаемого курса является именно развитие познавательных способностей и общеучебных умений и навыков, а не усвоение каких-то конкретных знаний и умений.

Развитие восприятия. Развитие слуховых, осязательных ощущений. Формирование и развитие пространственных представлений. Развитие умение ориентироваться в пространстве листа. Развитие фонематического слуха. Развитие восприятия времени, речи, формы, цвета, движения. Формирование навыков правильного и точного восприятия предметов и явлений. Тренировочные упражнения и дидактические игры по развитию восприятия и наблюдательности.

Развитие памяти. Диагностика памяти. Развитие зрительной, слуховой, образной, смысловой памяти. Тренировочные упражнения по развитию точности и быстроты запоминания, увеличению объёма памяти, качества воспроизведения материала.

Развитие внимания. Диагностика произвольного внимания. Тренировочные упражнения на развитие способности переключать, распределять внимание, увеличение объёма устойчивости, концентрации внимания.

Развитие мышления. Формирование умения находить и выделять признаки разных предметов, явлений, узнавать предмет по его признакам, давать описание предметов, явлений в соответствии с их признаками. Формирование умения выделять главное и существенное, умение сравнивать предметы, выделять черты сходства и различия, выявлять закономерности. Формирование основных мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения, классификации, обобщения, умения выделять главное и существенное на основе развивающих заданий и упражнений, путем решения логических задач и проведения дидактических игр.

2.Планируемые результаты

Личностные результаты:

Снижение эмоционального напряжения, преобладание положительного эмоционального фона.

Предметные результаты:

1. Овладение различными типами дыхания и произвольной регуляции дыхания, контроль своего состояния.
2. Совершенствование тонкой моторики рук (в том числе согласованных движений обеих рук).
3. Совершенствование элементарных умений конструирования и моделирования.
4. Профилактика и коррекция дислексии и дисграфии.

Метапредметные результаты:

1. Владение навыками программирования и контроля, умение действовать по алгоритму.
2. Повышение концентрации, объема и переключения внимания.
3. Скоординированность двигательной активности.
4. Увеличение тонуса организма, повышение иммунитета.
5. Владение навыками самоконтроля и саморегуляции.

Первая диагностическая работа проводится в начале учебного года, при выполнении заданий первого занятия. Результаты выполнения заданий заносятся в таблицу и сравниваются с результатами, полученными при аналогичном тестировании в конце предыдущего года обучения.

Второе диагностическое обследование проводится в конце учебного года, при выполнении заданий последнего занятия. Результаты, полученные после проверки, заносятся в таблицу, в которую внесли данные о развитии детей в начале года.

Сопоставляя данные начала года и результаты выполнения заданий последнего занятия, определяем динамику роста познавательных способностей учащихся.

3.Содержание программы курса

“Гимнастика Мозга” - система быстрых, простых, специфичных движений, приносящих пользу каждому обучающемуся независимо от его проблемы. Огромная польза и привлекательность гимнастики мозга состоит в её простоте и практичности, её можно выполнять в любое время и в любом месте, для повышения эффективности того, что он в данный момент делает. Главное – развивающая работа должна быть направлена от движения к мышлению, а не наоборот. Следовательно, именно гимнастика мозга способна устранить многие причины, затрудняющие процесс обучения детей, стимулировать их интеллектуальное развитие, а также решить множество проблем эмоционального плана. Развивая моторику, мы создаём предпосылки для коррекции многих психических процессов. Под влиянием кинезиологических тренировок в организме происходят положительные структурные изменения. При этом, чем более интенсивна нагрузка (в допустимых пределах), тем значительнее эти изменения. Сила, равновесие, подвижность, пластичность нервных процессов осуществляется на более высоком уровне. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы. В настоящее время учёные и педагоги в области кинезиологии разработали специальные комплексы упражнений гимнастики мозга, цель которых: развитие межполушарной специализации и межполушарного взаимодействия,

моторики, памяти, внимания, мышления, развитие речи.

Растяжки: «Струночка», «Кобра», «Половинка», «Звезда», «растяжка по осям», «Лучики», растяжка с дыханием, «Травинка на ветру», «Дерево», «Подвески», «К солнцу», «Кошка», «Напрягись – расслабься», «Медуза», «Снеговик».

Дыхательные упражнения: «Шарик», «А», «Облако», «Топор», «Пружинка», «Маятник», «Большой мяч», «Злобный клоун», «Солнечный лучик».

Глазодвигательные упражнения: «Прямоугольник», «Крест», «Слонёнок», движения по диагонали, сочетание глаз и рук, «Бесконечность», сочетание глаз и языка, сочетание глаз, языка и рук одновременно с опорой на стену, без опоры.

Коррекционные движения тела и пальцев: «Кулак – ребро – ладонь», «змеи», «Лягушка», «Ухо – нос», прописи на развитие межполушарного взаимодействия, «Лезгинка», «Замок», «Колечко», массаж ушных раковин.

Функциональные упражнения: «Велосипед односторонний, перекрест», «Качалочка», «Эмбрион», «Бревнышко», «Черепашка», «Руки – ноги», «Дракон», «Вездеход», «Пчелка», «Шалуны», «Что исчезло», «Кто летает», «Танцы противоположности», «Птенцы», «Послушать тишину», «Костёр», «Море волнуется», «Колпак мой треугольный», «Крик в пустыне», «Головомяч», «Золотая рыбка», «Скала», «Тух – тибби – дух».

Когнитивные упражнения: «Чаша доброты» (визуализация), перекрестное марширование, визуализация геометрических фигур, «Фотография», «Мельница», визуализация перемещений, «Визуализация волшебника», «Визуализация волшебной восьмерки»

Коммуникативные упражнения: «Маска», «Скала», «Золотая рыбка», «Сиамские близнецы», «Путаница», «Тачка», «Животные», «Хвасталки», «Принц на – цыпочках».

Упражнения для релаксации: «Поза покоя», «Кулачки», «Олени», «Загораем», «Ковер – самолет», «Огонь и лёд», «Пляж», «Парусник», «Потянулись – сломались», «Шарик», «Раскачивающееся дерево», «Море», «Штанга», «Любопытная Варвара», «Распускающийся бутон».

Графические диктанты

Направлены на развитие функций программирования и контроля, внимания, пространственных представлений, зрительно-моторной координации и тонкой моторики у младших школьников.

Таблица Шульте— это инструмент для тренировки периферического зрения, концентрации внимания и параллельного восприятия информации. Развитие этих навыков помогает освоить технику скорочтения.

Двуручное рисование - инструмент для развития межполушарного взаимодействия, обеспечивающий пространственную координацию, воображение, восприятие невербальной информации, а также параллельную обработку большого объема разнообразной информации.

4. Тематическое планирование

№	Содержание занятий
1	Диагностика
2	Введение в курс, разучивание упражнений
3	Введение в курс, разучивание упражнений
4	Конструирование, танграм
5	Квазипространственные представления (графический диктант, упражнение «Капризный фотограф»)
6-7	Последовательности, закономерности
8	Классификации
9-10	Совершенствование переключения внимания
11-14	Развитие концентрации внимания. Совершенствование мыслительных операций.
15-21	Развития внимания, восприятия, воображения, памяти и мышления
22-27	Тренировка внимания. Совершенствование мыслительных операций. Развитие умения решать нестандартные задачи.
28-29	Тренировка слуховой памяти. Совершенствование мыслительных операций.

30-31	Тренировка зрительной памяти. Совершенствование мыслительных операций.
32	Совершенствование мыслительных операций.
33-34	Итоговая диагностика

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813701

Владелец Ситник Ольга Владимировна

Действителен с 31.03.2023 по 30.03.2024