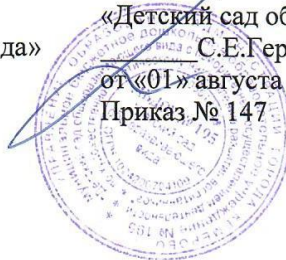


Управление образования администрации Кемеровского городского округа

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 195
«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по
художественно-эстетическому направлению развития воспитанников»

Принята:
Педагогическим советом
МБДОУ № 195
«Детский сад общеразвивающего вида»
от «01» августа 2024 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ № 195
«Детский сад общеразвивающего вида»
С.Е.Гергерт
от «01» августа 2024 г.
Приказ № 147



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
естественно-научной направленности
по обучению основам ментальной арифметики

«Умные счёты»

Возраст обучающихся: 5 – 8 лет
Срок реализации программы: 2 год

Разработчик: Агафонова Я.Б.
воспитатель

г.Кемерово, 2024 г.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель и задачи.....	7
1.3 Содержание программы	8
1.4 Ожидаемые результаты	14
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	16
2.1 Календарный учебный график	16
2.2 Условия реализации программы	19
2.3 Формы контроля.....	20
2.4 Оценочные материалы	20
2.5 Методические материалы	21
Список литературы	24
Приложение	25

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа по обучению основам ментальной арифметики «Умные счеты» носит естественно-научную направленность.

Программа разработана с учетом методических рекомендаций:

- Андреев А., Глущенко Г., Тримасова Н. Ментальная арифметика «Абакус», сложение и вычитание. - Москва, Новосибирск, ООО «Дилер-групп», 2017, 68 с.;

и в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
6. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (протокол заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 7 декабря 2018 г № 3)
7. Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям

воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

8. Устав ДОУ

9. Программа развития МБДОУ № 195 до 2026 года.

Уровень программы – стартовый.

Программа «Ментальная арифметика» имеет два модуля. Содержание первого модуля направлено на формирование и освоение определенных компетенций у групп дошкольников старшего и подготовительного к школе возраста. Второй модуль углубляет уже приобретенные дошкольниками компетенции.

Актуальность данной программы заключается в использовании новых форм обучения устному счёту, с помощью специальных счет – абакус.

Считается, что каждое из полушарий человеческого мозга отвечает за свои направления. Так, правое позволяет развить творчество, образное восприятие и мышление. Левое полушарие в ответе за логическое мышление. Деятельность полушарий активизируется в тот момент, когда человек начинает работать руками. Если активна правая рука, то начинает работать левое полушарие. И наоборот. Человек, работающий левой рукой, способствует активизации работы правого полушария. Достигнуть таких результатов возможно при выполнении математических операций на абакусе обеими руками. Абакус оттачивает и тренирует полушария. Этот предмет позволяет ребенку совершенно свободно вычитать и умножать, складывать и делить, вычислять квадратный и кубический корни.

Программа направлена на обучение детей дошкольного возраста ментальной арифметике – это программа развития умственных способностей и творческого потенциала с помощью арифметических вычислений на японских счетах абакус (соробан) без использования компьютера, калькулятора, письменных принадлежностей, только перекидывая косточки счетов в уме.

Данная программа является адаптированной для детей 5-8-летнего возраста независимо от наличия у них специальных навыков. Ведущая идея

данной программы – развитие способностей, творческого потенциала каждого ребенка и его самореализации. Задания построены «от простого к сложному». Каждое занятие наполнено арифметическими заданиями занимательного характера. В процессе проведения занятий у учащихся появляется реальная возможность, работая в зоне ближайшего развития ребенка, поднять авторитет даже у самого слабо мотивированного учащегося. Отрабатывать арифметические навыки. Подготовить ум для более серьезной работы.

Новизна данной программы определяется инновационным подходом к изучению современных направлений в познавательном развитии детей, и использованием в процессе обучения игровых, сюжетных и интегрированных методов. В рамках программы возможна разработка индивидуальной образовательной траектории для одарённых и высокомотивированных учащихся, что позволяет раскрыть творческий потенциал каждого ребёнка.

Отличительная особенность данной программы состоит в последовательном и дифференцированном изучении материала по соответствующим модулям (первый и второй год обучения).

Программа построена на последовательном прохождении двух этапов. На первом из них происходит ознакомление и овладение техникой выполнения арифметических действий с использованием косточек, во время которых задействованы одновременно две руки. Благодаря этому в процессе участвует как левое, так и правое полушарие. Это позволяет достигнуть максимально быстрого усвоения и выполнения арифметических действий.

Во время прохождения второго этапа учащиеся обучаются ментальному счету, который производится в уме. Ребенок перестает постоянно привязываться к абакусу, что также стимулирует и его воображение. Левые полушария детей воспринимают цифры, а правые – образ костяшек. На этом и основана методика ментального счета. Мозг начинает работать с воображаемым абакусом, воспринимая при этом числа в форме картинок. Выполнение же математического счета ассоциируется с движением косточек. Обучение ментальной арифметике быстрого счета

является очень интересным и увлекательным процессом.

Программа составлена с учетом реализации метапредметных связей по разделам:

1. *«Развитие речи»*. На занятиях используется прием комментированного показа арифметических действий. Использование на занятиях художественного слова: стихотворений, загадок математической направленности. Выполняя практические действия, дошкольники способны усвоить много новых слов и выражений активного и пассивного словаря, развитие коммуникативной функции речи, развитие связной речи.
2. *«Ознакомление с окружающим миром»*. Для занятий подбираются сюжеты близкие опыту ребенка, что позволяют уточнить уже усвоенные им знания, расширить их, применить первые варианты обобщения.
3. *«Сенсорное воспитание»*. Занятия способствуют усвоению знаний о цвете, величине, форме, количестве предметов и их пространственном расположении.
4. *«Музыкальное воспитание»*. Использование музыкальных подвижных игр, музыкального оформления для создания настроения и лучшего понимания образа, выражения собственных чувств.
5. *«Физическая культура»*. Использование физминуток, пальчиковой гимнастики, работа по охране зрения и предупреждению нарушения осанки.

Адресат программы: обучающиеся 5 – 8 лет. Занятия проводятся групповым способом (12 детей), 1 раз в неделю.

Объем и сроки реализации программы. Данная программарассчитана на 2 год обучения, общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы 68 часа.

Режим занятий, периодичность и продолжительность:

Занятия проводятся групповым способом (12 детей), 1 раза в неделю.

Продолжительность занятия с детьми дошкольного возраста – 25 -30 минут.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса:

обучающиеся сформированы в группы одного возраста, являются основным составом секции. Состав группы переменный.

Основной формой организации занятий при реализации данной программы является групповая. Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям, так как в связи с их индивидуальными особенностями результативность в освоении программы может быть различной. Набор на участие в занятиях происходит по желанию родителей (законных представителей) обучающихся с последующим заключением договора.

1.2 Цель и задачи программы.

Целью программы является развитие интеллектуальных способностей детей старшего дошкольного возраста через обучение счету на абакусе.

Задачи программы:

Образовательные (предметные):

- привить интерес учащихся к математике;
- обучить детей приемам устного счета с использованием абакуса;
- расширить знания по математике.

Развивающие (метапредметные):

- способствовать развитию воображения, мелкой моторики;
- развивать математический кругозор, мышление, фотографическую память, внимание, правое и левое полушарие головного мозга, исследовательские и творческие умения учащихся.

Воспитательные (личностные):

- способствовать воспитанию желания и умения взаимодействовать со сверстниками, взрослыми;
- воспитывать настойчивость, инициативу, самостоятельность;

- сформировать ответственность за начатое дело;
- сформировать навыки здорового образа жизни;
- сформировать мотивацию на получение дополнительных знаний.

1.3 Содержание программы

Первый год обучения

№ п/п	Название раздела	Тема занятий	Количество часов			Формы контроля (аттестации)
			Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1.1. «Выявление уровня первичной подготовки детей. Инструктаж по технике безопасности»	2	2	-	Беседа, наблюдение, входная диагностика
2	Знакомство с основами ментальной арифметикой.	2.1. «Знакомство с ментальной арифметикой»	1	0,5	0,5	Выполнение задания в тетради.
		2.2. «Знакомство с абакусом. Набор чисел на абакусе»	1	0,5	0,5	Беседа, наблюдение. Выполнение задания на счётах.
		2.3. «Набор чисел первого разряда на абакусе»	2	0,5	1,5	Беседа, наблюдение. Выполнение задания на счётах.
		2.4. «Учимся считать на абакусе»	3	1	2	Выполнение задания в тетради.
		2.5. «Набор чисел, использование пальцев, пятерка»	3	1	2	Выполнение задания на счётах. Выполнение задания в тетради.
		2.6. «Повторение отображения чисел»	1		1	Выполнение задания в тетради.
		2.7. «Знакомство с флеш-картами. Знакомство с ментальной картой»	2	1	1	Наблюдение. Решение примеров на время.
3	Простое сложение и	3.1. «Помощь брата. Простое сложение. Простое вычитание»	4	2	2	Наблюдение. Решение примеров на время. Текущий контроль в конце пройденной темы.

	вычитание.	3.2. «Сложение с 5 методом «Помощь брата». Формулы добавления чисел 1-4.»	3	1	2	Наблюдение. Выполнение задания на счётах и в тетради.
		3.3. «Вычитание с 5 методом «Помощь брата». Формулы вычитания чисел 1-4.	7	2	5	Выполнение задания на счётах и в тетради.
		3.4. «Сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата». Решение примеров на сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата».	4	1,5	2,5	Выполнение задания на счётах и в тетради.
4	Итоговое занятие	4.1. «Мониторинг»	1		1	Выполнение контрольного задания в тетради.
			34	13	21	

Второй год обучения

№	Название раздела	Тема занятий	Количество часов			Формы контроля (аттестации)
			Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1.1. «Повторение: конструкция абакуса; набор чисел»	2	2	-	Беседа, наблюдение.
2	Смешанные операции.	2.1. «Сравнение групп предметов по количеству»	4	1	3	Наблюдение. Письменный опрос. Текущий контроль в конце пройденной темы.
		2.2. «Сложение и вычитание. Смешанные операции»	4	1	3	Наблюдение. Письменный опрос. Текущий контроль в конце пройденной темы.
		2.3 «Решение примеров на сложение и вычитание методом «Помощь брата».	4	1	3	Выполнение примеров в уме, письменный опрос.
		3.1. «Знакомство с				Выполнение

3	Двухзначные числа.	двухзначными числами. Числа от 10 до 20»	7	3	4	примеров в уме, письменный опрос. Текущий контроль.
		3.2. «Сложение с двухзначных чисел»	4	1,5	2,5	Выполнение примеров в уме, письменный опрос.
		3.3. «Вычитание с двухзначных чисел»	4	1,5	2,5	Выполнение примеров в уме, письменный опрос.
		3.4. «Набор десятков на абакусе. Числа от 20 до 99»	4	1	3	Наблюдение. Выполнение примеров устно, тренировочные карты, ментальные карты.
4	Итоговое занятие	4.1. «Мониторинг»	1	-	1	Беседа, решение примеров, игры, пальчиковая гимнастика.
		Итого:	34	12	22	

Содержание

Первый год обучения

1.1. «Вводное занятие».

Теория: Формирование интереса к занятиям.

Практика: Выявление уровня первичной подготовки детей. Инструктаж по технике безопасности. Диагностика.

2.1. «Знакомство с ментальной арифметикой»

Теория: Понятие «ментальная арифметика». История возникновения ментальной арифметики в Японии и Китае.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Рассматривание

абакуса. Игры со счётами.

2.2. «Знакомство с абакусом. Набор чисел на абакусе»

Теория: Строение абакуса.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Перекладывание косточек.

2.3. «Набор чисел первого разряда на абакусе»

Теория: Как складывать пальцы при передвижении косточек.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Набор чисел на абакусе.

2.4. «Учимся считать на абакусе»

Теория: Строение абакуса. Как складывать пальцы при передвижении косточек.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Набор чисел на абакусе.

2.5. «Набор чисел, использование пальцев, пятерка»

Теория: Строение абакуса. Что такое пятёрка на счётах. Как складывать пальцы при передвижении косточек.

Практика: Физкультминутка. Кинезиологические упражнения. Чтение загадки про числа. Набор чисел на абакусе.

2.6. «Повторение отображения чисел»

Теория: Строение абакуса. Что такое пятёрка на счётах. Как складывать пальцы при передвижении косточек.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Чтение загадки про числа. Набор чисел на абакусе.

2.7. «Знакомство с флеш-картами. Знакомство с ментальной картой»

Теория: Что такое флеш-карта и как ими пользоваться. Что такое ментальная

карта. Способы работы с ментальной картой.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Набор чисел на абакусе с использованием флеш-карт. Выполнение заданий в тетради.

3.1. «Помощь брата. Простое сложение. Простое вычитание»

Теория: Правильная постановка пальцев при простом сложении и вычитании. Обнуление.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Кинезиологические упражнения. Простое сложение и вычитание на счётах и ментальной карте. Выполнение заданий в тетради.

3.2. «Сложение с 5 методом «Помощь брата». Формулы добавления чисел 1-4.»

Теория: Термины и понятия: пятерка – старший брат, другой разряд – друзья.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Набор чисел на абакусе.

3.3. «Вычитание с 5 методом «Помощь брата». Формулы вычитания чисел 1-4.

Теория: Термины и понятия: пятерка – старший брат, другой разряд – друзья.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Набор чисел на абакусе.

3.4. «Сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата». Решение примеров на сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата».

Теория: Термины и понятия: пятерка – старший брат, другой разряд – друзья.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Набор чисел на абакусе.

4.1. «Мониторинг»

Теория: Анализ освоения программы

Практика: Итоговое занятие.

Второй год обучения.

1.1. «Повторение: конструкция абакуса; набор чисел»

Теория: повторение набора чисел на абакусе. Числа на флеш картах.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для глаз. Отображение чисел, набор чисел на счетах. Выполнение заданий в тетради.

2.1. «Сравнение групп предметов по количеству»

Теория: Правильная постановка пальцев при простом сложении и вычитании. Обнуление.

Практика: Кинезиологические упражнения. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Простое сложение и вычитание на счётах и ментальной карте. Выполнение заданий в тетради.

2.2. «Сложение и вычитание. Смешанные операции»

Теория: Строение абакуса. Отображение и набор чисел.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Простое сложение и вычитание на счётах и ментальной карте. Выполнение заданий в тетради.

2.3 «Решение примеров на сложение и вычитание методом «Помощь брата».

Теория: Термины и понятия: пятерка – старший брат, другой разряд – друзья.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Набор чисел на абакусе.

3.1. «Знакомство с двухзначными числами. Числа от 10 до 20»

Теория: Двухзначные числа на абакусе, на флеш-картах. Состав числа 10.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Сложение и вычитание на счётах и ментальной карте с применением известных правил. Ментальный счёт. Выполнение заданий в тетради.

3.2. «Сложение с двухзначных чисел»

Теория: Отображение и набор чисел на абакусе.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Дыхательные упражнения. Сложение на абакусе и ментальной карте с применением новых правил. Ментальный счёт. Выполнение заданий в тетради.

3.3. «Вычитание с двухзначных чисел»

Теория: Отображение и набор чисел на абакусе.

Практика: Физкультминутка. Пальчиковая гимнастика. Упражнения для глаз. Математические загадки. Вычитание на счётах и ментальной карте с применением новых правил. Ментальный счёт. Выполнение заданий в тетради.

3.4. «Набор десятков на абакусе. Числа от 20 до 99»

Теория: Знакомство со счётом с новыми правилами.

Практика: Физкультминутка. Кинезиологические упражнения. Дыхательные упражнения. Сложение при помощи правила на абакусе и ментальной карте. Ментальный счёт. Выполнение заданий в тетради.

4.1. «Мониторинг»

Теория: Анализ освоения программы

Практика: Итоговое занятие.

1.4 Ожидаемые результаты обучения:

Образовательные (предметные):

- Свободно ориентируется в числовом ряду в пределах 100.
- Преобразовывает информацию из одной формы в другую: составляет математические рассказы и задачи на основе простейших математических моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем);

- Находит и формулирует решение задачи с помощью простейших моделей.

Развивающие (метапредметные):

- Расширились познавательные и творческие способности.
- Пополнился активный словарный запас и выражений.

Воспитательные (личностные):

- Владеет навыками общения, коммуникативными компетентностями.
- Владеет навыками групповой деятельности и индивидуальной работы.
- Владеет этическими нормами общения и поведения.

Планируемые результаты освоения программы:

Результаты 1-го года обучения (5-6 лет):

- **Ребенок знает** понятия: цифра, число, разряд, сложение, вычитание.
- Ребенок познакомился со счетами (абакусом), умеет работать на них считая двумя руками одновременно.
- Освоил прием ментального счета.
- Научился держать в уме цепочку из 5 чисел, совершать действия с ними по очереди.
- Ребенок эмоционально вовлекся в работу на занятии.
- Знает арифметические знаки (числа от 1 до 100, знак «+», «-»)
- **Умеет** совершать арифметические действия на абакусе и ментально («+», «-»).

Результаты 2-го года обучения (7-8 лет):

- **Ребенок знает** понятия: цифра, число, разряд, сложение, вычитание.
- Ребенок познакомился со счетами (абак), умеет работать на них считая двумя руками одновременно.
- Может считать примеры на сложение и вычитание, состоящие из цепочки от 10 чисел (состоящих из 1, 2, 3 цифр)
- Знает арифметические знаки (числа от 1 до 100, знак «+», «-»).

- **Ребенок умеет** совершать арифметические действия на абакусе и ментально («+», «-»): цепочка однозначных чисел; цепочка двухзначных чисел.
- Ребенок с легкостью выполняет задания усложненного уровня: упражнения на развитие логического мышления.
- Ребёнок становится внимательным, имеет активную жизненную позицию, повышается самодисциплина.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Первый год обучения

Месяц	Название разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
Сентябрь	1. Вводное занятие. 1.1. Выявление уровня первичной подготовки детей. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-
	2. Знакомство с ментальной арифметикой.			
Октябрь	2.1. Знакомство с ментальной арифметикой	1	0,5	0,5
	2.2. Знакомство с абакусом. Набор чисел на абакусе.	1	0,5	0,5
	2.3. Набор чисел первого разряда на абакусе.	2	0,5	1,5
Ноябрь	2.4. Учимся считать на абакусе.	3	1	2
Декабрь	2.5. Набор чисел, использование пальцев, пятерка.	3	1	2

	2.6. Повторение отображения чисел	1		1
Январь	2.7. Знакомство с флеш-картами. Знакомство с ментальной картой.	2	1	1
Февраль	3. Простое сложение и вычитание. 3.1. Помощь брата. Простое сложение. Простое вычитание.	4	2	2
Март	3.2. Сложение с 5 методом «Помощь брата». Формулы добавления чисел 1-4. Базовые упражнения на сложение с 5. Решение примеров на сложение методом «Помощь брата».	3	1	2
Март-Апрель	3.3. Вычитание с 5 методом «Помощь брата». Формулы вычитания чисел 1-4. Базовые упражнения на вычитание с 5. Выполнение примеров методом «Помощь брата». Сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата». Решение примеров на сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата».	7	2	5
Май	3.4. Сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата». Решение примеров на сложение и вычитание с 5 методом «Помощь брата».	4	1,5	2,5
	4. Итоговое занятие	1		1
		34	13	21

Второй год обучения

Месяц	Название разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
Сентябрь	1. Вводное занятие. 1.1. Повторение: конструкция абакуса; набор чисел.	2	2	-
Октябрь	2. Смешанные операции. 2.1. Сравнение групп предметов по количеству.	4	1	3
Ноябрь	2.2. Сложение и вычитание. Смешанные операции.	4	1	3
Декабрь	2.3. Решение примеров на сложение и вычитание методом «Помощь брата».	4	1	3
Январь-Февраль	3. Двухзначные числа. 3.1. Знакомство с двухзначными числами. Числа от 10 до 20.	7	3	4
Март	3.2. Сложение с двухзначных чисел.	4	1,5	2,5
Апрель	3.3. Вычитание с двухзначных чисел.	4	1,5	2,5
Май	3.4. Набор десятков на			

	абакусе. Числа от 20 до 99.	4	1	3
	4. Итоговое занятие	1	-	1
	Итого:	34	12	22

2.2 Условия реализации программы

Для реализации Программы **созданы материально-технические условия** – это отдельный кабинет, в котором для полноценной работы есть всё необходимое:

1. Компьютер с подключенным интернетом.
2. Принтер цветной печати.
3. Рабочий стол педагога.
4. Столы и стулья для воспитанников.
5. Абакусы на каждого ученика.
6. Наглядные пособия, флеш-карты на каждого ученика.
7. Ментальные карты на каждого ученика.
8. Тетради на каждого ученика.
9. Демонстрационный абакус для педагога.
10. Доска учебная (магнитная).
11. Методическая литература для проведения физкультминуток и дыхательных упражнений, упражнений для глаз.

Материально-техническое оснащение образовательного процесса обеспечивает возможность доступа к информационным ресурсам Интернета, коллекциям медиа-ресурсов на электронных носителях; создания и использования информации; планирования образовательного процесса, фиксирования его реализации в целом и отдельных этапов. Содержание программы ориентировано на детские группы в количестве от 10 до 12 человек.

Информационное обеспечение

Программа дополнительного образования, учебно-методическая литература.

Кадровое обеспечение

Реализация программы осуществляется воспитателем с высшей категорией.

Документы, регламентирующие деятельность педагога:

1. должностная инструкция;
2. дополнительное соглашение к трудовому договору, в котором обозначены права и обязанности сторон, срок действия договора, условия оплаты за оказанные услуги и сведения об исполнителях.
3. перечень документации педагога дополнительного образования:
 - утвержденная дополнительная образовательная программа,
 - сетка дополнительных занятий на учебный год,
 - список обучающихся,
 - табель посещаемости.
4. график работы педагога по дополнительной платной услуге по обучению основам ментальной арифметики «Умные счеты», исключающий предоставление платных услуг в основное рабочее время. С графиком работы, перечнем документации и должностной инструкцией педагога ознакомлен под роспись.

2.3 Формы контроля

Водная диагностика, наблюдение, устный опрос, беседа, игра-викторина, открытое занятие, итоговая диагностика

2.4 Оценочные материалы.

В начале каждого года обучения проводится первичная фиксация уровня знаний, где детям предлагается задания с арифметическими действиями.

Педагог фиксирует индивидуальные способности ребенка по основным навыкам выполнения задания.

В качестве процедур оценивания используется тестирование, зачеты, соревнования, конкурсы и тп. (См. Приложение).

В конце года проводится мониторинг по этим же навыкам, что позволят педагогу проследить динамику уровня усвоения программы.

При реализации данной программы будут использоваться следующие оценочные материалы (См. Приложение).

2.5 Методические материалы

Ведущей формой организации обучения является групповая.

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к детям.

Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 5-8 лет.

Срок реализации программы 2 года.

Формы организации детей:

- групповые;
- командные;
- индивидуальные.

Рекомендуются такие формы ООД:

- учебно-тренирующие;
- сюжетные;
- игровые;
- практические занятия;
- в форме бесед;
- соревнование в решении примеров на время.

Методы обучения:

- *Словесные*: объяснения, в форме образных выражений и сравнений, рассказ, беседы, команды, распоряжения и указания.
- *Наглядные*: показ изучаемого движения в целостном виде, с разделением на части; анализ его с помощью наглядных пособий, видеосюжетов, жестов.
- *Практические*: предусматривают многократное повторение движений сначала по элементам, а затем полностью; обучение в облегченных или усложненных условиях, изучение движений в игровой и соревновательной деятельности, выполнение контрастных движений.

Педагогические технологии: личностно-ориентированное системно-деятельностное обучение, технология индивидуализации обучения, технология разноуровневого обучения, технология дистанционного обучения.

Алгоритм учебного занятия: организационно-мотивационная часть, актуализация знаний по теме, информационная часть, усвоение новых знаний и способов действий, проверка понимания, практические задания с объяснением соответствующих правил, тренировочные упражнения, обобщение и систематизация знаний, анализ успешности достижения цели, рефлексия, итоговая часть.

Структура занятия.

Подготовительная часть занятия.

Мотивация детей.

С учётом возрастных особенностей дошкольников доминирует игровая форма преподнесения материала. Игровые ситуации, дидактические игры, погружение ребёнка то в ситуацию слушателя, то в ситуацию, собеседника придают занятиям динамичность, интригующую загадочность. Затем выдаются абакусы. Важно дать детям поиграть с абакусом. Позволить произвольно подвигать косточки и т.д.

Пальчиковая гимнастика.

Для работы на абакусе в начале каждого занятия детям предложено сделать упражнения сначала правой, затем левой рукой — перекладывание косточек с одновременным проговариванием названия числа. Для этих задач разработана специальная пальчиковая гимнастика перед началом процесса с использованием художественных текстов. Разминка суставов кисти и пальчиков способствует подготовке неокрепших рук к движениям, необходимым в работе с абакусом.

Основная часть занятия – познавательная деятельность.

Связана с содержанием конкретного занятия и включает задания, связанные с использованием абакуса, флеш-карты, ментальной карты, заданий в тетрадях.

Показ преподавателем значения (0) на абакусе (к центральной планке не придвинуты косточки). Дети практикуются правильно обнулять абакус (складываем большой и указательный пальчики птичкой и проводим по центральной планке). Тренировка должна проходить до тех пор, пока у всех детей не начнет получаться правильно обнулять абакус. Затем дети учатся производить простые вычисления на абакусе, не применяя основных правил. После введения правил, вычисления становятся более сложными, работа с ментальными картами способствует развитию быстрого устного счёта ментально

Заключительная часть занятия – Рефлексия (краткий анализ работы, подведение итогов). Педагог вместе с детьми, еще раз проговаривает основные моменты занятия. Соединение индивидуальных и коллективных форм работы способствует решению творческих задач, решение нестандартных задач, совместное обсуждение работ являются хорошим стимулом для дальнейшей деятельности.

Длительность занятий в разных возрастных группах в течение года

Возрастная группа	Максимальное количество детей	Длительность занятий
Старшая (дети 5 – 6 лет)	12	25 мин
Подготовительная (дети 7 – 8 лет)	12	30 мин

Учебный план в разных возрастных группах на учебный год

Год обучения	Количество занятий	
	В неделю	В год
1 год обучения	1	34
2 год обучения	1	34

Список литературы.

Для педагогов:

1. Белошистая А.В. Занятия по развитию математических способностей детей 4-5 лет. М., БИОПРЕСС, 2009г.
2. Бенджамин А. Секреты ментальной математики. 2014— ISBN: N/A.
3. Бенджамин А., Шермер М. «Магия чисел». Моментальные вычисления в уме и другие математические фокусы. Издательство: Манн, Иванов и Фербер, 2013г.
- 2 Депман И.Я. История арифметики. Пособие для учителей. Издание второе, исправленное. М., Просвещение, 1965г.
- 3 М. Кутурги «О счётах у древних греков» («Русский вестник», т. СП, стр. 901 и след.)
4. Эрташ С. Ментальная арифметика. Сложение и вычитание Часть 1,2.
5. Учебное пособие для детей 4-6 лет. Траст, 2015г.

Для родителей и детей:

1. Ганиев Р., Багаутдинов Р. Ментальная арифметика. Знакомство. Траст, 2017г.
2. Малсан Би. Ментальная арифметика. Для всех. Ridero, 2017г.

Электронные ресурсы:

1. www.abakus-center.ru
2. www.advancescenter.kz
3. ru.wikipedia.org/wiki/Арифметика
4. Онлайн платформа Компании «AmaKids», «Mindskills».
5. YouTube «Ментальная арифметика для каждого».
6. Онлайн-тренажер «Абакус»

**Таблица индивидуального мониторинга освоения программы
(диагностическая карта)**

ФИО воспитанника _____ Возраст _____		
Показатели для мониторинга	Уровень на начало учебного года	Уровень на конец учебного года
Эмоциональная вовлеченность ребенка в работу на занятии		
Умение набирать и распознавать числа 1-100 на абакусе (работа двумя руками, работа пальцами)		
Умение складывать и вычитать числа на абакусе простым способом		
Умение складывать и вычитать числа на абакусе с пятеркой методом «Помощь брата»		
Умение складывать и вычитать числа на абакусе с десяткой методом «Помощь друга»		
Умение складывать и вычитать числа на абакусе комбинированным методом		
Ментальный счет		
Сформированы увлеченность, толерантное поведение, готовность и способность вести диалог со сверстниками и педагогом		
Способен к самостоятельному поиску методов решения практических задач		
Скорость выполнения задания/ правильность решения арифметических действий:		
на счётах «Абакус»		
при ментальном счете (скорость, кол-во чисел)		

По каждому критерию выставляются баллы от 1-3, которые суммируются и определяют общий уровень освоения программы на начало года и конец года, в зависимости от которого выстраивается индивидуальная траектория для ребенка для наиболее успешного овладения.

Уровни освоения программы

1 балл - ДОСТАТОЧНЫЙ – ребёнок пассивен в работе. Не владеет основными полученными знаниями.

2 балла - СРЕДНИЙ – ребёнку нравится выполнять задания с числами. Ребёнок допускает ошибки в работе, но исправляет их с небольшой помощью педагога.

3 балла - ВЫСОКИЙ – ребёнок активен при выполнении операции с числами. Самостоятелен при выполнении заданий.

Данные критерии являются основанием лишь для оценки индивидуального развития ребенка. Продвижение в развитии каждого ребенка оценивается только относительно его предшествующих результатов.

Система контроля результативности.

Задачи	Результаты (диагностические показатели)	Формы выявления результатов (процесс - диагностические методы)	Средства фиксации результатов (результат - творческие работы)	Периодичность диагностики (сроки проведения)
Обучающие:	Предметные:	Бланковое тестирование «Тестовые задания по темам программы»	Бланки тестовых заданий по темам программы	В начале и по окончании образовательной программы
Развивающие:	Метапредметные:	Интервью	Аналитические справки по итогам	В начале, в течение и по окончании образовательной программы
		Социометрия	Аналитические справки по итогам	
Воспитательные	Личностные:	Бланковое тестирование «Определение уровня развития личностных качеств учащихся	Информационная карта «Определение уровня развития личностных качеств учащихся	В начале и по окончании образовательной программы
		Анкетирование родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степени удовлетворенности образовательным процессом в объединении»	Анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степени удовлетворенности образовательным процессом в объединении»	По окончании образовательной программы

Оценочные материалы

Формы контроля	Возможные формы и средства выявления результатов	Возможные формы и средства предъявления результатов
Выполнение практических заданий педагога	Информационная карта «Определение уровня развития личностных качеств учащихся»	благодарности/ дипломы за участие/победу в различных мероприятиях, в т.ч. соревнования.
Анализ на каждом занятии качества выполнения работ и приобретенных навыков общения	Анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степени удовлетворенности образовательным процессом в объединении»	контрольные, зачетные работы;
Устный и письменный опрос	Анкета для учащихся	результаты диагностических карт в динамике
Выполнение тестовых заданий Зачет Соревнование	«Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения»;	результаты тестов в динамике;
	Бланки тестовых заданий по темам программы	Выступление учащихся на конкурсах проектов
	Формы: тестирование, анкетирование, анализ публичного выступления, наблюдение, собеседование и т.п.	аналитические справки по итогам образовательной программы; письменные отзывы (детей и родителей) и др.

Контрольно-измерительные материалы

Тест

Основы Ментальной Арифметики

Вопрос №1

Как переводится слово «абакус» с японского языка?

- A) Счетная доска
- B) Книга
- C) Арифметика
- D) Косточки

Вопрос №2

Каким пальчиком набираем нижние косточки на спице единиц?

- A) Указательным
- B) Средним
- C) Большим
- D) Безымянным

Вопрос №3

Из чего состоит абакус?

- A) Рамки со спицами, косточками и перекладины
- B) Рамки со спицами, без косточек, и перекладины
- C) Рамки со спицами, косточками, без перекладины

Вопрос №4

Слева от спицы единиц расположена спица..

Вопрос №5

Верхнюю косточку на спице единиц набираем ... пальчиком

Вопрос №6

Решите пример ментально $+2+2+5-\underline{6}$

- A) 4
- B) 8
- C) 3
- D) 0

Вопрос №7

Решите пример ментально $+3+1-\underline{2}+4$

- A) 6
- B) 1
- C) 2
- D) Ловушка

Правильные ответы, решения к тесту:

Вопрос №1

Правильный ответ — А

Вопрос №2

Правильный ответ — С

Вопрос №3

Правильный ответ — А

Вопрос №4

Правильный ответ — Десятков

Вопрос №5

Правильный ответ — Указательным

Вопрос №6

Правильный ответ — С

Вопрос №7

Правильный ответ — D

Тест

1. Из каких частей состоит абакус?

- А) рамка
- Б) планка (линия ответа)
- В) ряды (спицы)
- Г) земные косточки
- Д) небесные косточки

2. Косточки, которые находятся ниже линии ответа, называются:

- А) земные косточки
- Б) небесные косточки

3. Косточки, которые находятся выше линии ответа, называются:

- А) земные косточки
- Б) небесные косточки

4. Значению какого числа равна небесная косточка?

- А) 1
- Б) 2
- В) 5
- Г) 4

5. Значению какого числа равна одна земная косточка?

- А) 1
- Б) 2
- В) 5
- Г) 4

6. Как правильно прибавлять земные косточки?

- А) указательным пальцем
- Б) средним пальцем
- В) большим пальцем
- Г) мизинцем

7. Как правильно прибавлять небесную косточку?

- А) указательным пальцем
- Б) средним пальцем
- В) большим пальцем
- Г) мизинцем

8. Как правильно отнимать земные косточки?

- А) указательным пальцем
- Б) средним пальцем
- В) большим пальцем
- Г) мизинцем

9. Как правильно отнимать небесную косточку?

- А) указательным пальцем
- Б) средним пальцем
- В) большим пальцем
- Г) мизинцем

10. Решите пример на абакусе и выберите правильный вариант ответа.

$$\underline{\quad\quad\quad} \quad 3+1-2+5-2$$

- А) 3
- Б) 1
- В) 5
- Г) 2

Ответы:
1. А, Б, В,
Г, Д
2. А
3. Б
4. В
5. А
6. В
7. А
8. А
9. А
10. В

2. Промежуточный мониторинг

А) решение на абакусе

Помощь 5. Младшие товарищи +1

8 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	7	1	6	2	7	8	6	8	3
-4	-3	1	-2	2	-3	-4	-2	-4	1
1	1	2	1	1	1	-2	1	1	1
4	-2	1	3	3	2	2	-3	-2	2
-5	1	4	-5	-4	-3	1	2	1	-3
1	1	-5	1	1	1	-3	1	1	4
-2	-3	1	1	2	-4	2	-2	3	-4
4	4	-3	-4	-3	7	1	-1	1	1

Помощь 5. Младшие товарищи -1

8 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	2	9	5	6	7	5	8	2	4
-1	3	-4	-1	-1	2	-1	-4	3	1
2	-1	-1	2	-1	-4	3	1	-1	-1
-1	4	3	-1	2	-1	-2	-1	5	3
-1	-3	-2	-1	-3	3	-1	3	-4	-2
3	-1	-1	4	2	-4	3	-2	-1	-1
-4	5	4	-7	-1	2	-2	-1	3	3
2	-6	-6	4	5	-1	-1	2	-5	-4

Б) Ментальное решение (+/- 2 разряда на нижних косточках)

4 действия

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
22	33	13	21	11	44	23	34	23	44
12	-21	31	13	32	-21	11	-13	11	-12
-21	12	-23	-23	-21	-13	-24	21	-13	-31
30	-22	12	31	12	32	32	-12	21	23

Ответы:**А) решение на абакусе***Помощь 5. Младшие товарищи +1*

8 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7	6	2	1	4	8	5	2	9	5

Помощь 5. Младшие товарищи -1

8 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	3	2	5	9	4	4	6	2	3

Б) Ментальное решение (+/- 2 разряда на нижних косточках)

4 действия

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
43	2	33	42	34	42	42	30	42	24

А) решение на абакусе*Помощь 10. Старшие товарищи +1*

1 разряд 10 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9	5	2	4	3	6	9	8	7	7
1	-1	4	8	3	-4	6	7	5	8
8	9	9	7	5	3	-2	-3	4	-2
-4	6	-1	1	4	-1	4	9	-2	6
-2	1	8	6	-2	4	4	8	6	6
3	8	7	5	8	4	8	1	9	-3
-1	7	1	4	8	7	1	5	1	7
7	-3	6	-2	1	1	7	-1	8	1
7	7	-3	6	9	9	5	7	9	8
5	5	8	6	2	3	3	4	-3	8

2 разряда 5 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
78	26	56	27	95	73	13	17	19	32
-14	15	-35	-13	-32	14	18	24	11	24
-43	18	-12	35	-41	-44	28	18	27	-43
38	11	37	11	17	16	11	21	-12	16
11	-30	11	-30	31	11	-30	-40	-32	11

Б) Ментальное решение. Старшие товарищи +9

1 разряд 5 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2	8	4	3	9	7	3	6	2	5
9	9	1	2	9	-4	4	9	3	-1
4	9	-2	-1	-4	3	9	-2	-1	9
-2	9	9	9	9	9	-3	4	9	9
9	-1	9	9	9	-2	4	9	4	4

2 разряда 4 действия

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14	42	14	12	27	34	76	12	26	17
19	16	49	54	39	11	-53	49	39	49
22	-34	13	19	-14	-24	19	15	-11	-53
-41	19	-42	-71	46	39	13	-63	29	46

Ответы:

А) решение на абакусе

Помощь 10. Старшие товарищи +1

1 разряд 10 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
36	44	41	45	41	32	45	45	44	46

2 разряда 5 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
70	40	57	30	70	70	40	40	13	40

Б) Ментальное решение. Старшие товарищи +9

1 разряд 5 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
22	36	21	22	32	13	17	26	17	26

2 разряда 4 действий

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14	43	34	14	98	60	55	13	83	59

Контрольная работа 1. Прямое +/- 1Д

Ф.И.О. _____

Примеры на абакусе

1Д4Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	9	4	9	8	8	3	7	7	2
-5	-7	-2	-5	-2	-7	-3	1	-7	5
1	6	6	1	-1	5	7	-1	6	2
-2	1	-5	1	3	-6	2	-2	3	-3

1Д5Р

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	5	2	9	1	5	8	9	6	2
-2	3	1	-7	1	2	-7	-6	3	-1
-1	-5	6	-2	2	-3	8	1	-6	2
6	1	-6	4	-3	5	-2	-2	6	1
-5	5	1	-3	6	-5	1	2	-8	-1

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
8	4	3	8	9	9	2	6	4	5
-1	-2	-1	1	-9	-7	-1	1	-3	1
-1	2	-1	-4	4	-1	7	-6	8	-5
-5	-4	1	1	5	2	-7	7	-9	3
7	4	5	-1	-9	-2	2	-5	5	-1

1Д5Р

31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
6	9	4	8	2	7	7	8	8	7
3	-7	5	-8	-1	2	1	1	1	1
-7	-1	-3	3	-1	-3	1	-4	-4	-5
-2	-1	3	-2	3	1	-5	-5	-5	5
9	2	-1	-1	-3	-1	5	8	4	-1

Решено _____

Из них правильно _____

Время _____

**Примеры ментально
1ДЗР**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	5	2	2	5	3	4	5	4	5
6	-5	1	5	2	-2	5	4	-2	2
-3	2	-3	-2	1	-1	-2	-4	-1	-2

1Д4Р

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
4	5	2	1	5	4	6	4	5	3
-2	-5	5	-1	-5	-1	-6	5	2	-1
6	4	-6	6	2	6	3	-4	1	-2
1	5	6	-5	-1	-2	5	-5	-1	3

Решено _____

Из них правильно _____

Время _____

Итог: _____ баллов

Контрольная работа 2. Прямое +/- 2Д
 Ф.И.О. _____

Примеры на абакусе

2Д4Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
15	48	18	6	49	16	9	7	14	15
12	-23	-7	13	-21	11	20	22	15	2
-6	-5	20	20	-7	-5	-11	-15	10	21
18	1	7	-18	11	1	-5	20	-8	-15
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
16	19	18	6	14	8	16	14	16	29
11	-7	21	13	15	11	12	5	-5	-11
-5	21	-14	-17	-17	-7	11	-7	26	-13
10	-11	-5	21	31	31	-21	5	12	32

2Д5Р

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
29	21	47	49	86	47	74	55	35	78
-5	7	-16	-1	-56	-21	-51	24	2	-13
			-					-	
25	-15	3	21	15	2	5	-7	16	12
-13	-2	-13	51	1	51	-16	17	58	-1
3	55	7	11	3	-9	-1	-3	-4	-51

Решено _____

Из них правильно _____

Время _____

Примеры ментально

1Д4Р

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	9	4	9	8	8	3	7	7	2
-5	-7	-2	-5	-2	-7	-3	1	-7	5
1	6	6	1	-1	5	7	-1	6	2
-2	1	-5	1	3	-6	2	-2	3	-3

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
3	5	2	9	1	5	8	9	6	2
-2	3	1	-7	1	2	-7	-6	3	-1
-1	-5	6	-2	2	-3	8	1	-6	2
6	1	-6	4	-3	5	-2	-2	6	1

21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
8	4	3	8	9	9	2	6	4	5
-1	-2	-1	1	-9	-7	-1	1	-3	1
-1	2	-1	-4	4	-1	7	-6	8	-5
-5	-4	1	1	5	2	-7	7	-9	3
7	4	5	-1	-9	-2	2	-5	5	-1

Решено _____

Из них правильно _____

Время _____

Итого: _____ баллов

Кинезиологические упражнения

«Колечко»

Делаем «колечко» — соединяем большой палец с указательным, потом со средним, с безымянным, с мизинцем. И обратно. Ускоряем темп, меняем положение пальцев как можно быстрее.

«Ухо – нос»

Зажимаем левой рукой кончик носа, правой – левое ухо. Нужно одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук. Очень забавное упражнение?

«Лезгинка»

Нужно сжать левую руку в кулак, большой палец отставить в сторону, кулак развернуть пальцами к себе. Ладонью правой руки прикоснуться к мизинцу левой. Меняем положение правой и левой рук, добиваясь высокой скорости смены положений.

«Кулак-ребро-ладонь»

Сжимаем кулак, потом выпрямляем ладонь ребром к столу (перпендикулярно столу), потом ладонь параллельно столу. Упражнение выполняют сначала правой рукой, потом левой, затем двумя руками.

Игры со счетом

«Живой абак»

Дети выступают в роли косточек на абаке. Каждому ребенку присваиваем цифру от 1 до 5. Ребята выстраиваются в линейку, как косточки на спице. На полу между косточкой «5» и остальными проводим воображаемую границу. Учитель дает команды в виде примера: $1+2+1+5-2-1+3=?$

Дети двигаются либо к границе, либо от нее — в зависимости от команды. Потом спрашиваем у детей ответ. Такая игра развивает у детей командный дух и улучшает понимание счета на абаке.

«Счет с закрытыми глазами»

Считаем на абаке, закрыв глаза повязкой. Такая игра позволяет ребенку улучшить ментальный счет.

«Счет под интенсивную музыку»

Считаем ментально и на абаке под любую ритмичную современную песню. Такая игра позволит сконцентрироваться на счете и увеличивает темп счета.

«Счет со скакалкой»

Считаем ментально и скачем на скакалке. Такая игра помогает отучиться от использования рук при счете.

«Съедобные абаки»

Можно сделать с детьми съедобные абаки. Нам потребуются: шпажки — это спицы абака, маршмеллоу, сладкая кукуруза — это косточки абака.

Нанизываем на шпажку маршмеллоу или кукурузу. Делим на верхнюю и нижнюю часть. Выделяем границу. И считаем примеры.

После игры можно будет съесть наши косточки.

Физкультминутки

Физкультминутка 1

*В понедельник я купался (изображаем плавание),
А во вторник — рисовал (изображаем рисование).
В среду долго умывался (умываемся).
А в четверг в футбол играл (бег на месте).
В пятницу я прыгал, бегал (прыгаем),
Очень долго танцевал (кружимся на месте).
А в субботу, воскресенье (хлопки в ладоши)
Целый день я отдыхал (дети садятся на корточки, руки под щеку — засыпают).*

Физкультминутка 2

*Вышли мышки как-то раз (ходьба на месте или продвигаясь вперед в колонне)
Поглядеть, который час (повороты влево, вправо, пальцы «трубочкой» перед глазами).
Раз, два, три, четыре (хлопки над головой в ладоши).
Мышки дернули за гири (руки вверх и приседание с опусканием рук «дернули за гири»)
Вдруг раздался страшный звон (хлопки перед собой),
Убежали мышки вон (бег на месте или к своему месту).*

Нейрогимнастика

Упражнения, пересекающие среднюю линию тела:

- Упражнение «Перекрестные шаги». Ребенок становится прямо, его голова находится по средней линии тела. Нужно одновременно поднимать правую руку и левую ногу, при этом слегка касаясь локтем руки левого колена. Далее возвращаем руку и ногу в исходную позицию, поднимаем левую руку и правую ногу, дотрагиваясь локтем левой руки до другого колена. При выполнении упражнения голова должна оставаться на месте. Выполнять нужно в течение одной минуты.
- Упражнение «Двойной рисунок». Берем в каждую руку карандаш и рисуем на бумаге что угодно, двигая руками одновременно: вверх-вниз, навстречу друг другу и т.д.

Энергетические упражнения:

- Упражнение «Энергетическая зевота». Изображаем зевание, при этом плотно закрывая глаза и массируя зоны соединения челюстей. Данные действия нужно сопровождать глубоким звуком зевания. Продолжительность – пара минут.
- Упражнение «Кнопки мозга». Кладем правую руку на пупок, левую – на нижнее основание ключицы по правую сторону от грудины.левой рукой массируем основание ключицы, держа другую руку на пупке. Затем меняем руки и повторяем действие.

Растягивающие упражнения:

- Упражнение «Сова». Лево́й руко́й захва́тываем мыш́цы пра́вого плеча. Далее поворачиваем голову, чтобы взглянуть назад через левое плечо, делая вдох, сохраняя при этом плечи прямыми. Затем опускаем подбородок на грудь, делаем вдох и расслабляем плечи. Повторяем упражнение с другой рукой.
- Упражнение «Заземлитель». Стоим, разведя ноги в стороны. Правую ступню направляем вправо, а левую прямо вперед. На выдохе сгибаем правое колено, на вдохе – выпрямляем его. Во время упражнения руки должны быть плотно прижаты к пояснице. Количество повторений – 3 раза (для каждой ноги).

Упражнения для повышения позитивного мышления:

- Упражнение «Шляпа мышления». Большими и указательными пальцами рук оттягиваем уши немного назад, расправляя их. Массируем уши, начиная с верхнего края и заканчивая мочкой. Количество повторений – не менее 3
- «Упражнение «Позитивные точки». Прикасаемся кончиками пальцев каждой руки к точкам, которые находятся над центром каждого глаза и на средней линии между бровями и линией роста волос. Прикосновения должны быть легкими (держим пальцы до появления легкой пульсации).

Упражнения по Брейн-фитнесу.

Цель - развитие интегрированных связей между полушариями и отдельными областями головного мозга, для создания новых нейронных связей и упрочения уже имеющихся. Выявить скрытые способности учащегося и расширить границы возможностей деятельности его мозга.

Кинезиологические упражнения (пальцовки)

1 Разогреваем кисти, большую роль уделяем большим пальцам.



2. Растераем ушки начинаем с мочек поднимаясь кверху.



Переходим к упражнениям.

Важно - каждый учащийся работает в комфортном для него темпе.

1. Соединяем палицы между собой и знакомим каждый пальчик, похлопыванием подушечек по 2 раза. От большого пальца к мизинцу и обратно.

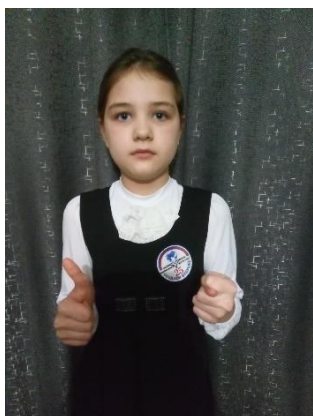
2. Игра «Здравствуйте». Скрещиваем пальцы так, чтобы они наклонялись друг за другом. Сначала медленно, потом постепенно ускоряя темп.



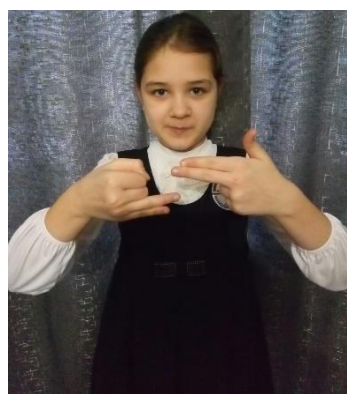
3. Игра «Снежки». Ставим локти на парту. Одну кисть зажимаем в кулак, другую кисть сгибаем под прямым углом, играем в снежки, чередуем кулак – угол.



4. Игра «Хорошо и плохо». Хорошо (собираем пальцы в кулак максимально отгибая большой палец), плохо (загибаем большой палец под указательный). Чередуя «хорошо- плохо», достигаем максимального темпа. Подключаем другую руку.



5. Игра «Пистолетик». Чередуем два нижних пальца и два верхних пальца. Постепенно ускоряем темп и подключаем другую руку.



Разновидность упражнения - игра «Замок»



6. Игра «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 (от указательного пальца к мизинцу) и в обратном (от мизинца к указательному пальцу) порядке. Вначале упражнение выполняется каждой рукой отдельно, затем вместе.



7. Игра «Лесенка». Соединяем подушечка большого пальца одной руки с указательным другой, получаем ромбик. Затем переворачиваем ладонь, поднимаемся вверх. Затем опускаемся вниз.



8. Медленная перекрестная ходьба на месте, при выполнении которой дети попеременно касаются правым локтем левого колена и левым локтем – правого с обязательной фиксацией положения «локоть – колено».



Развитие памяти и концентрации внимания

1.Найти одинаковые предметы. Ученику предлагается изображение с множеством разных картинок, среди которых нужно найти пару одинаковых.

2.Мысленно сложить части геометрических фигур. На бумаге изображены несколько частей одной большой геометрической фигуры. Ниже приводятся варианты того, какой получится фигура при их соединении.

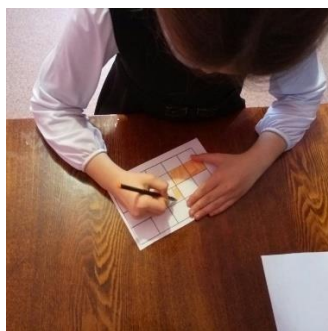
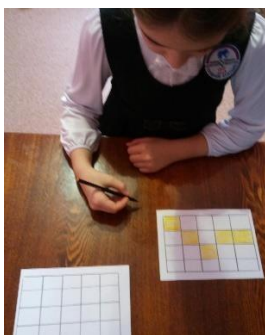


3.Сравнить числа. Поле разделено на две части, и с каждой стороны записаны числа или простые примеры. Ученику нужно быстро их сравнить и выбрать то, что больше. По ходу решения примеры усложняются. Например, сначала даны числа 16 и 45, затем $23+45$ и $27 +59$



4.Матрицы памяти

Направлена на развитие точности памяти, пространственного мышления и визуальной памяти. Тренировка этих способностей позволит легко запоминать новые маршруты и ориентироваться в незнакомой местности. Вам также будет проще работать с диаграммами, формулами и схемами. Развивая точность памяти с помощью игры «Матрица памяти», учащиеся смогут не только запоминать большой объем информации, но и с легкостью воспроизводить его.



5.Рисование двумя руками



Почти все упражнения по Брейн-фитнесу выполняются на скорость, и очень важно отслеживать динамику и сравнивать, сколько времени понадобилось на решение при первой тренировке и как оно изменилось через неделю.