Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад открытий и изобретений «Эврика» г. Перми



|  |
| --- |
| Принято на педагогическом совете  МАДОУ «Эврика» г. Перми  Протокол № от г. |

|  |
| --- |
| Утверждено:  заведующим МАДОУ «Эврика» г. Перми  О.В. Провковой  от |

**Программа**

**краткосрочной образовательной практики**

**для детей 5-7 лет**

**нейрогимнастические упражнения для гармоничного развития детей**

**старшего дошкольного возраста**

***«Нейромяч»***

Автор-разработчик

Инструктор по физкультуре

Башкина Ольга Валентиновна

Пермь,2022 г.

**Аннотация для родителей:**

Ребенок научится самостоятельно применять кинезеологические упражнения с мячами в свободной деятельности для развития своего интеллекта и снятия мускульной зажатости в стрессовых ситуациях. Используются разнотипные и однотипные движения рук включаются все 5 пальцев каждой руки, используются движения на сжатие, растяжение и расслабление мышц.

**Цель:** знакомство с различными видами мячей и их свойствами, установление связей между свойствами мяча и органами чувств *(зрение, осязание)*, улучшение координации движений и моторной неловкости детей.

**Количество занятий:** 2

**Количество детей:** 6 человек

**Возраст детей**: 5-7 лет

**Перечень материалов и оборудования:** теннисные мячи, су-джок мячи, мячи различной степени жесткости

**Предполагаемые результаты:** Умение выполнять упражнения без ошибок, удерживая мяч, в движении.

Тематический план

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема встречи | Задачи встречи | Содержание |
| 1 | «Знакомство с разными видами мячей и способами манипуляции с ними | Познакомить детей с тактильными ощущениями при захвате разных видов мячей | 1. «Обезьянка», мяч захватываем сверху, задействуя все пальцы (цель: почувствовать работу кисти руки). (поочередно меняем мячи, теннисный, су-джок, резиновый малый)  2. «Стаканчик», мяч захватывается тем же движением, когда мы держим стакан, с боков мяч захватывается с одной стороны большим пальцем, с другой стороны всеми оставшимися пальцами (цель вся рука включена в работу).  3. «Шашечка», мяч бросаем «обезьянкой», ловим, подставляя ладонь снизу, под мяч.  4. «Перебрасывания», мяч перебрасываем из руки в руку через пол или навесу перед собой, обязательное условие: отслеживание мяча глазами.  5. «Передача мяча» (из руки в руку по направлениям)  Над головой, за спиной, перед животом, под коленями |
| 2 | «Совершенствование и усложнение кинезиологических упражнений с мячами» | Закрепить упражнения, полученные на первом занятии, переходя на более мелкие мячики и упражнения мелкой моторики | 1. «Обезьянка», мяч захватываем сверху, задействуя все пальцы (цель: почувствовать работу кисти руки). (поочередно меняем мячи, теннисный, су-джок, резиновый малый, перемещая и захватывая пальчиками.  2. «Стаканчик», мяч захватывается тем же движением, когда мы держим стакан, с боков мяч захватывается с одной стороны большим пальцем, с другой стороны всеми оставшимися пальцами (цель вся рука включена в работу, добавляем поочередность захвата левой и правой рукой).  3. «Перебрасывания», мяч перебрасываем из руки в руку через пол или навесу перед собой, обязательное условие: отслеживание мяча глазами.  4. «Передача мяча» (из руки в руку по направлениям) Над головой, за спиной, перед животом, под коленями, усложняем сменой направления и ее очередностью, добавлением ритмичного шага.  5. «Пальчики и мячики» перехватывание пальчиками поочередно большой-указательный, большой-средний…Прокатывание мячика пальчиками  поочередно. |

Приложение

Упражнение «Передача мяча»

 

 

Упражнения «Обезьякна», «Стаканчик»

 

Упражнения с малыми мячиками и пальчиками.

