

Комитет по образованию Псковской области РФ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Опочецкая специальная (коррекционная) школа-интернат»

Программа рассмотрена
и утверждена на заседании
педагогического совета
от «26 августа 2025 г., протокол № 01

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ «Опочецкая
специальная (коррекционная)
школа-интернат»

/Л.Н. Чушева/

«26» августа 2025 г.

**Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа
художественной направленности**

«Живое слово»

Возраст обучающихся: 9-15 лет

Срок реализации: 1 год

Ссылка на сайт школы: <http://opochka-skshi.ru/>

Автор-составитель: Александрова
Елена Викторовна,
педагог дополнительного
образования

1. Комплекс основных характеристик

1.1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Живое слово» (далее – АДООП, программа) художественной направленности ориентирована на разностороннее развитие личности ребёнка с ОВЗ, его неповторимой индивидуальности, направлена на гуманизацию образовательной работы с детьми, основана на психологических особенностях развития детей и представляет собой реальную возможность расширять жизненный опыт детей, обогащать их чувственный мир, развивать творческие способности, воспитывать ценностное отношение к Отечеству, родной природе, семье, окружающим людям через искусство слова.

Программа разработана на основании следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 28.06.2021 N 219-ФЗ);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 №70226»
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652 «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по её реализации».

Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

- Устав ГБОУ «Опочецкая специальная (коррекционная) школа - интернат»;

Актуальность программы

Актуальность данной программы состоит в том, что она помогает обучающимся адаптироваться в сложном информационном потоке. Учит их работать с книгой, электронными ресурсами, систематизировать и обобщать полученные знания. Формирует у детей умение читать осознанно и избирательно, соотнося свои потребности и возможности.

Программа предназначена для развития грамотности, точности речи обучающихся, их мышления, памяти через совершенствование техники чтения, понимание содержания поэтических произведений и выразительность чтения

стихотворных форм, способствует развитию художественного вкуса, творческой самостоятельности.

Содержание программы позволяет не только заинтересовать обучающихся поэзией и литературой вообще, но и учит умению доносить до слушателя чувства, переживания, заключённые в стихотворении.

Уровень речевого развития у детей с ОВЗ достаточно низок, речевой опыт недостаточен. Многие дети имеют речевые нарушения, что не должно становиться причиной замкнутости и малой общественной активности. Участие в работе кружка создаёт условия для содержательного общения обучающихся по поводу общей деятельности, умения взаимодействовать в коллективе, для развития эстетического вкуса и стремления к освоению нового опыта.

Занятия кружка формируют правильное социальное поведение у детей. В процессе этой деятельности у учащихся с ограниченными возможностями здоровья формируется чувство успеха, уверенности в себе, развиваются коммуникативные навыки, доброжелательность, усидчивость, аккуратность, взаимопомощь и сотрудничество со сверстниками и учителем. Всё это способствует личностному росту ребёнка.

Направленность программы – художественно-эстетическая

Особенности реализации программы

Главная отличительная особенность программы заключается в том, что изучение поэтических произведений русской литературы, фольклора, поднимающие вечные проблемы (добро и зло, жестокость и сострадание, прекрасное в природе и человеческой жизни, любовь к Родине) рассматривается не только как цель преподавания, но и как средство развития личности. На занятиях кружка учащиеся имеют возможность получить дополнительные теоретические знания по литературе, заниматься продуктивной творческой деятельностью (выпуск стенгазет, самостоятельное поэтическое творчество, выступления на праздниках, участие в конкурсах стихов), которая будет способствовать развитию способностей школьников, повышению их самооценки, воспитанию положительных качеств личности. К занятиям в кружке привлекаются дети, имеющие речевые нарушения. На занятиях большое внимание уделяется работе над выразительностью, чёткостью речи.

Перед работой над произведением проводится предварительная работа, имеющая коррекционную направленность:

1. Игры и упражнения на развитие межполушарного взаимодействия, синхронизацию работы полушарий (кинезиологические упражнения).
2. Игры и упражнения на развитие мелкой моторики пальцев рук (пальчиковая

гимнастика).

3. Игры и упражнения на развитие пространственной и временной ориентировки.

4. Двигательные игры с речевым сопровождением.

5. Игры и упражнения, направленные на профилактику и коррекцию нарушений чтения и письма. Игры и упражнения с буквами, звуками, слогами и словами.

6. Работа с загадками, кроссвордами, ребусами.

7. Игры и упражнения на развитие дыхания.

Целевая аудитория: Дети с интеллектуальными нарушениями (легкой степенью умственной отсталости) от 10 до 17 лет.

Язык обучения: русский.

Психолого-педагогическая характеристика

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием. Относительно сохранной оказывается чувственная ступень познания - ощущение и восприятие. Но и в этих познавательных процессах сказывается дефицитарность: неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. Из всех видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического) у обучающихся с легкой умственной отсталостью в большей степени недоразвито словесно-логическое мышление. Это выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта.

Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне.

У школьников с умственной отсталостью отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической и синтаксической. Таким образом, для обучающихся с умственной отсталостью характерно системное недоразвитие речи.

Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений.

Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создаёт положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами. Это находит своё выражение в увеличении объёма и изменении качества словарного запаса, овладении различными конструкциями предложений, составлении небольших, но завершённых по смыслу, устных высказываний.

Использование специальных методов и приёмов, применяющихся в процессе коррекционно-развивающего обучения, позволяет оказывать влияние на развитие различных видов мышления, запоминание обучающимися с умственной отсталостью.

Реализация программы предусматривает учет особых образовательных потребностей адресной группы обучающихся, включая потребности в:

- практико-ориентированном, действенном характере содержания;
- доступности содержания познавательных задач, реализуемых в процессе обучения;
- систематической актуализации сформированных у обучающихся знаний и умений, и одобряемых обществом норм поведения; обучении их «переносу» в другие ситуации;
- позитивных средствах стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрации доброжелательного и уважительного отношения к ним;
- специальном обучении способам усвоения общественного опыта – умений действовать совместно со взрослым по показу, подражанию по словесной инструкции.

Уровень программы – ознакомительный.

Объём – 72 часа.

Срок освоения программы – 36 недель.

Форма обучения – очная с применением дистанционных технологий (при необходимости)

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие коммуникативных навыков как одного из условий социальной адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи:

Обучающие:

- знакомить обучающихся с поэтическими произведениями отечественной литературы в соответствии с возрастом;

- обучать детей пониманию стихотворных произведений;
- расширять читательский кругозор детей

Коррекционно-развивающие:

- развивать устную речь, долговременную память, образное мышление;
- развивать художественный вкус, творческое воображение и фантазию детей.

Воспитательные:

- воспитывать у детей патриотизм, любовь и уважение к Отечеству, чувство гордости за свою Малую родину, прошлое и настоящее своего народа, уважение к родному слову, природе посредством литературы;
- воспитывать трудолюбие и требовательность к себе, умение доводить начатое дело до конца;
- формировать адекватную самооценку учащихся, развивать коммуникативные навыки, культуру общения со сверстниками.

**1.3. Содержание программы
Учебный план**

№	Раздел. Тема занятий	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводный блок. Что такое искусство, литература, поэзия? Инструктаж по технике безопасности «Гигиена зрения». Практическая работа: гимнастика для глаз.	2	1	3	Текущий контроль: опрос, педагогическое наблюдение, самоконтроль
2.	«Выразительное чтение» Что значит «выразительное чтение»? Техника речи (дыхание, дикция, интонация) ритмические и	6	8	14	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос Итоговый контроль: публичное

	логические паузы. Приёмы работы над дыханием и дикцией. Практические работы: дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, конкурс скороговорок, пословиц, игры со стихами, создание словаря настроений.				выступление
3.	«В мире поэзии» Учимся читать и слушать стихи. Русские поэты о природе, Родине. Тема ВОВ в поэзии. Практические работы: подбор, чтение и заучивание стихов русских поэтов о природе, времена года, Родине, матери. Выступление со стихами и инсценировками на общешкольных праздниках в соответствии со школьным планом работы. Видеозапись стихов для конкурсов.	5	50	55	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, опрос. Промежуточный контроль: публичное выступление, анализ участия в конкурсах

Содержание программы

1. Вводный блок. (3 ч.)

Теория: Вводное занятие. Что такое искусство, литература, поэзия?
Инструктаж по технике безопасности «Гигиена зрения».

Практическая работа: гимнастика для глаз.

2. «Выразительное чтение» (14 ч.)

Теория: Что значит «выразительное чтение»?

Техника речи (дыхание, дикция, интонация) ритмические и логические паузы.

Приёмы работы над дыханием и дикцией.

Практические работы: дыхательная гимнастика, артикуляционная гимнастика, конкурс скороговорок, пословиц, игры со стихами, создание словаря настроений.

3. «В мире поэзии» (55 ч.)

Теория: Учимся читать и слушать стихи. Русские поэты о природе, Родине. Тема ВОВ в поэзии.

Практические работы: подбор, чтение и заучивание стихов русских поэтов о природе, временах года, Родине, матери. Выступление со стихами и

инсценировками на общешкольных праздниках в соответствии со школьным планом работы. Видеозапись стихов для конкурсов.

Основные методы обучения: Словесные методы:

рассказ, инструктаж, беседа, объяснение.

Рассказ применяется в начале занятий при объяснении темы и знакомстве с биографиями детских авторов.

Инструктаж – краткое изложение определенных правил поведения.

В программе используются следующие виды **беседы**: вводная, текущая и итоговая.

Вводная беседа помогает установить связи с предыдущими занятиями.

Текущая беседа идет во время практической работы, когда дети затрудняются в выполнении задания.

Итоговая беседа проводится в конце всех занятий, она помогает закрепить знания, подвести итоги.

Объяснение необходимо в случаях, когда ребенок не знает или не понимает какой-либо термин, задание или явление.

Наглядные методы (демонстрационные)

И рассказ, и беседа сопровождаются показом иллюстраций, фотографий и видеоматериалов.

Использование какого-либо предмета (клубочек, шляпа, кубик, ромашка и т.д.) настраивает обучающихся на занятие и обеспечивает заинтересованность каждого ребенка в результате.

Практические методы

Практические задания зависят от тематики занятия. Игры, конкурсы, творческие задания.

Театрализация используется для самостоятельной деятельности в группах.

Работа с книгой. Для активного участия в занятиях каждому ребенку предварительно необходимо прочитать стихотворение или иной информационный материал.

1.4. Планируемые результаты обучения:

Предметные:

По окончании реализации программы обучающиеся будут уметь

- выразительно читать наизусть 2 – 5 стихотворений (в зависимости от способностей);

-повысят выразительность чтения;

-улучшат технику чтения;

-обогатят активный словарь новыми понятиями и расширят свой кругозор;

Личностные:

У ученика будут сформированы:

-способность осознавать и оценивать свои мысли, действия и выражать их в речи;

-любопытность, трудолюбие;

- способность к организации своей деятельности и преодолению трудностей;
- целеустремленность и настойчивость в достижении цели;
- умение слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать своё мнение;
- умение свободно вести себя перед камерой во время съёмок, на сцене.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Формы и порядок аттестации

Проверка планируемых результатов отслеживается через:

- беседу;
- устный опрос;
- индивидуальную работу;
- презентацию творческих работ;
- конкурсную и выставочную деятельность;
- выступления на сцене.

Оценка знаний проводится дифференцировано, с учетом возраста, способностей.

Мониторинг результатов освоения программы

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей. **Формы:** собеседование, опрос, анкетирование.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы: педагогическое наблюдение, опрос по теме занятия, выполнение заданий, анализ педагогом и учащимися приобретенных навыков общения.

Промежуточный контроль предусмотрен в конце первого полугодия с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы: выполнение заданий, оценка творческих работ учащихся, педагогическое наблюдение, опрос.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе. **Формы:** анализ участия в выставках, конкурсах различного уровня, выступлениях на праздниках, анкетирование, коллективный анализ работ.

2.2. Оценочные материалы

Результаты освоения содержания программы оцениваются по двум уровням: достаточный и минимальный.

Диагностика предметных компетенций обучающихся

Критерии	Уровень	
	Достаточный	Минимальный
Выразительное чтение стихов	Выразительно читает поэтические произведения, передавая интонацией, мимикой, жестами их характер.	Выразительно читает поэтические произведения, используя нужную интонацию после совместного с педагогом предварительного анализа произведения.
Чтение наизусть	Знает наизусть по 1 стихотворению на каждый раздел программы.	Заучивает наизусть 2-3 стихотворения за период освоения программы.
Осознанность чтения	Осознает значимость чтения для дальнейшего обучения, развития.	Недостаточно понимает важность чтения для дальнейшего обучения, развития.

Участие в конкурсах различного уровня.	Принимает систематическое участие в конкурсах различного уровня.	Принимает участие в 1-2 конкурсах чтецов
Читательский кругозор	Много читает помимо школьной программы, хорошо усваивает прочитанный материал, легко может отвечать на заданные вопросы.	Мало читает, слабо знает литературные произведения, плохо усваивает прочитанный материал, путается в ответах на заданные вопросы.

Уровень достижений обучающихся

№	ФИО обучающегося	Участие в конкурсах			
		Междуна родный	Всерос сийский	Регио нальный	Школьный
1					
2					

Диагностика личностных качеств обучающихся

Критерии	Уровень	
	Достаточный	Минимальный
Уровень воспитанности	Старателен, охотно помогает товарищам; выполняет поручения педагога с желанием, соблюдает правила поведения в объединении, побуждает к хорошему	Не всегда старается, не проявляет инициативы в помощи товарищам, поручения педагога выполняет не всегда. Систематически требуется контроль со стороны педагога.
Уровень коммуникативной культуры	Развита потребность в общении со взрослыми и сверстниками; сформированы навыки и умения практического владения выразительными средствами общения (мимика, жесты и т.д.); сформировано доверие к собеседнику.	Недостаточно развита потребность в общении со взрослыми и сверстниками; не в полном объеме сформированы навыки владения выразительными средствами общения; настороженно относится к собеседнику.

Уровень мотивации	Интерес к занятиям постоянный, на уровне	Мотивация к деятельности
	увлечения.	неустойчива, связана с результативной стороной процесса
Активность	Обучающийся инициативен и настроен на активную работу на занятии.	Обучающийся проявляет слабую активность во время занятий.
Креативность	Обучающийся проявляет творческий подход и смекалку при выполнении творческих заданий.	Обучающийся медленно включается в общий творческий процесс.

2.3. Календарный учебный график

Начало обучения	01.09.2025
Окончание обучения	26.05.2026 г.
Количество учебных недель	36 недель 1 полугодие с 01.09.2025 по 28.12.2025 2 полугодие с 12.01.26 по 26. 05.26
Промежуточная аттестация	Декабрь 2025 Март 2026
Итоговая аттестация	Май 2026
Праздничные (нерабочие) дни	День народного единства 04.11.2025 г., Новогодние праздники 28.12.2025 г. – 12.01.2026 г. День защитников Отечества 23.02. 2026 г.- 24.02.2026 г. Международный женский день 08.03.2026 г. Праздник Весны и Труда 01.05.2026 г. День Победы 08.05.2026 - 09.05.2026

2.4. Материально-техническое обеспечение

Для занятий необходимо:

произведения художественной литературы;

технические средства обучения: компьютер, принтер, мультимедиа- проекторы, интерактивная доска, видеокамера;

материал и инструменты для творческой работы по изданию стенгазет: листы ватмана, краски, карандаши, гуашь, цветная бумага, клей, ножницы, бумага для принтера для распечатывания текстов.

Кадровое обеспечение

Образовательная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья на основе адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Живое слово» осуществляется с привлечением специалистов в области коррекционной педагогики, а также педагогических работников, освоивших соответствующую программу профессиональной

переподготовки. Так же возможно привлечение ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий, и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья.

Список литературы

1. Альбеткова Р. И. Русская словесность. От слова к словесности. – М., 2001
2. Карсалова Е. В.. "Стихи живые сами говорят...". – М., 2003.
3. Кузнецова Н.И., Мещерякова М.И., Арзамасцева И.Н. Детские писатели (справочник для учителей и родителей).- М., «Баллас», «С-Инфо», 1995. – 176 с.
4. Малюгина В.А. «Игровые уроки литературы» Москва «Вако». - 2009
5. Матвеева Т.В. От звука до текста. – Волгоград, 2005.
6. Никитина Е.И. Русская речь. Развитие речи. – М., 2001.
7. И. С. Никитин «Стихотворения». Издательство «Десткая литература» 2015г.
8. А. С. Пушкин «Стихи» Москва. «Детская литература» 2016г.
9. Н.Е.Смирнова, Н.Н.Ципенко. Литература. Игровые уроки. Русские и зарубежные произведения. «Издательство НЦ ЭНАС». - 2001г.
10. Садовникова И.Н. Коррекционное обучение школьников с нарушениями чтения и письма. Пособие для логопедов, учителей, психологов дошкольных учреждений и школ различных типов. — М.: АРКТИ, 2005. — 400 с: ил.
11. Технологии развития универсальных учебных действий учащихся в урочной и внеурочной деятельности. Учебно-методическое пособие. / Под общ. ред. С. С. Татарченковой. – СПб.: КАРО, 2014
12. Эткинд Е. Разговор о стихах. – М.: Просвещение, 1989.
13. Б.Я. Буяльский. Искусство выразительного чтения. – М.: Просвещение, 1986.
14. Интернет-ресурсы:
 - www.wikipedia.ru Универсальная энциклопедия «Википедия».
 - <http://metlit.nm.ru> (методика преподавания литературы)
 - <http://www.poezia.ru/> (поэзия)
 - <http://www.uroki.net/> (уроки, сценарии)
 - <http://www.rst.ru> (Российская государственная библиотека)
 - <http://www.kuroku.ru> (опыт учителей)
 - <http://newlit.ru/> (новая литература)

Игры и упражнения для вступительной части занятия по развитию и коррекции речи .

Игра «Перепрыгни через слово».

Детям предлагается прочитать слова через слово.

Например: Птицы убегают улетают от на север юг. (Птицы улетают на юг).

Игра «Шрифты».

Задание: необходимо выделить буквы, написанные одинаковым шрифтом, прочитать слова, записать их в тетрадь.

Например: **С**д**И**я**Н**И**Т**Ц**е**а**л**

Игра «Угадай слово».

Учитель на доске пишет только согласные буквы с-п-г-, м-л-к-.

Затем предлагается самостоятельно отгадать слова и записать их.

Игра «Пирамида».

В её основании – семь квадратов, шесть квадратов, затем пять квадратов, выше – четыре, затем – три. Детям необходимо придумать и записать в пирамиду слова на определённую лексическую тему.

Игра «Поиск слов».

Поиск в тексте заданных слов. Учитель предлагает от 1-3 слов, которые нужно найти в тексте. Вначале эти слова предоставляются зрительно, а потом на слух.

Желательно, чтобы слова в тексте встречались несколько раз. Отыскав их, ребёнок может подчеркнуть их или обвести в кружок.

Упражнение «Преобразование слов»

Преобразовать слова:

- добавляя звук в начале слова.

Примерные слова: рот – крот, мех – смех, челка – пчелка, Оля – Коля, Аня – Ваня, осы – косы, луг – плуг, игры – тигры, дочка – удочка, еда – беда, пушка – опушка;

- добавляя звук в конце слова.

Примерные слова: бок – бокс, вол – волк, пар – парк, пол – полк, стол – столб, лис – лист;

- изменяя один звук слова (цепочка слов): сом – сок – сук – суп – сух – сох – сор – сыр – сын – сон;

- переставляя звуки, буквы:

пила – липа

карап – парк

кот – кто

палка – лапка

гора – кора

дар – рад

кукла – кулак
волос – слово

рыбак – рыбка
ручка – круча

мода – дома
Мара – рама

«Буквы перепутались»

Восстанови слова из букв и запиши их. Подсказка – первая буква слова подчёркнута.

ПАРЛЬЕ, ВАНСЕ, СИЛЧОКТИ, ЧОПИК, ПАКЬЕЛ, РАМТ, ЧУРЙЕ.

Прочитай стихотворение, восстанавливая слова из букв.

ВОНСЕЙ

На деревьях –

Ты взгляни, –

Там, где были ЧОПИК,

Как зелёные ГИНО,

Вспыхнули СИЛЧОКТИ.

Н. Гончаров

Выдели слова, прочитай строчки, справа налево и запиши их.

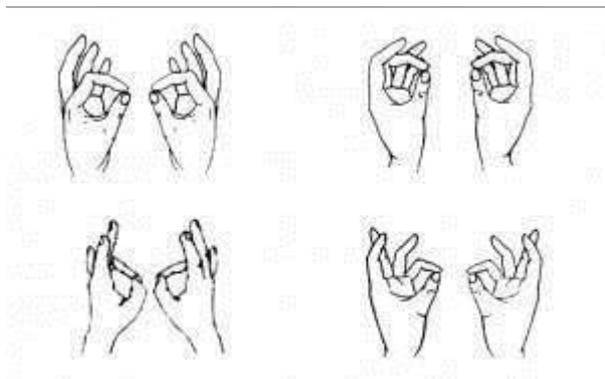
ЕЧРЯЬТОКЯЛСДОХОДЕЛЛЯАТСАРЙЫЛХЫРОРЫС

АВАРТЬНЕЛЕЗТУТЕВЦЬТАЖАСЯНШАПЬТЯЕСЙА

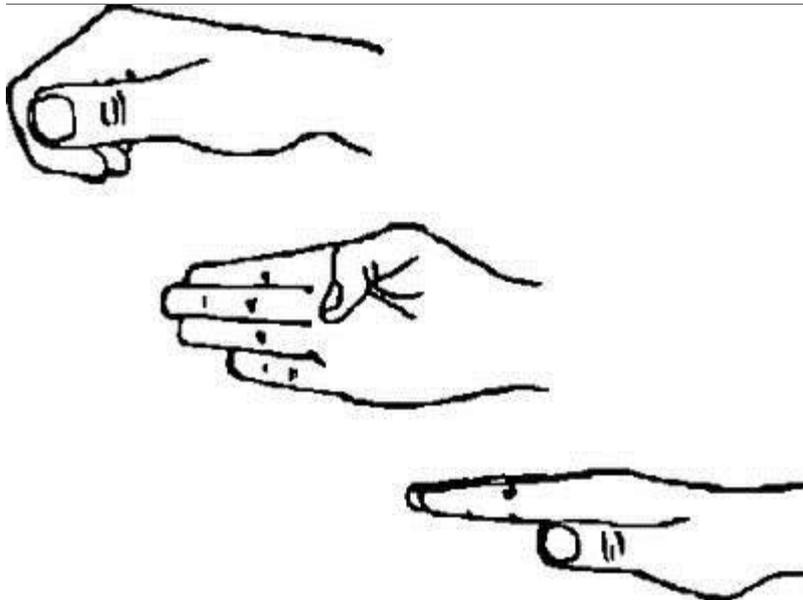
Приложение 2

Кинезиологические упражнения

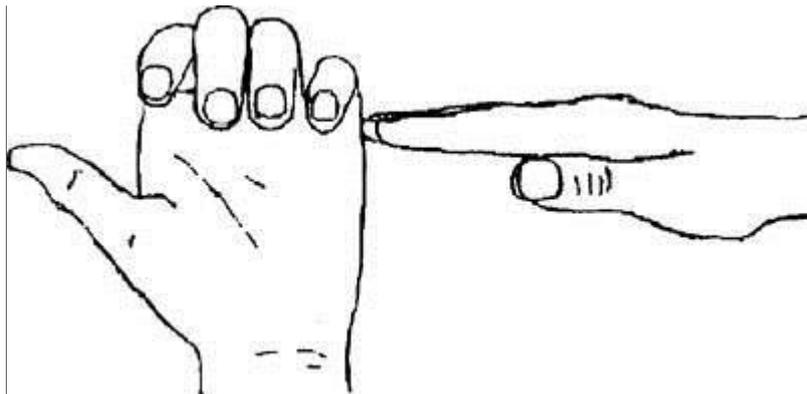
1. **Колечко.** Поочередно и как можно быстрее перебирайте пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем последовательно указательный, средний и т.д. Проба выполняется в прямом и обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. В начале, упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем сразу двумя руками.



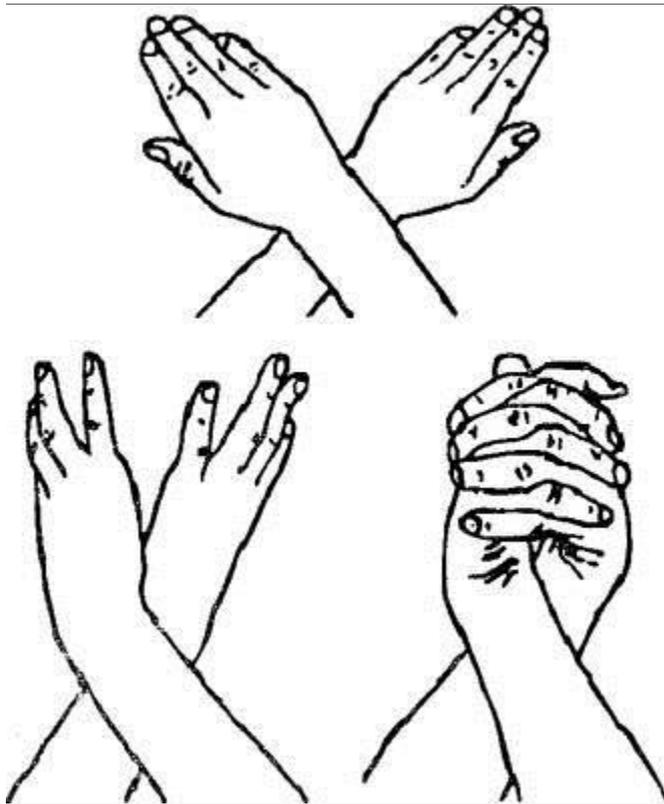
2. **Кулак - ребро - ладонь.** Три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяют друг друга. Ладонь на плоскости, сжатая в кулак ладонь, ладонь ребром на плоскости стола, распрямленная ладонь на плоскости стола. Выполняется сначала правой рукой, потом - левой, затем - двумя руками вместе по 8-10 раз. Можно давать себе команды (кулак - ребро - ладонь).



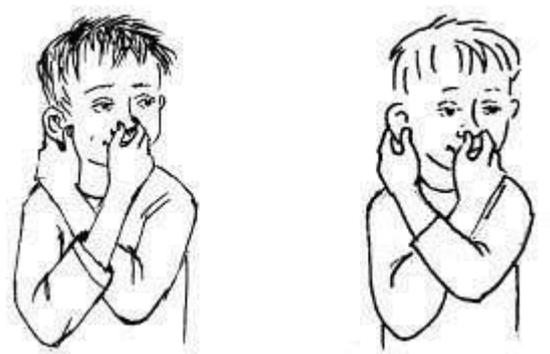
3. **Лезгинка.** Левую руку сложите в кулак, большой палец отставьте в сторону, кулак разверните пальцами к себе. Правой рукой прямой ладонью в горизонтальном положении прикоснитесь к мизинцу левой. После этого одновременно смените положение правой и левой рук. Повторить 6-8 раз.



4. **Змейка.** Скрестите руки ладонями друг к другу, сцепите пальцы в замок, выверните руки к себе. Двигайте пальцем, который укажет ведущий. Палец должен двигаться точно и четко. Прикасаться к пальцу нельзя. Последовательно в упражнении должны участвовать все пальцы обеих рук.



5. **Ухо - нос.**левой рукой возьмитесь за кончик носа, а правой рукой - за противоположное ухо. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью наоборот».



6. Расправьте пальцы левой руки, слегка нажав точку концентрации внимания, расположенную в середине ладони, большим пальцем правой руки. Повторите это 5 раз.

При нажатии сделайте выдох, а при ослаблении вдох. Потом сделайте тоже самое для правой руки.

1. «Снеговик»

1. *Растяжки*

Представьте, что каждый из вас только что слепленный снеговик. Тело твердое, как замерзший снег. Пришла весна, пригрело солнце, и снеговик начал таять. Сначала «тает» и повисает голова, затем опускаются плечи, расслабляются руки и т. д. В конце упражнения ребенок мягко падает на пол и изображает лужицу воды. Необходимо расслабиться. Пригрело солнышко, вода в лужице стала испаряться и превратилась в легкое облачко. Дует ветер и гонит облачко по небу.

2. «Дерево»

Исходное положение – сидя на корточках. Спрятать голову в колени, обхватить их руками. Представьте, что вы - семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно поднимитесь на ноги, затем распрямите туловище, вытяните руки вверх. Затем напрягите тело и вытянитесь. Подул ветер – вы раскачиваетесь, как дерево.

3. «Тряпичная кукла и солдат»

Исходное положение – стоя. Полностью выпрямитесь и вытянитесь в струнку как солдат. Застыньте в этой позе, как будто вы одеревенели, и не двигайтесь. Теперь наклонитесь вперед и расставьте руки, чтобы они болтались как тряпки. Станьте такими же мягкими и подвижными, как тряпичная кукла. Слегка согните колени и почувствуйте, как ваши кости становятся мягкими, а суставы очень подвижными. Теперь снова покажите солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева. Дети попеременно бывают то солдатом, то куклой, до тех пор, пока вы не почувствуете, что они уже вполне расслабились.

4. «Сорви яблоки»

Исходное положение – стоя. Представьте себе, что перед каждым из вас растет яблоня с чудесными большими яблоками. Яблоки висят прямо над головой, но без труда достать их не удастся. Посмотрите на яблоню, видите, вверху справа висит большое яблоко. Потянитесь правой рукой как можно выше, поднимитесь на цыпочки и сделайте резкий вдох. Теперь срывайте яблоко. Нагнитесь и положите яблоко в небольшую корзину, стоящую на земле. Теперь медленно выдохните.

Выпрямитесь и посмотрите налево вверх. Там висят два чудесных яблока. Сначала дотянитесь туда правой рукой, поднимитесь на цыпочки, вдохните и сорвите одно яблоко. Затем поднимите как можно выше левую руку и сорвите другое яблоко, которое там висит. Теперь наклонитесь вперед, положите оба яблока в стоящую перед собой корзину и выдохните. Теперь вы знаете, что вас нужно делать. Используйте обе руки попеременно, чтобы собирать висящие слева и справа от вас прекрасные большие яблоки и складывайте их в корзину.

2. Дыхательные упражнения

1. «Свеча»

Исходное положение – сидя за столом. Представьте, что перед вами стоит большая свеча. Сделайте глубокий вдох и постарайтесь одним выдохом задуть свечу. А теперь представьте перед собой 5 маленьких свечек. Сделайте глубокий вдох и задуйте эти свечи маленькими порциями выдоха.

2. «Дышим носом»

Подыши одной ноздрей, И придет к тебе покой. Исходное положение – о. с. 1 - правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки, левой делать тихий, продолжительный вдох; 2 - как только вдох окончен, открыть правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным освобождением от воздуха легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх.

3. «Ныряльщик»

Исходное положение – стоя. Сделайте глубокий вдох, задержать дыхание, при этом закрыть нос пальцами. Присесть, как бы нырнуть в воду. Досчитать до 5 и вынырнуть – открыть нос и сделать выдох.

4. «Надуй шарик»

Исходное положение - лежа на спине. Детям расслабить мышцы живота, начать вдох, надувая в животе воображаемый шарик, например, красного цвета (цвета необходимо менять). Пауза - задержка дыхания. Выдох - втянуть живот как можно сильнее. Пауза - вдох, при этом губы вытягиваются трубочкой и с шумом «пьют» воздух.

5. «Дыхание»

Тихо-тихо мы подышим, Сердце мы свое услышим.

И. п. - о. с. 1- медленный вдох через нос, когда грудная клетка начнет расширяться

— прекратить вдох и сделать паузу длительностью 4с; 2 — плавный выдох через нос.

6. «Губы трубочкой»

Чтобы правильно дышать,

Нужно воздух нам глотать. И. п. - о. с.

1. — полный вдох через нос, втягивая живот;
2. — губы сложить «трубочкой», резко втянуть воздух, заполнив им все легкие до отказа;
3. — сделать глотательное движение, как бы глотая воздух;
4. — пауза в течение 2-3 с, затем поднять голову вверх и выдохнуть воздух через нос плавно и медленно.

3. Телесные упражнения

1. «Перекрестное марширование»

Любим мы
маршировать, Руки,
ноги поднимать.

Нужно шагать, высоко поднимая колени попеременно касаясь правой и левой рукой по противоположной ноге. Сделать 6 пар движений. Затем, шагать касаясь рукой одноименного колена. Сделать 6 пар движений. Закончить касаниями по противоположной ноге.

2. «Мельница»

Рука и противоположная нога вращаются круговыми движениями сначала вперед, затем назад, одновременно с вращением глаз вправо, влево, вверх, вниз. Время выполнения 1-2 минуты. Дыхание произвольное.

3. «Паровозик»

Правую руку положить под левую ключицу, одновременно делая 10 кругов согнутой в локтевом суставе левой рукой и плечом вперед, затем столько же назад. Поменять положение рук и повторить упражнение.

4. «Робот»

Встать лицом к стене, ноги на ширине плеч, ладони лежат на стене на уровне глаз. Передвигаться вдоль стены вправо, а затем влево приставными шагами, руки и ноги должны двигаться параллельно, а затем передвигаться, используя противоположные руки и ноги.

5. «Маршировка»

Выполнять лучше под ритмичную музыку. Шагать на месте. При этом шаг левой ногой сопровождается взмахом левой руки. Шаг правой ногой сопровождается взмахом правой руки.

6. «Колено – локоть»

Стоя. Поднять и согнуть левую ногу в колене, локтем правой руки дотронуться до колена левой ноги, затем тоже с правой ногой и левой рукой. Повторить упражнение 8–10 раз.

7. «Яйцо»

Спрячемся от всех забот, только мама нас найдет. Сесть на пол, подтянуть колени к животу, обхватить их руками, голову спрятать в колени. Раскачиваться из стороны в сторону, стараясь расслабиться.

8. «Дерево»

Мы растем, растем, растем и до неба достаем. Сидя на корточках, стряпать голову в колени, колени обхватить руками. Это — семечко, которое постепенно прорастает и превращается в дерево. Медленно подняться на ноги, затем распрямить туловище, вытянуть руки вверх. Подул ветер — раскачивать тело, имитируя дерево. (10 раз)

9. «Крюки».

Можно выполнять стоя, сидя, лежа. Скрестите лодыжки ног, как удобно. Затем вытяните руки вперед, скрестив ладони друг к другу, сцепив пальцы в замок, вывернуть руки внутрь на уровне груди так, чтобы локти были направлены вниз.

10. «Повороты шеи».

Поворачивайте голову медленно из стороны в бок, дышите медленно. Подбородок должен быть опущен как можно ниже. Расслабьте плечи. Поворачивайте головой сначала с открытыми глазами, потом с закрытыми.

4. Упражнения на релаксацию

1. «Дирижер»

Встаньте, потянитесь и приготовьтесь слушать музыку, которую я сейчас включу. Сейчас мы будем не просто слушать музыку – каждый из вас представит себя дирижером, который руководит большим оркестром (включается музыка).

Представьте себе энергию, которая течет сквозь тело дирижера, когда он слышит все инструменты и ведет их к чудесной общей гармонии. Если хотите, можете слушать с закрытыми глазами. Обратите внимание на то, как вы сами при этом наполняетесь жизненной силой. Вслушивайтесь в музыку и начинайте в такт ей двигать руками, как будто вы управляете оркестром. Двигайте теперь еще и локтями и всей рукой целиком... Пусть в то время как вы дирижируете, музыка течет через все ваше тело. Дирижируйте всем своим телом и реагируйте на слышимые вами звуки каждый раз по – новому. Вы можете гордиться тем, что у вас такой хороший оркестр! Сейчас музыка кончится. Откройте глаза и устройте себе самому и своему оркестру бурные аплодисменты за столь превосходный концерт.

2. «Путешествие на облаке»

Сядьте удобнее и закройте глаза. Два – три раза глубоко вдохните и выдохните... Я хочу пригласить вас в путешествие на облаке. Прыгните на белое пушистое облако, похожее на мягкую гору из пухлых подушек. Почувствуй, как ваши ноги, спина, попка удобно расположились на этой большой облачной подушке.

Теперь начинается путешествие. Облако медленно поднимается в синее небо. Чувствуете, как ветер овеивает ваши лица? Здесь, высоко в небе, все спокойно и тихо. Пусть облако перенесет вас сейчас в такое место, где вы будете счастливы. Постарайтесь мысленно увидеть это место как можно более точно. Здесь вы чувствуете себя совершенно спокойно и счастливо. Здесь может произойти что – нибудь чудесное и волшебное... Теперь вы снова на своем облаке, и оно везет вас назад, на ваше место в классе. Слезьте с облака и поблагодарите его за то, что оно так хорошо вас покатило. Теперь понаблюдайте, как оно медленно растает в воздухе. Потянитесь, выпрямитесь и снова будьте бодрыми, свежими и внимательными.

3. Релаксация «Ковер-самолет»

Исходное положение - лежа на спине, глаза закрыть, при этом играет. Мы ложимся на волшебный ковер-самолет. Он плавно и медленно поднимается, несет нас по небу, тихонечко покачивает. Ветерок нежно обдувает усталые тела, все отдыхают... Далеко внизу проплывают дома, поля, леса, реки и озера... Постепенно ковер-самолет начинает снижение и приземляется в нашей группе (пауза)... Потягиваемся, делаем глубокий вдох и выдох, открываем глаза, медленно и аккуратно садимся.

5. Упражнения для развития мелкой моторики

1. «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 пары пальцев. (10 раз)

2. «Ладонка»

Пальцами правой руки с усилием нажать на ладонь левой руки, которая должна сопротивляться. То же для другой руки. (10 раз)

3. «Лезгинка»

Любим ручками
играть И
лезгинку
танцевать.

Левая рука сложена в кулак, большой палец отставлен в сторону, кулак развернут пальцами к себе. Правая рука прямой ладонью в горизонтальном положении прикасается к мизинцу левой. После этого одновременно происходит смена правой и левой рук в течении 6-8 раз.

4. «Ухо-нос»

Левой рукой взяться за кончик носа, правой - за противоположное ухо, затем одновременно опустить руки, хлопнуть в ладоши и поменять их положение.

5. «Симметричные рисунки»

Рисовать в воздухе обеими руками зеркально симметричные рисунки (начинать лучше с круглого предмета: яблоко, арбуз и т. д. Главное, чтобы ребенок смотрел во время "рисования" на свою руку).

6. «Зеркальное рисование»

Рисовать на листе бумаги одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы.

7. «Кулак - ребро-ладонь»

Ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром на столе, распрямленная ладонь на столе. Выполняется сначала правой рукой, затем - левой, потом – двумя руками вместе.

6. Глазодвигательные упражнения

1. «Взгляд влево вверх»

Правой рукой зафиксировать голову за подбородок. Взять в левую руку карандаш или ручку и вытянуть ее в сторону вверх под углом в 45 градусов так, чтобы, закрыв левый глаз, правым нельзя было видеть предмет в левой руке. После этого начинают делать упражнение в течение 7 секунд. Смотрят на карандаш в левой руке, затем меняют взгляд на “прямо перед собой”. (7 сек.). Упражнение выполняют 3 раза. Затем карандаш берут в правую руку и упражнение повторяется.

2. «Горизонтальная восьмерка»

Вытянуть перед собой правую руку на уровне глаз, пальцы сжать в кулак, оставив средний и указательный пальцы вытянутыми. Нарисовать в воздухе горизонтальную восьмерку как можно большего размера. Рисовать начинать с центра и следить глазами за кончиками пальцев, не поворачивая головы. Затем подключить язык, т.е. одновременно с глазами следить за движением пальцев хорошо выдвинутым изо рта языком.

3. «Слон»

Стоя. Встаньте в расслабленную позу. Колени слегка согнуты. Наклоните голову к плечу. От этого плеча вытяните руку вперед, как хобот. Рука рисует «Ленивую восьмёрку», начиная от центра зрительного поля вверх и против часовой стрелки; при этом глаза следят за движением кончиков пальцев. Упражнение выполнять медленно от трёх до пяти раз левой рукой, прижатой к левому уху, и столько же раз правой рукой, прижатой к правому уху.

4. «Глаз – путешественник»

Развесить в разных углах и по стенам группы различные рисунки игрушек, животных и т.д. Исходное положение – стоя. Не поворачивая головы найти глазами тот или иной предмет названный воспитателем.

5. «Глазки»

Чтобы зоркость не
терять, Нужно
глазками вращать.
Вращать глазами по кругу по 2-3 секунды. (6 раз)

6. «Глазки»

Зорче глазки чтоб
глядели, разотрем их
поскорее.
Массировать верхние и нижние веки, не закрывая глаз. (1 мин.)

7. «Глазки»

Нарисуем большой
круг И осмотрим
все вокруг.

Глазами и выдвинутым языком делать совместные движения, вращая их по кругу (из стороны в сторону).

8. «Глазки»

Чтобы зоркими нам
стать,
Нужно на глаза
нажать.

Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхние веко соответствующего глаза и держать 1-2 секунда.

Приложение 3

Подвижные игры с речевым сопровождением

«УЛЕТАЮТ ЖУРАВЛИ»

Задачи: развивать ритмичность и интонационную выразительность речи, координацию речи с движениями.

Описание: Дети образуют круг, становятся друг за другом на небольшом расстоянии.

Улетают журавли

Бегут по кругу, плавно взмахивая руками.

Далеко, за край земли,

За поля и за луга,

Выполняют подскоки с ноги на ногу, руки на поясе.

За высокие стога.

В платье ярко-золотом

Шагают по кругу друг за другом.

Бродит осень за ручьем.

Листья по ветру летят,

Останавливаются. Выполняют наклоны вправо-влево

Журавлей догнать хотят.

(по 4 в каждую сторону).

Улетают журавли

Скрещивают руки над головой несколько раз подряд.

Далеко за край земли.

Побывать бы с ними мне

Хлопают в ладоши.

В теплой сказочной стране.

Улетают журавли,

Медленно, плавно поднимают руки в стороны, вверх,

В небе тают журавли *затем опускают вниз (2 раза).*
В край далекий, голубой *Левую руку на пояс, правую «козырьком» ко лбу- смотрят вдаль.*
Не берут меня с собой. *Наклоняются вперед, руки вперед – в стороны.*

«ГУЛЯЛА ДЕВОЧКА В ЛЕСУ»

Задачи: развивать ритмичность речи, координацию движений с речью; воспитывать правильный умеренный темп речи.

Описание: Дети становятся по кругу друг за другом на небольшом расстоянии друг от друга, слушают стихотворение и выполняют движения вслед за педагогом.

Гуляла девочка в лесу *Шагают на месте, энергично взмахивая
руками.*

Погожим утром ранним.

Сбивала прутиком росу *Выполняют повороты вправо-влево, руки
на поясе.*

На ягодной поляне.

Венки пахучие плела *Выполняют наклоны вперед, отводят руки
назад*

Да землянику ела..... *(2 раза).*

Гуляла девочка в лесу *Шагают на месте, энергично взмахивая
руками.*

И потихоньку пела:

«Свети нам, солнышко, свети!» *Выполняют «пружинку», руками – скрестные
движения над головой.*

Легко с тобой живется.

И даже песенка в пути

Сама собой поется»...

Глядит, далеко забрела *Приседают, обнимают колени руками.*

Да и устала малость.

Пора. И девочка ушла. *Поднимаются, руки через стороны поднимают вверх.*

А песенка осталась.

Листва и звонкий ручеек. *Покачивают руками вперед-назад.*

Что падает на камень,

Поют по-своему ее
С лесными ветерками.

Хлопают в ладоши.

«ШЛА ГУЛЯТЬ СОРОКОНОЖКА»

Задачи: развивать ритмичность речи, ее интонационную выразительность, координацию речи с движениями.

Описание: Дети становятся в круг, педагог – в центр круга. Взрослый показывает движения, которые дети повторяют вслед за ним.

Шла гулять сороконожка,

Шагают на месте, энергично взмахивая руками.

Да под дождь попала крошка.

На погоду рассердилась

Постукивают кулачками друг о друга.

И к сапожнику явилась:

«Срочно мне нужны сапожки,

Топают правой ногой, руки на поясе.

Чтоб мои не мокли ножки.

Двадцать пар скорей –скорей

То же левой ногой.

Мне к обеду срочно сшей»

Кто же сможет – вот удар-

Пожимают плечами –«удивляются»,

Сшить к обеду двадцать пар?!

Руки вниз –в стороны (2 раза).

Но сапожник не протак,

Грозят указательным пальцем правой руки.

Говорит: «Поступим так.

*Выполняют наклон вперед, руки вперед – в стороны (4
раза).*

Весь мой обуви запас

Предоставлю я для вас.

Все добротно и удобно,

Для прогулок бесподобно!»

...Есть обувка и одежка,

Шагают на месте, энергично взмахивая руками.

В парк спешит сороконожка.

Превосходный результат-

Хлопают в ладоши.

Все на ножки ей глядят.

Там сапожки с каблуками,

Выставляют попеременно на пятку правую,

И ботинки со шнурками,

затем левую ногу, руки на поясе.

И сандалии с подковкой,

И кроссовки очень ловки,

Тапочки из кожи,

Притопывают ногами на месте, руки на поясе.

Пара босоножек,
Туфельки из ткани,
Шлепанцы для бани.

Где прошла сороконожка,
Там протоптана дорожка.

Хлопают в ладоши.

Выполняют наклон вниз, руки вперед – в стороны.

«К НАМ ПРИХОДИТ НОВЫЙ ГОД»

Задачи: воспитывать правильный умеренный темп речи (по подражанию педагогу), развивать интонационную выразительность речи, координацию движений с речью.

Дети встают по кругу друг за другом на небольшом расстоянии.

Хорошо, что каждый год
К нам приходит Новый год,

*Двигаются на поскоках по кругу друг за другом,
взмахивая руками вперед-назад.*

Зажигает нашу елку

Останавливаются, поднимают руки вверх.

И заводит хоровод

Кружатся на месте, руки к плечам.

Ну-ка, шире, шире круг,

Отходит назад от центра круга (4 шага).

Выходи смелее, друг,

Идут к центру круга (4 шага).

Веселей в ладоши хлопай,

Хлопают в ладоши.

Не жалея сегодня рук.

Мы под елкой плясать

Прыгают на месте на двух ногах, руки на поясе.

Можем целых три часа

И нисколько не устанем –

Шагают на месте.

Вот такие чудеса!

Если танца будет мало,

Выполняют «пружинку», руки на поясе.

Есть у танца поворот:

*Выполняют поворот в правую, затем в левую сторону,
Руки на поясе.*

Мы танцуем все сначала,

Хлопают в ладоши.

А потом наоборот!

ПРАЗДНИК МАМ

(в спортивном зале и на прогулке)

Задачи: развивать ритмичность и интонационную выразительность речи, координацию движений с речью; обогащать двигательный опыт детей.

Описание: Дети встают в круг на небольшом расстоянии друг от друга лицом к центру

круга.

Сегодня день особенный,

Сегодня праздник мам -

На юге и на севере -

Везде, и тут и там.

Звенят ручьи весенние

И подпевают нам -

На юге и на севере -

Везде, и тут и там.

Кричат грачи проворные,

Рассевшись по ветвям, -

На юге и на севере

Везде, и тут и там.

Все ярче светит солнышко

В честь наших добрых мам –

На юге и на севере-

Везде, и тут и там.

Хлопают в ладоши.

Поднимают руки вверх – в стороны.

Выполняют повороты вправо-влево, руки на поясе.

Выполняют «пружинку», одновременно покачивая

руками вперед-назад.

Выполняют повороты вправо-влево, руки на поясе.

Разводят руки в стороны, выполняют взмахи руками,

как крыльями.

Выполняют повороты вправо-влево, руки на поясе.

Выполняют скрестные движения руками над головой.

Приложение 4

Анкета «Удовлетворённость обучающихся образовательным процессом»

Руководитель _____

Кружок _____

Возраст обучающихся _____

Количество детей, принявших участие в анкетировании _____

№	Образовательные потребности и мотивы для занятий	Степень удовлетворённости	
		Да	Нет
1.	Интересно ли тебе на занятиях?		

2.	Активен ли ты на занятиях?		
3.	Всё ли тебе доступно и понятно в процессе обучения?		
4.	Удовлетворён ли ты разнообразием форм работы на занятиях?		
5.	Чувствуешь ли ты себя желанным обучающимся на занятиях?		