



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

МОУ Детским садом № 279

Н.Б. Попова

Приказ от 01.09.2020 № 119

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«Адаптивная физическая культура»

муниципального дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 279 Красноармейского района Волгограда»

ПРИНЯТА:

на педагогическом совете

Протокол от 28.08.2020

№ 1

Содержание

	ВВЕДЕНИЕ	2
I.	ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.1.1	Цели и задачи Программы	6
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию Программы	7
	Возрастные характеристики.	10
II.	СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1.	Основное содержание образовательной деятельности детей с умственной отсталостью	23
2.2.	Основное содержание образовательной деятельности детей с НОДА	25
2.3.	Основное содержание образовательной деятельности детей с РАС	37
2.4.	Взаимодействие взрослых с детьми	40
2.5	Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников	48
III.	ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1.	Организация развивающей предметно-пространственной среды	49
3.2.	Материально-техническое обеспечение Программы	56
3.3.	Кадровые условия реализации Программы	58
3.4.	Перечень нормативных и нормативно-методических документов	60
3.5.	Перечень литературных источников	91

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155 (далее – Стандарт), предусматривает ряд требований и условий, необходимых для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья: создание условий для диагностики и коррекции нарушений развития и социальной адаптации, оказания ранней коррекционной помощи, разработки и реализации плана индивидуально ориентированных коррекционных мероприятий, обеспечения доступности развивающей предметно-пространственной среды.

По мере расширения сети специальных дошкольных учреждений проблема физического воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья приобрела особую актуальность.

Ранняя и систематическая коррекция двигательных нарушений, осуществляемая в едином комплексе лечебно-педагогических мероприятий, способствует предупреждению и преодолению многих осложняющих нарушений и выявлению компенсаторных возможностей детского мозга. Особую роль в этом процессе играет физическое воспитание.

Данная Программа соответствует требованиям Стандарта, адресована всем участникам образовательных отношений, участвующим в обучении и воспитании детей с особыми образовательными потребностями.

В соответствии с Конституцией Российской Федерации и с учетом Конвенции ООН о правах ребенка Программа ориентирована на сохранение уникальности и самоценности детства при любых вариантах его развития. Уважение личности всех субъектов образовательного процесса – основа реализации Программы.

Программа «Адаптивная физическая культура» спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей образовательного учреждения, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

В Программе учтены концептуальные положения используемых в ДОУ адаптированных программ и авторских пособий по физической культуре:

- Адаптированная образовательная программа дошкольного образования детей с расстройствами аутистического спектра (РАС);
- Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для детей с НОДА;
- «Музыкально-двигательное физическое воспитание дошкольников» Н. А. Фомина, С.Ю. Максимова, Е.П. Прописнова (пособие);
- «Физическое воспитание дошкольников с нарушениями опорно-двигательного аппарата» С.Ю. Максимова (учебно-методическое пособие);

- «Оздоровительно-коррекционные мероприятия в физическом воспитании дошкольников с меотоническим синдромом» (учебно-методическое пособие) С.Ю. Максимова.

Программа составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность ДООУ и соответствует требованиям ФГОС ДО.

Цель Программы – формирование двигательной активности, здорового образа жизни, профилактика заболеваний у детей посредством адаптивной физкультуры.

Социализация детей с ОВЗ и РАС через включение в активную физическую деятельность.

Задачи:

- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков в соответствии с индивидуальными возможностями каждого ребёнка, структурой нарушения развития и степенью выраженности (в соответствии с рекомендациями психолога - медико-педагогического консилиума);

- укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний;

- развитие коммуникативных компетенций, форм и навыков конструктивного личностного общения со сверстниками;

- создание пространства детско-взрослого взаимодействия с учетом ведущей деятельности ребенка;

- оказание консультативной и методической помощи родителям (*законным представителям*) детей с ограниченными возможностями здоровья по вопросам реабилитации, социализации и физического развитию детей.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, 68 часов в год.

Принципы формирования программы:

- принцип постепенного усложнения заданий и речевого материала с учетом «*зоны ближайшего развития*»;

- принцип соблюдения интересов ребёнка: определяет позицию специалиста, который призван решать проблему ребёнка с максимальной пользой и в интересах ребёнка;

принцип вариативности: предполагает создание вариативных условий для получения реабилитационной помощи детям, имеющим различные недостатки в физическом и психическом развитии.

Методы и приёмы применяемые в организации и проведении занятий по адаптивной физической культуре:

Метод практических упражнений:

- выполнение движения в облегчённых условиях;
- использование ориентиров при передвижении (звуковые, осязательные. ,
- использование имитационных упражнений,
- подражательные упражнения,
- использование страховки, помощи и сопровождения, которые дают уверенность ребёнку при выполнении движения,

- изменение в процессе выполнения упражнений таких характеристик как темп, ритм, скорость, направление движения, амплитуда, траектория и т. д. ,
- изменение эмоционального состояния (бег в эстафетах, в подвижных играх, выполнение упражнений с речитативами, различным музыкальным сопровождением и др.)

Метод дистанционного управления:

- относится к методу слова, он предполагает управление действиями ребёнка на расстоянии посредством команд.

Метод наглядности:

занимает особое место, наглядность является одной из специфических особенностей использования методов обучения в процессе ознакомления с предметами и действиями.

Метод стимулирования двигательных действий. Анализ и оценка выполнения правильности движений и многократность способствует сознательному выполнению физических упражнений.

Средства, используемые при реализации программы:

1. физические упражнения;
2. корригирующие упражнения;
3. подвижные игры, элементы спортивных игр;
4. физкультурно - спортивный инвентарь;
5. наглядные средства обучения.

Способы организации детей на занятии – фронтальный, поточный, индивидуальный.

Возрастные характеристики детей с умственной отсталостью и с множественными нарушениями в развитии

Это дети, которые ограниченно понимают обращенную к ним речь взрослого даже в конкретной ситуации, а невербальные средства общения используют фрагментарно при целенаправленном длительном формировании в знакомой ситуации взаимодействия со взрослым. У данной группы детей обращает на себя внимание сочетание умственной отсталости с грубой незрелостью эмоционально-волевой сферы, часто наблюдается эйфория с выраженными нарушениями регуляторной деятельности.

Физическое развитие: у многих детей отмечается диспропорция телосложения, отставание или опережение в росте; в становлении значимых навыков отмечается незавершенность этапов основных движений: ползания, сидения, ходьбы, бега, прыжков, перешагивания, метания и т. п. Формирование основных двигательных навыков происходит с большим трудом: многие сидят (ходят) с поддержкой, проявляют медлительность или суетливость при изменении позы или смены местоположения. Для них характерны трудности в становлении ручной и мелкой моторики: не сформирован правильный захват предмета ладонью и пальцами руки, мелкие действия пальцами рук, практически затруднены.

Дети данного варианта развития демонстрируют качественную положительную динамику психических возможностей на эмоциональном и бытовом уровне, могут включаться в коррекционно-развивающую среду при максимальном использовании технических средств реабилитации (ТСР), которые облегчают им условия контакта с окружающим миром (вертикализаторы, стулья с подпорками, ходунки и коляски для передвижения и др.).

Таким образом, многолетние психолого-педагогические исследования детей дошкольного возраста с нарушением интеллекта показали, что для всех детей характерны как специфические особенности, так и общие закономерности развития: незавершенность в становлении каждого возрастного психологического новообразования, вся деятельность формируется с опозданием и с отклонениями на всех этапах развития. Для них характерно снижение познавательной активности и интереса к окружающему, отсутствие целенаправленной деятельности, наличие трудностей сотрудничества со взрослыми и взаимодействия со сверстниками. У этих детей не возникает своевременно ни один из видов детской деятельности (общение, предметная, игровая, продуктивная), которые призваны стать опорой для всего психического развития в определенном возрастном периоде.

Возрастные характеристики детей с НОДА

У всех детей данной категории ведущими являются двигательные расстройства (задержка формирования, недоразвитие или утрата двигательных функций), которые могут иметь различную степень выраженности.

У некоторых детей с ДЦП осуществление произвольных движений затруднено в первую очередь за счет насильственных движений (гиперкинезов). При этом также имеют место нарушения мышечного тонуса, но, в отличие от спастичности, они характеризуются непостоянством — дистонией, переходом от низкого тонуса к выраженным тоническим спазмам в определенных группах мышц. Наличие у них насильственных движений и тонических спазмов в мышцах верхних конечностей резко затрудняет развитие манипулятивной деятельности и навыков самообслуживания.

При атонически-астатической форме ДЦП двигательные нарушения определяются в первую очередь недостаточностью координации движений, несформированностью реакций равновесия, наличием низкого тонуса во всех группах мышц, недоразвитием выпрямительных рефлексов. В этом случае нередко имеют место пониженная мышечная возбудимость и недостаточная способность мышц к сокращению. Это приводит к трудностям сохранения и восстановления равновесия при движении. Ребенок ходит на широко расставленных ногах, пошатываясь; при попытке захвата предмета движения неточные, несоразмерные, плохо координированные.

У большинства детей отмечается смешанный характер заболевания с сочетанием различных двигательных расстройств.

Частыми у детей с церебральным параличом являются расстройства речи, особенно ее звукопроизносительной стороны, что тесно связано с поражением общей и речевой моторики. Нарушения звукопроизношения проявляются в виде пропусков, искажений и замен звуков, различных нарушений голоса. При спастичности мышцы языка и губ

напряжены, движения их резко ограничены, Нарушения дыхания также увеличивают трудности в звукообразовании.

У детей с насильственными движениями нормальному произношению звуков мешают произвольные и некоординированные движения языка, губ, голосовых связок, дыхательного аппарата.

При нарушении координации движений (атонически-астатическая форма ДЦП) речь медленная, прерывистая, монотонная.

Частыми у детей с церебральным параличом являются расстройства речи, особенно ее звукопроизводительной стороны, что тесно связано с поражением общей и речевой моторики. Нарушения звукопроизношения проявляются в виде пропусков, искажений и замен звуков, различных нарушений голоса. При спастичности мышцы языка и губ напряжены, движения их резко ограничены, Нарушения дыхания также увеличивают трудности в звукообразовании.

Примерно у 20—25% детей с церебральным параличом имеет место умственная отсталость различной степени выраженности, у 20% — эпилептические припадки.

Кроме того, у детей с ДЦП могут наблюдаться отклонения в поведении и развитии личности. Последние в значительной степени определяются условиями воспитания.

Таким образом, дети с церебральным параличом — это дети с множественными нарушениями, среди которых ведущими являются двигательные расстройства.

У детей с насильственными движениями нормальному произношению звуков мешают произвольные и некоординированные движения языка, губ, голосовых связок, дыхательного аппарата.

При нарушении координации движений (атонически-астатическая форма ДЦП) речь медленная, прерывистая, монотонная.

Двигательные нарушения у детей имеют различную степень выраженности:

- при *средней (умеренно выраженной) степени* двигательных нарушений дети владеют ходьбой, но ходят неуверенно, часто с помощью специальных приспособлений (костылей, канадских палочек и т.д.), т.е. самостоятельное передвижение детей затруднено. Навыки самообслуживания у них развиты не полностью из-за нарушений манипулятивных функций рук;

- при *легкой степени* двигательных нарушений дети ходят самостоятельно, уверенно. Они полностью себя обслуживают, достаточно развита манипулятивная деятельность. Однако у них могут наблюдаться неправильные патологические позы и положения, нарушения походки, движения недостаточно ловкие, замедленные. Снижена мышечная сила, имеются недостатки мелкой моторики.

Особенности двигательного стереотипа обычно складываются к 3-м годам, в некоторых случаях дети могут перейти к самостоятельной ходьбе в более поздние сроки.

В области физического развития ребенка основными *задачами образовательной деятельности* являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной

активности;

- коррекция недостатков общей и тонкой моторики;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, направленные на коррекцию недостатков двигательной сферы, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям заниматься разными видами двигательной активности с учетом возможностей детей и рекомендации врача.

Возрастные характеристики детей с РАС

Для ребенка дошкольного возраста фактически невозможна игра со сверстниками, но есть «игра рядом». В то же время, нельзя говорить и об отсутствии потребности в совместной игре. Дети в игре робки, часто очень формально следуют правилам, чем и раздражают сверстников, а это, в свою очередь, усиливает неуверенность в коммуникациях и увеличивает уязвимость ребенка. В игре с трудом учитывается обратная связь (как эмоциональная, так и сюжетная). Естественно, что отмечаются специфические особенности и эмоционального развития детей — повышенная ранимость, тревожность, неуверенность в себе, тормозимость, которая

как бы «прикрывается» внешней отрешенностью. Специфично и наличие страхов, в т.ч. конкретных (страх громкого голоса, внезапного, пусть даже и негромкого звука). Почти всегда наблюдается сверхзависимость от матери, реже от какого-либо другого близко связанного с ним человека. Дети очень привязываются к специалистам, которые с ними занимаются, глубоко переживают прекращение занятий, страдают от этой разлуки. Их можно охарактеризовать, как эмоционально «астеничных», утомляемых.

II Содержательный

Основное содержание образовательной деятельности детей с умственной отсталостью

В данной области Программы рассматриваются условия, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья ребенка, определяются задачи формирования предпосылок и конкретных способов здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.

Основные направления работы по физическому воспитанию: метание, построение, ходьба, бег, ползание, лазание, перелазание, прыжки, общеразвивающие упражнения (упражнения без предметов, упражнения с предметами, упражнения, направленные на формирование правильной осанки, упражнения для развития равновесия, подвижные игры).

Метание – один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе развития движений хватание развивается раньше прямохождения. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движение «от плеча», поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с умственной отсталостью.

Построение – направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

Ходьба – направлена на развитие основных движений ребенка, формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, на совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации. В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

Бег – способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка.

Совместный бег в группе детей закрепляет навыки совместных действий, эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности.

Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

Прыжки – направлены на развитие основных движений ребенка, тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка. Физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо наличие у ребенка развитого брюшного пресса и S-образного изгиба позвоночника. Поэтому прыжки нужно вводить постепенно и очень осторожно. Детей начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и собраться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

Ползание, лазание, перелазание – направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывает положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног; на укрепление внутренних органов и систем. При этом являются одним из важнейших направлений работы, имеющей высокую коррекционную значимость как для физического, так и психического развития ребенка. Общеизвестно, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания. Поэтому одна из задач физического воспитания – восполнить этот пробел в их развитии.

Общеразвивающие упражнения – способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических качеств и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом. В общеразвивающих упражнениях выделяются следующие группы движений:

- упражнения без предметов;
- упражнения с предметами;
- упражнения, направленные на формирование правильной осанки;
- упражнения для развития равновесия.

Подвижные игры – закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми. Подвижные игры создают условия для

формирования у детей ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья. Также в процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников.

Основными задачами обучения и воспитания являются:

от 3-х до 4-х лет:

- формировать у детей интерес к физической культуре и совместным физическим занятиям со сверстниками;
- укреплять состояние здоровья детей;
- формировать правильную осанку у каждого ребенка;
- формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности;
- развивать у детей движения, двигательные качества, физической и умственной работоспособности;
- тренировать у детей сердечно-сосудистую и дыхательную системы, закаливать организм;
- создавать условия в группе для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний;
- осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновения вторичных отклонений в психофизическом развитии ребенка;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого;
- учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции;
- учить детей внимательно смотреть на взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию взрослому;
- учить детей тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу по опорному знаку – стена, веревка, лента, палка;
- учить детей ходить стайкой за воспитателем;
- учить детей ходить друг за другом, держась за веревку рукой;
- учить детей ходить по «дорожке» и «следам»;
- учить переворачиваться из одного положения в другое: лежа на спине, в

положение, лежа на животе и обратно;

- воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх;
- учить детей прыгивать с высоты (с гимнастической доски – высота 10-15 см);
- учить детей ползать по ковровой дорожке, доске, по наклонной доске, залезать на горку с поддержкой взрослого и самостоятельно спускаться с нее;
- учить детей подползать под веревку, под скамейку;
- учить детей удерживаться на перекладине с поддержкой взрослого;
- формировать у детей интерес к движениям в воде, учить не бояться воды и спокойно входить в бассейн, окунаться спокойно в воду;

от 4-х до 5-ти лет:

- учить детей выполнять инструкцию взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию, показу и речевой инструкции взрослого;
- формировать у детей интерес к участию в подвижных играх, знать правила некоторых подвижных игр;
- учить детей бросать мяч в цель двумя руками;
- учить детей ловить мяч среднего размера;
- учить детей строиться и ходить в шеренге по опорному знаку – веревка, лента, палки;
- учить детей ходить по «дорожке» и «следам»;
- учить детей бегать вслед за воспитателем;
- учить детей прыгать на двух ногах на месте, передвигаться прыжками;
- учить детей ползать по гимнастической скамейке;
- формировать у детей умение подползать под скамейку;
- учить детей переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе;
- учить детей подтягиваться на перекладине.

от 5-ти до 6-ти лет:

- учить детей выполнять упражнения по показу, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции (руки вверх, вперед, в стороны, руки за голову, на плечи);
- учить детей ловить и бросать мячи большого и среднего размера;
- учить детей передавать друг другу один большой мяч, стоя в кругу;
- учить детей метать в цель мешочек с песком;
- учить детей ползать по гимнастической скамейке на четвереньках;
- учить детей подлезать и подползать через скамейки, ворота, различные конструкции;
- формировать у детей умение удерживаться и лазить вверх и вниз по гимнастической стенке;
- учить детей ходить по доске и скамейке, вытянув руки в разные стороны

либо вперед;

- учить детей ходить на носках с перешагиванием через палки;
- учить детей ходить, наступая на кубы, «кирпичики», ходить, высоко поднимая колени «как цапля»;
- формировать у детей желание участвовать в коллективных подвижных играх, самостоятельно принимать участие в них, проявлять инициативу при выборе игры;

- учить детей бегать змейкой, прыгать «лягушкой»;
- учить детей передвигаться прыжками вперед;
- учить детей выполнять скрестные движения руками;

от 6-ти до 7 (8-ми) лет:

- учить детей выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- учить детей попадать в цель с расстояния 5 метров;
- продолжать учить детей бросать и ловить мячи разного размера;
- учить детей находить свое место в шеренге по сигналу;
- учить детей ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- учить детей согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- продолжать учить детей перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- учить детей ходить по наклонной гимнастической доске;
- учить детей лазить вверх и вниз по шведской стенке, перелазить на соседний пролет стенки;
- продолжать детей учить езде на велосипеде;
- учить детей ходить и бегать с изменением направления – змейкой, по диагонали;
- закрепить умение у детей прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- продолжать обучить выполнению комплекса упражнений утренней зарядки и разминки в течение дня;
- формировать у детей желание участвовать в знакомой подвижной игре, предлагать сверстникам участвовать в играх;
- продолжать учить детей держаться на воде и плавать;
- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости и полезности его соблюдения.

Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;

- попадать в цель с расстояния 5 метров;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазить вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезать на соседний пролет стенки;
- ездить на велосипеде (трех или двухколесном);
- ходить и бегать с изменением направления - змейкой, по диагонали;
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;
- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;
- держаться на воде, выполнять гребковые движения руками в сочетании с движениями ногами;
- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни.

Основные задачи обучения и воспитания **при формировании представлений о здоровом образе жизни (от 6-ти до 7 (8-ми) лет):**

- формировать у детей представление о человеке как о целостном разумном существе, у которого есть душа, тело, мысли, чувства;
- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости и пользы его соблюдения;
- обучать детей приемам самомассажа и укрепления здоровья через воздействие на биологически активные точки своего организма;
- познакомить детей с ролью подвижных игр и специальных упражнений для снятия усталости и напряжения;
- познакомить детей со значением солнца, света, чистого воздуха и воды и их влиянием на жизнь и здоровье человека;
- познакомить детей с месторасположением и основным назначением позвоночника в жизни человека, обучать правилам соблюдения правильной осанки и приемам расслабления позвоночника в позиции лежа и сидя;

- познакомить детей с приемами правильного дыхания и с элементарными дыхательными упражнениями;

- познакомить детей с правилами ухода за своими зубами, со связью здорового полноценного питания со здоровыми зубами и деснами, с основами рационального питания.

Дети могут научиться:

- выполнять основные гигиенические навыки;
- владеть навыками повседневного ухода за своими зубами (чистить утром и вечером, полоскать после еды);
- выполнять комплекс утренней зарядки;
- показывать месторасположение позвоночника и сердца;
- выполнять элементарные дыхательные упражнения под контролем взрослого;
- перечислить по просьбе взрослого полезные продукты для здоровья человека;
- иметь элементарные представления о роли солнца, света, чистого воздуха и воды для жизни и здоровья человека;
- выполнять 3-4 упражнения для снятия напряжения с глаз;
- использовать приемы самомассажа пальцев рук, кистей и стоп эластичным кольцом, эластичной пружинистой палочкой (су-джок);
- перечислить правила безопасного поведения дома и на улице;
- иметь представление о необходимости заботливого и внимательного отношения к своему здоровью.

Основное содержание образовательной деятельности детей с НОДА

В области физического развития ребенка основными *задачами образовательной деятельности* являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- коррекция недостатков общей и тонкой моторики;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию

гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

В ходе физического воспитания детей с НОДА большое значение приобретает формирование осознанного понимания необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления к двигательной активности, желания участвовать в подвижных и спортивных играх со сверстниками и самим организовывать их.

На занятиях физкультурой реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Этот принцип обеспечивает непрерывность, преемственность и повторность в обучении. Очень важно при подборе упражнений учитывать характер двигательных патологий и опираться на рекомендации врача, которые должны включать не только показания к тем или иным видам упражнений, но и противопоказания, а также рекомендации о характере двигательных нагрузок.

В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

В этот период продолжается развитие физических качеств детей: объема движений, силы, ловкости, выносливости, гибкости, координации движений. Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у детей в различные режимные моменты: на утренней гимнастике, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов и т.п.

Физическое воспитание связано с развитием музыкально-ритмических движений, с занятиями ритмикой, подвижными играми.

Основной формой коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников с НОДА остаются специально организованные занятия, утренняя гимнастика. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик, закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные досуги, спортивные праздники и развлечения. При наличии бассейна детей обучают плаванию, организуя в бассейне спортивные праздники и другие спортивные мероприятия.

Продолжается работа по формированию двигательной активности, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений дети учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Взрослые привлекают детей к посильному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов и т. д.

В этот возрастной период в занятия с детьми с НОДА вводятся различные импровизационные задания, способствующие развитию двигательной креативности детей. Дети под руководством взрослых осваивают элементы аутотренинга.

Содержание образовательной области «Физическое развитие», направленное на становление представлений детей о ценностях здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, на третьей ступени обучения реализуется в разных формах организации работы, прежде всего, в ходе осуществления режимных моментов, самостоятельной деятельности детей при незначительной помощи взрослых.

Представления, умения и навыки детей на этой ступени обучения у детей с НОДА, как и на предыдущих, формируются последовательно-параллельно, расширяясь и уточняясь. Формы и методы работы, многократно повторяясь, предполагают использование различного реального и игрового оборудования, адаптированного к двигательным возможностям детей.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. На этой ступени обучения важно вовлекать детей с НОДА в различные игры-экспериментирования, викторины, игры-этюды, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал и т.п., связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период педагоги разнообразят условия для формирования у детей правильных гигиенических навыков, организуя для этого соответствующую безопасную, привлекательную для детей, современную, эстетичную бытовую среду. Детей стимулируют к самостоятельному выражению своих витальных потребностей, к осуществлению процессов личной гигиены, их правильной организации (умывание, мытье рук, уход за своим внешним видом, использование носового платка, салфетки, столовых приборов, уход за полостью рта, соблюдение режима дня, уход за вещами и игрушками).

В этот период является значимым расширение и уточнение представлений детей с НОДА о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Взрослые продолжают знакомить детей на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные, но значимые представления о целостности организма. В этом возрасте дети уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью «Социально-коммуникативное развитие», формируя у детей представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения. Очень важно, чтобы дети усвоили речевые образцы того, как надо звать взрослого на помощь в обстоятельствах нездоровья.

Основное содержание образовательной деятельности детей с РАС

Дети с РАС с тяжелыми интеллектуальными нарушениями

В области физического развития необходимо:

- учить реагировать на голос взрослого;
- поощрять ребенка к осмысленным движениям руками и действию по инструкции: хватать предметы, ставить, класть и отпускать предметы и т.д.;
- привлекать к действиям по показу взрослого, бросать и ловить мяч, ходить, садиться, прыгать и вставать друг за другом (с помощью взрослого), прыгать, бегать.

При необходимости адаптации программного материала для конкретного ребенка рекомендуется ознакомиться с Примерной АООП для детей с тяжелыми нарушениями интеллекта.

Дети с РАС с задержкой психического развития или легкой степенью интеллектуальных нарушений

Физическое развитие подразумевает:

- развитие подражания взрослым и детям, выполнение упражнений по простой инструкции одновременно с другими детьми;
- развитие чувства равновесия (перешагивать через предметы, ходить по узкой дощечке, стоять на одной ноге, играть в мяч), чувства ритма, гибкости, ловкости, обучение прыжкам на одной ноге и бегу в безопасной обстановке;
- расширение объема зрительного восприятия, развитие умения проследить за предметом в горизонтальной и вертикальной плоскости, отслеживать положение предметов в пространстве;
- формирование восприятия собственного тела, его положения в пространстве при выполнении упражнения лежа, сидя и стоя;
- развитие зрительно-моторной координации;
- формирование функций самоконтроля и саморегуляции при выполнении упражнений.

Дети с РАС (интеллектуальное развитие в пределах возрастной нормы)

Физическое развитие направлено на развитие:

- восприятия собственного тела, его положения в пространстве («схема тела»), общей координации движений, ловкости, гибкости и силы прыжка, удерживания равновесия, умения балансировать, владения телом, умения действовать по инструкции взрослого;
- мелкой моторики, скоординированности движений руки и речевой моторики; – стремления участвовать в совместных с другими детьми спортивных играх и подвижных играх с правилами;
- функций элементарного самоконтроля и саморегуляции при выполнении физических упражнений;
- по возможности – обучение ребенка кататься на самокате, машинке с педалями, роликовых коньках, велосипеде, играть в мяч, соблюдая общепринятые правила и нормы поведения.

**Комплексы лечебной физической культуры игрового характера
Упражнения для профилактики и коррекции плоскостопия детей 4 – 7 лет**

Комплекс № 1

«Маринкина прогулка»

№	Содержание упражнения	Текст	Методические указания	Кол-во	
				4 – 5 лет	6 – 7 лет
1.	И.п. – о.с. Ходьба на носках с различным положением рук (на пояс, в стороны, вверх, за голову).	<i>У маленькой Мариночки Скрипучие ботиночки: Скрип-скрип, Скрип-скрип.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Ноги прямые. 3. Темп медленный.	20 с	30 с
2.	И.п. – о.с. Ходьба босиком на носках по песку или мелкой гальке.	<i>Ботиночки скрипучие – Самые лучшие. Скрип-скрип, Скрип-скрип.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Ноги прямые. 3. Темп медленный.	20 с	30 с
3.	И.п. – о.с. Ходьба на наружном и внутреннем краях стоп.	<i>Соседи все встревожены, Терпеть не расположен. Скрип-скрип, Скрип-скрип.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп медленный.	20 с	30 с
4.	И.п. – о.с. Ходьба босиком по растянутому на полу канату.	<i>Однако делать нечего, И слушают до вечера: Скрип-скрип, Скрип-скрип.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп медленный.	20 с	30 с
5.	И.п. – о.с. Ходьба босиком по гимнастической палке, положенной на полу.		1. Следить за осанкой. 2. Темп медленный.	20 с	30 с
6.	И.п. – о.с. Ходьба босиком по обручу, обхватывая его края пальцами ног.		1. Следить за осанкой. 2. Темп медленный.	20 с	30 с
7.	И.п. – о.с. (босиком) Перекаты с пятки на носок, стоя серединой стопы на гимнастической палке (канате).	<i>«Улитка» Ты куда ползешь, улитка, По травинке тонкой зыбкой Да несешь с собой при том Однокомнатный свой</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп медленный.	20 с	30 с

		дом?			
8.	И.п. – о.с. Ходьба босиком правым (левым) боком по гимнастической палке, положенной на полу.	«Крот» <i>Под участком дачным крот Роет свой подземный ход. Весь в трудах он постоянно, (Чудаку покоя нет!) Словно кратеры вулкана Его выходы на свет. Что в саду у нас растет? Вам пускай ответит крот! Что мы “вырастить” смогли Кроме холмиков земли?</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп медленный.	20 с	30 с
9.	И.п. – о.с. (босиком) со скакалкой в руках. 10 – 15 прыжков на носках со скакалкой.	«Кузнечик» <i>Шустрый ты прыгун, кузнечик! Но совсем плохой советчик! Я тебя сачком накрыл, На ладошку посадил А потом спросил украдкой: “Можно мне дружить с лошадкой?” Ну а ты, что было сил Вдруг с ладошки соскочил,- Не оставив мне ответа, Затаился в грядке где-то. Что ж, как хочешь! Прячься в грядке, Ну а я пошел к лошадке.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Пятки касаются друг друга. 3. Интервал 2 мин.	2	3
10.	И.п. – упор сидя. Сгибание и разгибание пальцев ног.	«Божья коровка» <i>Божья коровка Мне на пальчик села. “Божья коровка, Ты куда летела? И куда, малютка, Ты теперь спешишь? Скоро пальчик кончится,-</i>	1. Следить за осанкой. 2. Пятки касаются друг друга.	20	30

		<i>Ты и улетишь. Крылышки-скорлупки Весело расправишь. Поиграть со мной, Как тебя заставишь?».</i>			
11.	И.п. – сидя на стуле (гимнастической скамейке). Собирание пальцами ног лежащей на полу скакалки (верёвки).	<i>«Фокусник» Кто из шляпы достаёт Зайца всем на удивление? Это фокусник даёт В цирке представление.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Пятки касаются друг друга.	2	2 – 3
12.	<i>П/игра</i> 1. «Кач-кач» 2. «Кто как передвигается?» 3. «Найди и промолчи» 4. «Лягушки»	<i>Пора уж спать Мариночке, Сняла она ботиночки – И прекратился скрип.</i>	1. Игра для детей 4 – 7 лет. 2. I – III группы ПФН.	2	2 – 3
13.	<i>Релаксация</i>				

Комплекс № 2

«Гимнастика в стихах»

№	Содержание упражнения	Текст	Методические указания	Кол-во	
				5 – 4 лет	6 – 7 лет
1.	<i>«Великаны»</i> Ходьба на носках, руки вверх.	<i>Я шагаю по лужайке – Великан в трусах и в майке, Сверху ясно мне видна Вся зелёная страна.</i>	1. Тянуться пальцами рук к потолку, смотреть на пальцы. 2. Плечи не поднимать, спина прямая. 3. Ноги не сгибать.	20 с	30 с
2.	<i>«Ежата»</i> Ходьба на носках в полном приседе, руки вперёд.	<i>Жили-были на опушке В ветхой маленькой избушке Ёж, ежиха, два ежонка – Вся в колючках одежонка. У ежихи сто забот: Дом, хозяйство, огород... Папа-ёж ловил мышей. А как дела у малышей? Утром выйдут на зарядку И целый день играют</i>	1. Голова прямо. 2. Плечи не поднимать, спина прямая. 3. Пятки на пол не опускать.	20 с	30 с

		<p>в прятки. ...На картинке пощи — Где ежата-мальши?</p>			
3.	<p>«Осенний листик» Ходьба по лежащему на полу канате, переставляя одну ступню вплотную перед другой, руки в стороны.</p>	<p>За окошком лист осенний пожелтел, Оторвался, закружился, полетел. Жёлтый листик подружился с ветерком, Всё кружатся и играют под окном. А когда весёлый ветер улетал, Жёлтый листик на асфальте заскучал. Я пошла во двор и листик подняла, Принесла домой и маме отдала. Оставлять его на улице нельзя, Пусть живёт всю зиму у меня.</p>	<p>1. Голова прямо. 2. Плечи не поднимать, спина прямая, руки прямые.</p>	20 с	30 с
4.	<p>«Медведи» И.п. – стоя на высоких четвереньках. Ходьба на прямых руках и ногах.</p>	<p>- Ты куда идёшь медведь? - В город, ёлку поглядеть. - Да на что тебе она? - Новый год встречать пора. - Где поставишь ты её? - В лес возьму, в своё жильё. - Что ж не вырубил в лесу? - Жалко. Лучшее принесу.</p>	<p>1. Голова прямо. 2. Спина прямая. 3. Пятки на пол не опускать.</p>	20 с	30 с
5.	<p>«Светофор» И.п. – стоя правым боком к гимнастической стенке (станку) на правой ноге, правой рукой держась за рейку на уровне груди. 1 – 2 – подняться на носок; 3 – 4 – опуститься на пятку.</p>	<p>Он стоит на перекрестке Полосатый, как в матроске. Удивились дети разом: — Для чего ему три глаза? Красный — стоп всему движенью. Желтый — наше уваженьё. А зеленый загорится,</p>	<p>1. Следить за осанкой: - туловище прямое; - плечи не поднимать; - голова прямо; - корпус не заваливать на стенку. 2. Колени не сгибать.</p>	6 – 8	8 – 10

6.	<p>«Светофор» И.п. – стоя левым боком к гимнастической стенке (станку) на левой ноге, левой рукой держась за рейку на уровне груди. 1 – 2 – подняться на носок; 3 – 4 – опуститься на пятку.</p>	<p><i>Можешь дальше в путь пуститься. Он зовется с давних пор Очень просто – светофор.</i></p>	<p>1. Следить за осанкой: - туловище прямое; - плечи не поднимать; - голова прямо; - корпус не заваливать на стенку. 2. Колени не сгибать.</p>	6 – 8	8 – 10
7.	<p>«Чистюля» И.п. – сидя ноги врозь, согнутые в коленных суставах, пальцами ног зажать палочки (карандаши). Имитировать стопами вязание на спицах.</p>	<p><i>"Хрю!" - сегодня нашу Хрюшку Пригласили на ватрушки. Чтоб в гостях не стыдно было, Хвостик свой она помыла, Шею, пяточок и уши У окошка в тёплой луже. Стало ей самой приятно Чистой быть и аккуратной: "Хрю! Какая красота! Вот что значит чистота!"</i></p>	<p>1. Следить за осанкой: - спина прямая; голова прямо; - плечи не поднимать. 2. Ноги от пола не отрывать.</p>	20 с	30 с
8.	<p>«Парикмахер» И.п. – стоя ноги скрестно, руки за голову. 1 – 2 – сесть «постурецки»; 3 – 4 – И.п.</p>	<p><i>Дайте ножницы, расчёску, Он вам сделает причёску. Парикмахер непременно Подстрижёт вас современно.</i></p>	<p>1. Следить за осанкой. 2. Ноги стараться от пола не отрывать.</p>	4	6
9.	<p>«Повар» И.п. – сидя на гимнастической скамейке, палка одним концом стоит на полу вертикально, обхватив её стопами, руками держаться на край скамейки. Вращать палку стопами.</p>	<p><i>Дайте повару продукты: Мясо птицы, сухофрукты, Рис, картофель... И тогда Ждёт вас вкусная еда.</i></p>	<p>1. Следить за осанкой: - голова прямо; - спина прямая; - плечи опущены. 2. Стараться руками не помогать, палку не ронять.</p>	20 с	30 с

10.	«Столяр» И.п. – сидя на гимнастической скамейке, стопа правой ноги стоит на голени левой. 1 – 8 – массировать левую ногу, проводя по ней от колена до пальцев стопой правой ноги; 9 – 10 – И.п. То же другой ногой.	<i>Молоток в работе нужен, И с пилою столяр дружен. Он дощечки распилил И скворечник смастерил.</i>	1. Следить за осанкой: - голова прямо; - спина прямая; - плечи опущены. 2. Стараться подошвенной поверхностью стопы обхватить голень.	4 – 6	6 – 8
11.	«Ветеринар» И.п. – сидя на полу (гимнастической скамейке) ноги вместе. 1 – 2 – сильно прижать пальцы ног к подошве; 3 – 4 – И.п.	<i>Звери, птицы, все, кто болен, Кто здоровьем недоволен! Вас зовёт ветеринар - Перевяжет, даст отвар.</i>	1. Следить за осанкой: - голова прямо; - спина прямая; - плечи опущены. 2. Ноги не разводить.	6 (с интервалом 10 с)	10 (с интервалом 10 с)
12.	«Конструктор» И.п. – сидя на полу (гимнастической скамейке) одна нога на мяче. 1 – 10 – катать вперёд – назад мяч правой ногой; 11 – 20 – то же левой.	<i>На далёкие планеты От земли летят ракеты. Их конструктор разработал, День и ночь не спал, работал.</i>	1. Следить за осанкой: - голова прямо; - спина прямая; - плечи опущены. 2. Мяч не отпускать.	4	8
13.	<i>П/игра</i> 1. «Петушок» 2. «Найди свой цвет» 3. «Птички» 4. «Барабан»		1. Игра для детей 4 – 7 лет. 2. I – III группы ПФН.	2	2 – 3
14.	Релаксация				

Комплекс № 3

«Котята»

№	Содержание упражнения	Текст	Методические указания	Кол-во	
				5 – 4 лет	6 – 7 лет
1.	И.п. – лёжа на спине, руки вдоль туловища. 1 – 10 – скользящие движения стопой	<i>Однажды Маша гуляла с мамой в лесопарке. Накануне лил дождь, поэтому все дорожки были мокрые и скользкие.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Стараться подошвенной поверхностью стопы обхватить голень.	2	4

	одной ноги по голени другой (поочерёдно).		3. Темп медленный		
2.	И.п. – лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, колени соприкасаются, носки вместе, пятки разведены. 1 – оторвать правую пятку от пола; 2 – И.п.; 3 – 4 – тоже левую.	<i>Но Маша смело шла по лужам, наступая в них красными резиновыми сапогами.</i>	1. Спину и таз от пола не отрывать. 2. Колени и носки не разводить. 3. Темп средний.	30 – 40 с	40 с – 1 мин.
3.	И.п. – лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, колени соприкасаются, носки вместе, пятки разведены. 1 – оторвать пятки от пола; 2 – И.п.	<i>Ярко зеленая листва на кустах и деревьях наклонилась под тяжестью воды и доставала до высокой резной крапивы, росшей по краям дорожки.</i>	1. Спину и таз от пола не отрывать. 2. Колени и носки не разводить. 3. Темп средний.	30 – 40 с	40 с – 1 мин.
4.	И.п. – сидя на стуле, ноги вместе. 1 – 10 – ползающие движения стоп вперёд с помощью пальцев; 11 – 20 – назад.	<i>Ей сегодня непременно надо было на детской площадке встретиться с Ваней. Она любовалась издали его играми с собакой Гамом.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Колени не разводить. 3. Стопы от пола не отрывать. 4. Темп средний.	2	4
5.	И.п. – сидя на стуле, ноги вместе. 1 – 2 – развести колени, поставив стопы на наружный край, максимально сжать пальцы «в кулак»; 3 – 6 сохранять положение; 7 – 8 – И.п.	<i>Кинет Ваня палку высоко и далеко, а Гам летит со всех собачьих лап, только уши хлопают, да хвост развивается и хватает палку прямо налету.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп медленный.	6	10
6.	И.п. – сидя на стуле, ноги вместе. 1 – 10 – ходьба на месте, не отрывая носки.	<i>Маша пошла по дорожке.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Максимально поднимать пятку. 3. Темп средний.	4 (с интервалом 10 с)	6 (с интервалом 10 с)
7.	И.п. – стоя, стопы	<i>Как вдруг, она</i>	1. Следить за	4 (с	6 (с

	параллельны. 1 – 10 – пережат через наружный край стоп с пятки на носок.	<i>услышала тихий писк. В крапиве что – то белело. Там были малюсенькие, почти лысенькие, мокрые слепые три котенка. Они тыкались друг в другу мордочками и тихонько попискивали.</i>	осанкой. 2. Сохранять равновесие. 3. Темп медленный.	интервал ом 10 с)	инте рвал ом 10 с)
8.	И.п. – стоя, руки на пояс. 1 – 10 – ходьба с поворотом стопы во внутрь («косолапо»).	<i>Вечером котят, попившие теплого молока из бутылочки, стали неуклюже ползать по коврику.</i>	1. Ноги прямые. 2. Следить за осанкой. 3. Темп средний.	2	3
9.	И.п. – о.с., пятки вместе, носки врозь. 1 – 2 – подняться на носки, руки через стороны вверх – вдох; 3 – 4 – И.п. – выдох.	<i>Раздался звонок в прихожей. Маша как по команде подбежала к двери и посмотрела в глазок.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Ноги прямые, пятки стараться не разводить. 3. Сохранять равновесие.	6	8
10.	И.п. – о.с., руки на пояс. 1 – 10 – ходьба на наружных краях стоп.	<i>Вошел папа, высокий, грузный, как всегда усталый. Вымотался человек, зарабатывая тяжелым трудом на жизнь мамы и Маши.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп средний.	2	3
11.	И.п. – стоя ноги на ширине плеч, стопы параллельно. 1 – 2 – перенести тяжесть тела на наружный край стопы, приподнимая внутренний свод – вдох; 3 – 4 – И.п. – выдох.	<i>Скинул с ног туфли, как гири. Отец резко зашагал на балкон, увидел корзинку с котятками.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп средний.	6 – 8	8 – 10
12.	И.п. – о.с., руки на пояс. 1 – 2 – присесть, руки вперед; 3 – 4 – И.п.	<i>Сел на корточки перед ними, подперев тяжелую голову руками. И долго так сидел.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Пятками не стучат о пол. 3. Темп средний.	2 (с интервал ом 30 с)	4 (с инте рвал ом 30 с)
13.	И.п. – о.с., руки на пояс. 1 – 10 – подскоки	<i>На следующий день Маша с котятками в корзине вышла во</i>	1. Следить за осанкой. 2. Подниматься на	6	10

	на носках.	<i>двор на детскую площадку. Она прыгала, скакала и весело напевала.</i>	носки, колени не разводиться. 3. Темп медленный.		
14.	<i>П/игра</i> 1. «Кач-кач» 2. «Зоопарк» 3. «Найди и промолчи» 4. «Мыши в кладовой»		1. Игра для детей 4 – 7 лет. 2. I – III группы ПФН.	2	2 – 3
15.	Релаксация				

Комплекс № 4
«Сашкино утро»

№	Содержание упражнения	Текст	Методические указания	Кол-во	
				5 – 4 лет	6 – 7 лет
1.	И.п. – лёжа на спине, ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 – 10 – одновременно сгибать и разгибать пальцы ног.	<i>Сашуля живёт возле детского сада, И ей, чтобы вовремя в садик успеть, Вставать вместе с солнышком вовсе не надо, А надо лишь мультики меньше смотреть!</i>	1. Дыхание произвольное. 2. Темп средний.	2 (с интервалом 10 с)	4 (с интервалом 10 с)
2.	И.п. – лёжа на спине, ноги на ширине ступни, валик под бёдрами, руки вдоль туловища. 1 – 2 – разгибать колени, одновременно пальцы ног на себя; 3 – 4 – И.п.	<i>Вот Саша проснулась. Сидит на диване. Осталось одеться и в садик идти. Но Каспер мелькает на телеэкране! И Сашкин носок застывает в пути...</i>	1. Спину и таз от пола не отрывать. 2. Дыхание произвольное. 3. Темп средний.	6	8
3.	И.п. – лёжа на спине, ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 – 10 – круговые движения в голеностопных суставах по направлению кнутри.	<i>Бегут черепашки, хихикает Вуди, Опять неосапов громит Эхофлот. Вопят привидения, звери и люди, Раскрыт в упоении Сашенькин рот.</i>	1. Ноги от пола не отрывать. 2. Ногу полностью разгибать в коленном суставе. 3. Темп медленный. 4. Дыхание произвольное.	2 (с интервалом 10 с)	4 (с интервалом 10 с)
4.	И.п. – лёжа на спине, обхватив	<i>У бабушки с мамой тоскливые лица -</i>	1. Спину, таз, плечи и голову от пола не	6	8

	ступнями мяч. 1 – 2 – поднять мяч; 3 – 4 – И.п.	<i>Им стыдно так поздно идти в детский сад. "Татьяна Михайловна будет сердиться! Нас в садик не пустят!" - они говорят.</i>	отрывать. 2. Мяч не ронять. 3. Темп медленный. 4. Дыхание произвольное.		
5.	И.п. – лёжа на спине, руки вдоль туловища. 1 – 10 – скользящие движения стопой одной ноги по голени другой (поочерёдно).	<i>Лишь Шура спокойна: "Подумаешь, поздно! Смотрите, смотрите! Подбит эхолёт! Вот это действительно очень серьёзно. А садик часок без меня проживёт..."</i>	1. Следить за осанкой. 2. Стараться подошвенной поверхностью стопы обхватить голень. 3. Темп медленный	2	4
6.	И.п. – лёжа на животе, ноги вместе, руки вдоль туловища ладонями вниз. 1 – 4 – поднять правую ногу – вдох; 5 – 8 – И.п. – выдох; 9 – 16 – то же левой.	<i>Носки, наконец, повстречались с ногами, Но свитер завис над диваном, как флаг... Ведь там же земляне воюют с врагами, И значит, нельзя оторваться никак!</i>	1. Ноги прямые. 2. Плечи, таз и другую ногу от пола не отрывать. 3. Темп медленный.	6	8
7.	И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги на ширине ступни, руки на коленях. 1 – 2 – подняться носки, сгибая пальцы стоп; 3 – 4 – И.п.	<i>У бабушки нервы давно на пределе, Она, не дождавись, грозитя уйти. А в садике завтрак до крошечки съели, И близится время уже к девяти...</i>	1. Следить за осанкой. 2. Дыхание произвольное. 3. Темп средний.	6 – 8	8 – 10
8.	И.п. – И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги вытянуты, руки на коленях. 1 – 10 – круговые движения стопами по направлению кнутри.	<i>Но вот отправляются! "Прямо не верю!" - Им мама ехидно вдогонку кричит...</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп средний. 3. Дыхание произвольное.	3	4
9.	И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги скрещены,	<i>Приходят, а в садике заперты двери. В отчаянье бабушка</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп средний.	6	10

	руки на коленях. 1 – 2 – наружные края стоп с усилием повернуть к низу, приподнимая верхние; 3 – 6 – держать положение; 7 – 8 – И.п.	<i>громко стучит</i>	3. Дыхание произвольное.		
10.	И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги на ширине ступни, руки на коленях, под стопами полотенце (платок). Захватывая пальцами ног ткань подтягивать его к себе.	<i>И в ужасе думает: "Ох, неужели Опять мне вести это чудо домой?!" И так на больничном неделю сидели, Когда же придет долгожданный покой?"</i>	1. Следить за осанкой. 2. Стопы от пола не отрывать. 3. Темп средний. 4. Дыхание произвольное.	1 – 2	2 – 3
11.	И.п. – сидя на полу, ноги согнуты в коленных суставах, стопы на полу, передние отделы стоп зафиксированы резиновым жгутом. 1 – взять концы жгута; 2 – 7 – выпрямить ноги, преодолевая сопротивление стоп, держать положение; 8 – И.п.	<i>Их всё же впустили. Но Сашу ругают И завтра грозятся уже не впускать.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Ноги полностью выпрямить. 3. Темп медленный. 4. Дыхание произвольное.	4 – 6	8 – 10
12.	И.п. – лёжа на спине, ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 – 10 – одновременно сгибать и разгибать пальцы ног.	<i>Ну, как они всё-таки не понимают? Ведь завтра же мультики будут опять!</i>	1. Дыхание произвольное. 2. Темп средний.	2 (с интервалом 10 с)	4 (с интервалом 10 с)
13.	<i>Игра</i> 1. «Кач-кач» 2. «Кто как передвигается?» 3. «Найди и промолчи»		1. Игра для детей 4 – 7 лет. 2. I – III группы ПФН.	2	2 – 3

	4. «Лягушки»				
14.	Релаксация				

Комплекс № 5

«Цирк»

№	Содержание упражнения	Текст	Методические указания	Кол-во	
				5 – 4 лет	6 – 7 лет
1.	И.п. – лёжа на спине, ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 – 10 – одновременно сгибать и разгибать пальцы ног.	<i>Проходите, проходите, Уважаемые зрители! Ждет вас представление Всем на удивление!</i>	1. Дыхание произвольное. 2. Темп средний.	2 (с интервалом 10 с)	4 (с интервалом 10 с)
2.	И.п. – лёжа на спине, ноги на ширине ступни, отдельно каждую ступню обхватить резиновым жгутом, концы держать в руках. 1 – 10 – выполнять движения как при езде на велосипеде, растягивая жгуты.	<i>Вот грохочут барабаны И довольные вполне Выезжают обезьяны На жирафовой спине.</i>	1. Спину, таз, плечи и голову от пола не отрывать. 2. Нogu полностью разгибать в коленном суставе. 3. Темп медленный. 4. Дыхание произвольное.	2 (с интервалом 10 с)	4 (с интервалом 10 с)
3.	И.п. – лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, бёдра разведены, стопы касаются друг друга. 1 – 2 – отвести пятки с упором на переднюю часть стопы; 3 – 4 – И.п.	<i>Львы летят через огонь,</i>	1. Спину, таз, плечи и голову от пола не отрывать. 2. Носки вместе. 3. Темп медленный. 4. Дыхание произвольное.	6	8
4.	И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги на ширине ступни, руки на коленях. 1 – 2 – приподнять пятки (пола касаются только большие пальцы ног), развести пятки до прямого угла; 3 – 4 – И.п.	<i>В бубен бьет копытом конь.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп средний. 3. Дыхание произвольное.	6	10

5.	И.п. – лёжа на животе, ноги вместе, руки вдоль туловища ладонями вниз. 1 – 4 – поднять правую ногу – вдох; 5 – 8 – И.п. – выдох; 9 – 16 – то же левой.	<i>Петухи качаются, На лету встречаются.</i>	1. Ноги прямые. 2. Плечи, таз и другую ногу от пола не отрывать. 3. Темп медленный.	6	8
6.	И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги на ширине ступни, руки на коленях. 1 – поднять носки ног; 2 – И.п.; 3 – поднять пятки; 4 – И.п.	<i>Кенгурята-акробаты Очень храбрые ребята. Крики «браво» лишь услышат – И в карман, сидят, не дышат.</i>	1. Следить за осанкой. 2. Темп средний. 3. Дыхание произвольное.	6	8
7.	И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги на ширине ступни, пальцы рук собраны в «замок» и зажаты между колен. 1 – 2 – приподнимать внутренние края стоп, сильно прижимая наружные к полу; 3 – 4 – И.п.	<i>Поглядите, три медведя В чепчиках и платицах На больших велосипедах По арене катятся!</i>	1. Следить за осанкой. 2. Колени не разводить. 3. Темп средний.	6	8
8.	И.п. – сидя на стуле (скамейке) ноги на ширине ступни, руки на коленях. 1 – 2 – предельно выгнуть своды стоп (пальцы и пятки на полу); 3 – 6 – держать положение; 7 – 8 – И.п.	<i>Бах! Тут что-то на пути, Ни проехать, ни пройти!</i>	1. Следить за осанкой. 2. Пальцы и пятки от пола не отрывать. 3. Темп средний. 4. Дыхание произвольное.	6	10
9.	И.п. – сидя на стуле (скамейке), стопами обхватить мяч.	<i>Ёж – веселый акробат, Насмешил он всех ребят,</i>	1. Следить за осанкой. 2. Дыхание произвольное.	4	6

	1 – 4 – понять мяч; 5 – 8 – И.п.	<i>Сел лисице на носок, Как из сказки колобок: - Ну-ка съешь меня, плутовка!.. И жонглирует он ловко!</i>	3. Темп медленный.		
10.	И.п. – лёжа на спине, ноги на ширине ступни, руки вдоль туловища. 1 – 10 – одновременно сгибать и разгибать пальцы ног.	<i>Бегемот, скорей сыграй-ка Что-нибудь на балалайке! Громко бегемот поет: – Я совсем не знаю нот!</i>	1. Дыхание произвольное. 2. Темп средний.	2 (с интервалом 10 с)	4 (с интервалом 10 с)
11.	<i>П/игра</i> 1. «Кто как передвигается?» 2. «Зоопарк» 3. «Ходьба по мостику» 4. «Сидячий футбол»		1. Игра для детей 4 – 7 лет. 2. I – III группы ПФН.	2	2 – 3
12.	<i>Релаксация</i>				

Подвижные игры при нарушениях осанки и сколиоза

1. «Тише едешь дальше - будешь» : после этих слов, когда водящий поворачивается, нужно остановиться, держа руки в положении «крылышки».
2. «Пятнашки» с мешочком с песком на голове (условие во время игры не уронить мешочек).
3. Сидя на гимнастической скамейке, эстафета с передачей мяча самовытяжением (после передачи мяча принять положение рук «крылышки», выполняя самовытяжение сидя, то есть движение руками вниз и назад, при этом тянуться теменной частью головы вверх)
4. Игра «Горячий мяч» - лежа на животе кругу, руки в крылышки, разогнув верхнюю часть спины, не касаясь локтями пола, передавать двумя руками мяч, откатывая его любому из играющих и возвращаясь в исходное положение.
5. Стоя попарно, броски мяча от груди с сохранением правильной осанки.
6. То же – во время движения(перед ловлей мяча хлопнуть в ладоши).
7. «Кто быстрее» - попарная переброска мяча в движении. Задача: третий игрок старается перехватить мяч.
8. Попадание в цель – броски мяча в кольцо с разного расстояния поочередно каждой рукой.

9. **«Гонка мячей по кругу»** - играющие (каждый с мячом) по кругу по часовой или против часовой стрелки передают мячи, при этом один мяч догоняет другой, по сигналу мячи меняют направление.

10. **«Охотники и утки»** - все играющие делятся на две команды. Одна команда охотники, другая – утки. У охотников – мячи, которыми они стреляют в уток, утки разбегаются, уворачиваются от мяча.

11. **«Пятнашки в колено»** – кистевом положении.

12. **«Пятнашки с мячом»** – перекатывая по полу головой набивной мяч в коленно-кистевом положении, запятнать им других, находящихся в том же положении.

13. **«Мяч от себя»** - две команды располагаются в шеренгах друг против друга на расстоянии 3 метра одна от другой. У одной из команд имеется 3-5 мячей. Задача – скорее избавиться от мячей, перекатив их в противоположную команду. Выигрывает та команда, у которой по сигналу остается меньше мячей.

14. **«Море волнуется»** - дети свободно передвигаются по залу, произнося: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура на месте замри», после чего каждый из играющих принимает любую позу в положении стоя, сидя, лежа с правильной осанкой и самовытяжением.

Взаимодействие взрослых с детьми

Формы, способы, методы и средства реализации программы, которые отражают следующие аспекты образовательной среды:

- характер взаимодействия со взрослыми;
- характер взаимодействия с другими детьми;
- система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому.

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности.

С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессом овладения культурными практиками.

Партнерские отношения взрослого и ребенка в детском саду и в семье являются разумной альтернативой двум диаметрально противоположным подходам: прямому обучению и образованию, основанному на идеях «свободного воспитания». Основной функциональной характеристикой партнерских отношений является равноправное относительно ребенка включение взрослого в процесс деятельности. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер.

Для личностно-порождающего взаимодействия характерно принятие ребенка

таким, какой он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Взрослый старается избегать запретов и наказаний. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

Личностно-порождающее взаимодействие способствует формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку, вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Ребенок не боится быть самим собой, быть искренним. Когда взрослые поддерживают индивидуальность ребенка, принимают его таким, каков он есть, избегают неоправданных ограничений и наказаний, ребенок не боится быть самим собой, признавать свои ошибки. Взаимное доверие между взрослыми и детьми способствует истинному принятию ребенком моральных норм.

Ребенок учится брать на себя ответственность за свои решения и поступки. Ведь взрослый везде, где это возможно, предоставляет ребенку право выбора того или действия. Признание за ребенком права иметь свое мнение, выбирать занятия по душе, партнеров по игре способствует формированию у него личностной зрелости и, как следствие, чувства ответственности за свой выбор.

Ребенок приучается думать самостоятельно, поскольку взрослые не навязывают ему своего решения, а способствуют тому, чтобы он принял собственное.

Ребенок учится адекватно выражать свои чувства. Помогая ребенку осознать свои переживания, выразить их словами, взрослые содействуют формированию у него умения проявлять чувства социально приемлемыми способами.

Ребенок учится понимать других и сочувствовать им, потому что получает этот опыт из общения со взрослыми и переносит его на других людей.

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на

спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, направленные на коррекцию недостатков двигательной сферы, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям заниматься разными видами двигательной активности с учетом возможностей детей и рекомендации врача.

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями воспитанников

Все усилия педагогов будут недостаточно успешными без постоянного контакта с родителями. Семья принимает активное участие в развитии ребенка, чтобы обеспечить непрерывность коррекционно-восстановительного процесса. Родители отработывают и закрепляют навыки и умения у детей, сформированные специалистами, по возможности помогают изготавливать пособия для работы в детском саду и дома.

Работа с родителями осуществляется в двух формах – индивидуальной и групповой. При использовании индивидуальной формы работы у родителей формируются навыки сотрудничества с ребенком и приемы коррекционно-воспитательной работы с ним. При групповой форме даются психолого-педагогические знания об условиях воспитания и обучения ребенка в семье.

Индивидуальные формы помощи – первичное (повторное) психолого-педагогическое обследование ребенка, консультации родителей, обучение родителей педагогическим технологиям коррекционно-развивающего обучения и воспитания детей.

Групповые формы работы – консультативно-рекомендательная; лекционно-просветительская; практические занятия для родителей; организация «круглых столов», родительских конференций, детских утренников и праздников и др.

В ходе использования этих форм работы родители получают ответы на интересующие их вопросы, касающиеся оценки специалистами уровня психического развития детей, возможности их обучения, а также рекомендации по организации дальнейших условий воспитания ребенка в семье.

Работа с родителями осуществляется в двух формах – индивидуальной и групповой. При использовании индивидуальной формы работы у родителей формируются навыки сотрудничества с ребенком и приемы коррекционно-воспитательной работы с ним. При групповой форме даются психолого-педагогические знания об условиях воспитания и обучения ребенка в семье.

Индивидуальные формы помощи – первичное (повторное) психолого-педагогическое обследование ребенка, консультации родителей, обучение родителей педагогическим технологиям коррекционно-развивающего обучения и воспитания детей.

Групповые формы работы – консультативно-рекомендательная; лекционно-просветительская; практические занятия для родителей; организация «круглых столов», родительских конференций, детских утренников и праздников и др.

В ходе использования этих форм работы родители получают ответы на интересующие их вопросы, касающиеся оценки специалистами уровня психического развития детей, возможности их обучения, а также рекомендации по организации дальнейших условий воспитания ребенка в семье.

Содержание работы специалистов с семьей планируется с учетом следующих факторов: социального положения семьи; особенностей характера взаимодействия близких взрослых со своим ребенком; позиции родителей по отношению к его воспитанию; уровня педагогической компетентности родителей и др.

Используются следующие методы работы с родителями: беседы, анкетирование, тестирование, наблюдение, участие и обсуждение вебинаров, ведение и анализ дневниковых записей, практические занятия.

Рекомендации по физическому развитию детей и организации ортопедического режима дома

Консультируя родителей в этом направлении, следует акцентировать их внимание на то, что физическое воспитание - важнейшая составляющая в системе обучения, воспитания и лечения детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. При этом для детей с двигательной патологией особое значение приобретает ранняя стимуляция развития основных двигательных навыков. С этой целью активизируется взаимодействие родителей со специалистами, осуществляющими коррекцию двигательной сферы ребенка (медсестрой по массажу, инструктором ЛФК, медсестрой ФТО).

Постепенно, в процессе взаимодействия у родителей формируется система практических и теоретических знаний о воспитательной деятельности, расширяется арсенал средств педагогического воздействия на ребенка и форм взаимодействия с ним в ходе семейного воспитания. Повышается общая родительская компетентность: чувствительность к изменению состояния ребенка; нормализуется система требований и ожиданий; повышается уверенность в себе как воспитателе, происходит гармонизация хода психического развития детей в семье.

III. Организационный раздел

Организация развивающей предметно-пространственной среды

В МОУ Детском саду выполняются требования к помещению, участку в соответствии с СанПиН **2.4.1.3049-13**(с изм. на 27 августа 2015) (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ **15.05.2013 №26**). Требования пожарной и электробезопасности соблюдаются в соответствии с «Правилами противопожарного режима Российской Федерации» (утв. постановлением Правительства РФ **от 25.04.12 № 390**). Имеется необходимая документация.

Искусственное и естественное освещение помещений для образовательной деятельности соответствует СанПиН 2.4.1.3049-13. Здание детского сада оборудовано системами центрального отопления. Теплоснабжение осуществляется централизованно. Учреждение оборудовано автоматической пожарной сигнализацией, имеется «тревожная кнопка». В детском саду созданы комфортные, благоприятные

Для ведения образовательной деятельности, укрепления и сохранения здоровья детей в МОУ Детском саду оборудованы:

11 групповых помещений со спальнями, умывальными комнатами, санитарными узлами;

физкультурный зал;

музыкальный зал;

медицинский кабинет;

2 массажных кабинета;

кабинет ФТО;

методический кабинет;

кабинет заведующего;

сенсорная комната;

кабинет музыкального руководителя;

кабинет учителей-дефектологов;

2 кабинета учителей-логопедов;

кабинет по декоративно-прикладному творчеству;

музейный уголок «Комната казачьего быта» (имеет Сертификат);

комната ПДД;

зал ЛФК;

пищеблок.

Имеется физкультурный зал со специальным оборудованием.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

Материально-техническое обеспечение физкультурного зала

Гимнастическая лестница (высота 3 м, ширина 1-го пролета 95 см,

2 пролета

расстояние между перекладинами 25 см)	
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м)	3
Мячи:	20
- маленькие (теннисные и пластмассовые),	15
- средние (резиновые),	2
- для фитбола	2
- для волейбола	2
- для футбола	2
- для баскетбола	2
Гимнастический мат (длина 100 см)	2
Палка гимнастическая (длина 76 см)	15
Скакалка детская	25
- для детей подготовительной группы (длина 210 см)	25
- для детей средней и старшей группы (длина 180 см)	25
Кольцеброс	15
Кегли	30
Обруч пластиковый детский	25
- большой (диаметр 90 см)	25
- средний (диаметр 50 см)	
Конус для эстафет	10
Дуга для подлезания	6
Кубики пластмассовые	20
Бубен	2
Рёбристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	2
Тренажеры	8
Мягкий модуль	1
Погремушки	20
Корзина для инвентаря мягкая	2
Корзина для инвентаря пластмассовая	2
Секундомер	1
Свисток	2
Дуги для подлезания	2
Скамья навесная мягкая	1
Тоннель детский игровой	4
Стойка для метания	1

Канат для перетягивания	1
Детская шведская гимнастическая стенка	1
Батут детский с сеткой	1
Массажный коврик с ладошками	2
Тактильная дорожка 7 модулей	1
Сухой бассейн с шариками	1
Корзина баскетбольная	2
Игровая дорожка спортивный модуль	1

Кадровое обеспечение

Детский сад полностью (100%) укомплектован кадрами. Воспитательно-образовательную работу осуществляют 31 педагог: из них 21 воспитатель, 1 старший воспитатель, 1 методист и 9 специалистов: 2 педагога-психолога, 2 учителя-логопеда, 1 учитель-дефектолог, 1 музыкальный руководитель, 1 инструктор по ФК (тренер-педагог по адаптивной физической культуре), 1 социальный педагог

Характеристика кадрового состава

Квалификационная категория

Всего педагогов	Высшая	Первая	Без категории	СЗД
31 чел. 100%	10 чел. 33%	15 чел. 48%	5чел./16%	1 чел./3%

Образовательный ценз педагогов

Всего педагогов	Высшая	Средне-специальное	Среднее
31 чел. 100%	16 чел. 48%	16 чел. 51%	-

Адаптивной физкультурой с детьми занимается тренер-педагог по адаптивной физической культуре. Медицинский контроль осуществляет старшая медсестра, врач невролог.

Литература

1. Козырева, О. Комплексная физическая реабилитация дошкольников с нарушением осанки // Дошкольное воспитание.- №12.- 1998.- с.49-562
2. Мастюкова Е. М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом: младенческий, ранний и дошкольный возраст.— М.: Просвещение, 1991.— 159 с.

3. Саркисян, А. Как выбрать правильную осанку у младших дошкольников //Дошкольное воспитание.- №2.- 1989.- с.46-52
4. Сидорова, Е. Принять правильную осанку //Дошкольное воспитание.- № 10.- 2006.- с.62-64
5. Рыжова, С. Гимнастика для детей с нарушениями осанки //Дошкольное воспитание.- №7.- 2008.- с.103-110
6. Галанов А.С. Игры, которые лечат (для детей от 3 до 5 лет). - М.: Педагогическое общество России, 2005.
7. Ефименко Н.Н. Материалы к оригинальной авторской программа «Театр физического воспитания и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста». - М.: ЛИНКА - ПРЕСС, 1999.
8. Коррекционно - педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития: Пособие для практических работников ДОУ / Под общ. ред. д.м.н. Е.М. Мастюковой. - М.: АРКТИ, 2002.
9. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно - методическое пособие. - М.: ЛИНКА - ПРЕСС, 2000.
10. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг. - М.: ТЦ Сфера, 2010.
11. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ: Из опыта работы /сост. О. Н. Моргунова.- Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005.- с.3-10