

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МКДОУ «Центр развития ребенка-детский
сад № 12 «Сказка»
Протокол от «18» августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
Заведующим МКДОУ «Центр
развития ребенка-детский сад № 12

Ж.Н.
Приказ от «18» августа № 326



СОГЛАСОВАНА
Заседанием Совета родителей
Протокол от «18» августа 2023 г. № 1

**Программа коррекционно-развивающей
работы в области «Физическое развитие»
инструктора по физической культуре
Сорокиной Е.Ю.
(для детей с умственной отсталостью)**

Разработана на основе адаптированной образовательной программы для обучающихся с задержкой психического развития МКДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 12 «Сказка».

Фролово, 2023 г.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Программа коррекционно-развивающей работы в области «Физическое развитие» (далее Программа) создана для ребенка с умственной отсталостью Вероники К. (7 лет) на основе адаптированной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью МКДОУ «Центр развития ребенка – детский сад № 12 «Сказка».

Целевой раздел Программы включает пояснительную записку и планируемые результаты освоения Программы, определяет ее цели и задачи, планируемые результаты ее освоения в виде целевых ориентиров.

Содержательный раздел Программы включает программу коррекционно-развивающей деятельности по физической культуре.

Программа, обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей с умственной отсталостью от 6 до 8 лет, по направлению (образовательной области) физическое развитие (ФГОС ДО), с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

1.2. Цели и задачи реализации программы

Цель программы: обеспечение условий для дошкольного образования в области физическое развитие, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

В области физического развития 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.

Задачи программы:

Основными задачами образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста являются:

- учить обучающихся выполнять упражнения по показу, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции (руки вверх, вперед, в стороны, руки за голову, на плечи);
- учить обучающихся ловить и бросать мячи большого и среднего размера;
- учить обучающихся передавать друг другу один большой мяч, стоя в кругу;
- учить обучающихся метать в цель мешочек с песком;
- учить обучающихся ползать по гимнастической скамейке на четвереньках;
- учить обучающихся подлезать и подползать через скамейки, ворота, различные конструкции;
- формировать у обучающихся умение удерживаться и лазить вверх и вниз по гимнастической стенке;
- учить обучающихся ходить по доске и скамейке, вытянув руки в разные стороны либо вперед;
- учить обучающихся ходить на носках с перешагиванием через палки;
- учить обучающихся ходить, наступая на кубы, "кирпичики", ходить, высоко поднимая колени "как цапля";
- формировать у обучающихся желание участвовать в коллективных подвижных играх, самостоятельно принимать участие в них, проявлять инициативу при выборе игры;
- учить обучающихся бегать змейкой, прыгать "лягушкой";
- учить обучающихся передвигаться прыжками вперед;

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

Формирование представлений о здоровом образе жизни. Основными задачами образовательной деятельности с детьми от 6-ти до 7 (8-ми) лет являются:

- формировать у обучающихся 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 обучающихся потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание обучающихся на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление обучающихся о режиме дня, необходимости и пользы его соблюдения;
- обучать обучающихся приемам самомассажа и укрепления здоровья через воздействие на биологически активные точки своего организма;
- познакомить обучающихся с ролью подвижных игр и специальных упражнений для снятия усталости и напряжения;

- познакомить обучающихся со значением солнца, света, чистого воздуха и воды и их влиянием на жизнь и здоровье человека;
- познакомить обучающихся с месторасположением и основным назначением позвоночника в жизни человека, обучать правилам соблюдения правильной осанки и приемам расслабления позвоночника в позиции лежа и сидя;
- познакомить обучающихся с приемами правильного дыхания и с элементарными дыхательными упражнениями;
- познакомить обучающихся с правилами ухода за своими зубами, со связью здорового полноценного питания со здоровыми зубами и деснами, с основами рационального питания.

1.3 Возрастные и индивидуальные особенности детей с УО

В подавляющем большинстве случаев умственная отсталость является следствием органического поражения ЦНС на ранних этапах онтогенеза. Негативное влияние органического поражения ЦНС имеет системный характер, когда в патологический процесс оказываются вовлеченными все стороны психофизического развития ребенка – мотивационно-потребностная, социально-личностная, моторно-двигательная; эмоционально-волевая сфера, а также когнитивные процессы: восприятие, мышление, деятельность, речь, поведение.

Умственная отсталость является самой распространенной формой интеллектуального нарушения, но также имеются около 350 генетических синдромов, которые приводят к стойким и необратимым нарушениям познавательной деятельности.

Разное сочетание психического недоразвития и дефицитарности центральной нервной системы обуславливает замедление темпа усвоения социального и культурного опыта, в результате происходит темповая задержка, нивелирование индивидуальных различий, базирующихся на первичном (биологическом) нарушении, и усиления внимания к социальным факторам в развитии детей. Это требует создания специальных условий, поиска обходных путей, методов и приемов, которые, учитывая уровень актуального развития ребенка, тем не менее, будут ориентированы на зону его ближайшего развития с самого раннего детства.

В соответствии с МКБ-10 на основе психометрических исследований выделяют 4 степени умственной отсталости: легкая (IQ - 50 – 69, код F70), умеренная (IQ - 35 – 49, код F71), тяжелая умственная отсталость (IQ - 20 – 34, код F 72), глубокая умственная отсталость (IQ ниже 2, код F 73) и другие формы умственной отсталости (код F 78).

При организации коррекционно-педагогической работы, необходимо учитывать, с одной стороны, степень выраженности умственной отсталости, а с другой – общие закономерности нормативного развития, последовательность и поэтапность становления формируемых функций.

В физическом развитии у большинства детей в раннем возрасте отмечается выраженная задержка в овладении навыком прямохождения (от 1 г. 4 мес. до 2-х лет), а некоторые из них овладевают ходьбой только к концу раннего возраста. При этом общие движения характеризуются неустойчивостью, неуклюжестью, замедленностью или импульсивностью. Дети на третьем году жизни не могут самостоятельно ходить целенаправленно по прямой дорожке, подниматься и опускаться по лестнице. Отмечается недоразвитие ручной и мелкой моторики: не формируется ведущая рука и согласованность действий обеих рук, мелкие и точные движения кистей и пальцев рук. Дети захватывают мелкие предметы всей ладонью, не могут выделить отдельно каждый палец. В быту такие дети раннего возраста полностью зависимы от взрослого.

Отмечаются социальные факторы, которые влияют на развитие умственно отсталых детей в дошкольном возрасте: своевременность, систематичность и системность коррекционно-педагогической помощи; включение родителей в коррекционный процесс.

При отсутствии хотя бы одного из факторов происходит подмена социального развития «расцветом» физических возможностей, что сказывается на психической активности и умственных возможностях ребенка, практически, во всех случаях, приводит к искажению хода развития в целом, что обуславливает ее вариативность.

В дошкольном возрасте особенности развития умственно отсталых детей проявляются более выражено.

Первый вариант развития при легкой степени умственной отсталости характеризуется как «социально близкий к нормативному».

Физическое развитие: дети овладевают основными видами движений - ходьбой, бегом, лазанием, ползанием, метанием. Они охотно принимают участие в коллективных физических упражнениях и подвижных играх. Со временем проявляют способности к некоторым видам спорта (например, в плавании, в беге на лыжах, велогонках и др.).

главная особенность развития детей в этом варианте развития характеризуется *готовностью к взаимодействию со взрослыми и сверстниками* на основе сформированных подражательных способностей, умениям работать по показу и образцу.

Второй из вариантов развития умственно отсталых детей характеризуется как «социально неустойчивый», к этому варианту относятся дети с умеренной умственной отсталостью.

Физическое развитие: общие движения детей характеризуются неустойчивостью, неуклюжестью, замедленностью или импульсивностью. Они не могут подниматься и опускаться самостоятельно по лестнице, у них отсутствует стремление овладевать такими основными движениями как бегом и прыжками. Без коррекционного воздействия характерно для них недоразвитие ручной и мелкой моторики: не выделяется ведущая рука и не формируется согласованность действий обеих рук. Дети захватывают мелкие предметы всей ладонью, не могут выделить отдельно каждый палец, у них отсутствует указательный тип хватания (указательным и большим пальцем) и хватание щепотью (указательным, средним и большим пальцами).

Одной из важнейших образовательных потребностей у этих детей является формирование интереса к эмоциональному и ситуативно-деловому сотрудничеству с новым взрослым, развитие коммуникативных умений (невербальных, вербальных средств общения), подражательных возможностей.

Дети второго варианта развития демонстрируют положительную динамику в психическом развитии, проявляя при систематическом взаимодействии со взрослым усидчивость, познавательный интерес и социально-коммуникативную потребность к сверстникам в игровой ситуации.

Третий из вариантов развития умственно отсталых детей дошкольного возраста характеризуется как «социально неблагополучный» и характерен для детей с тяжелой умственной отсталостью и с множественными нарушениями в развитии. 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 поддержками, ходунки и коляски для передвижения и др.).

Содержание обучения и воспитания детей третьего варианта развития может быть ориентировано на жизненно-значимые потребности ребенка: в социально-коммуникативном и эмоционально-когнитивном направлениях, физическом развитии. Приоритетной задачей коррекционного обучения является создание комфортной для ребенка ситуации взаимодействия, реализация его сенсорных и двигательных возможностей в процессе целенаправленной деятельности, организуемой взрослым при использовании специальных технических средств (ТСР) реабилитации (вертикализаторы, ходунки-опоры, кресла-каталки с поддержками для рук и таза и др.).

Четвертый вариант развития детей дошкольного возраста с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется как «социально дезадаптированный».

Физическое развитие: у многих детей отмечается аномалия строения лица и черепа; большинство из них проводят свою жизнедеятельность в лежачем положении, с трудом поворачивают голову, а при грубых и выраженных патологиях мозга никогда не способны ее удерживать при вертикализации. Ручная и мелкая моторика также несовершенна: пальцы рук могут быть как расслаблены и не способны захватывать предмет, а могут находиться в состоянии спастики, при котором захват предметов также не доступен. Дети данного варианта развития могут развиваться только в ситуации эмоционально-положительного взаимодействия с ухаживающим взрослым при дополнительном использовании технических средств реабилитации (ТСР) для облегчения условий ухода и контакта со взрослым (кровати с подуваемыми матрасами, вертикализаторы, стулья с поддержками, коляски для передвижения и др.).

Специфические образовательные потребности для детей **четвертого варианта** развития: - накопление положительных впечатлений для социальной адаптации в окружающей бытовой среде и поддержания ситуации взаимодействия в доступной ребенку форме, - социальное поведение в ответ на комфортность условий ухода, - активизация эмоционально-положительного сенсомоторного потенциала к ситуации взаимодействия со знакомым взрослым, - медицинское сопровождение и уход, - специальные технические средства (ТСР) реабилитации (вертикализаторы, ходунки-опоры, кресла-каталки с поддержками для рук и таза и др.). Содержание обучения и воспитания детей четвертого варианта развития реализуется в направлениях: социально-коммуникативном и физическом. Специфической задачей коррекционного обучения является выявление и активизация сенсомоторного потенциала ребенка в социально-значимых для него ситуациях взаимодействия со взрослым.

1.4 Планируемые результаты освоения программы

К концу дошкольного возраста обучающиеся 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.
- владеть навыками повседневного ухода за своими зубами (чистить утром и вечером, полоскать после еды);
- показывать месторасположение позвоночника и сердца;
- выполнять элементарные дыхательные упражнения под контролем педагогического работника;
- перечислить по просьбе педагогического работника 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;
- перечислить правила безопасного поведения дома и на улице;
- иметь представление о необходимости заботливого и внимательного отношения к своему здоровью.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1 Основные направления работы по физическому воспитанию

1. Метание основывается на развитии хватательных движений и действий ребенка. 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 обучающихся с умственной отсталостью.

2. Построение направлено на организацию деятельности обучающихся в процессе физического воспитания. В ходе построения обучающиеся учатся слышать педагогического работника и подчинять свое поведение требованиям его инструкции. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях с другими детьми.

3. 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.

4. 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 обучающихся закрепляет навыки совместных действий, эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности.

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

5. 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. Обучающихся начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой педагогического работника. Прыжки подготавливают тело ребенка 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 обучающихся начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

6. Ползание, лазание, перелазание направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывают 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 обучающиеся в своем развитии минуют этап ползания. Поэтому одна из задач физического воспитания - восполнить этот пробел в их развитии.

7. 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.

8. Подвижные игры закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность обучающихся, развивают способность к сотрудничеству с педагогическим работником и другими детьми. Подвижные игры создают условия для формирования у обучающихся ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих обучающихся. Обучающиеся учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия обучающихся создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности обучающихся 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 обучающихся, у них формируются умения адекватно действовать в коллективе детей.

2.2 Формирование представлений о здоровом образе жизни.

Задачи воспитания по охране и совершенствованию здоровья обучающихся на весь период пребывания обучающихся в дошкольной образовательной организации:

1. Создание условий для полноценного и всестороннего развития обучающихся на базе активного двигательного режима, соблюдения режима дня, совершенствования предметно-развивающей, материально-технической и экологической среды.

В группах не должно быть острых, колющих, режущих и опасных для здоровья обучающихся предметов, металлических игрушек, целлофановых пакетов. Все мелкие предметы необходимо содержать в месте, недоступном для самостоятельного пользования обучающихся.

2. Укрепление жизнеспособности детского организма через воспитание навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков, привитие здоровьесберегающих потребностей и расширение возможностей их практической реализации.

3. Формирование у обучающихся представлений о физических потребностях своего организма, адекватных способах их удовлетворения.

4. Воспитание у обучающихся практических навыков и приемов, направленных на сохранение и укрепление здоровья в повседневной жизни.

2.3 Основные направления коррекционно-педагогической работы:

2.3.1. "Путь к себе"

В направлении "Путь к себе" у обучающихся закрепляется образ "Я"; они учатся понимать и принимать свои физические, умственные возможности, сильные и слабые стороны личности.

У обучающихся закрепляются представления о значении культурно-гигиенических навыков в жизни человека; у них закладываются представления о целостности организма человека, о взаимосвязях в деятельности его систем и об их взаимоотношениях с окружающим миром.

Ребенок познает себя через общение с окружающими людьми, наблюдение за их повседневной жизнью и деятельностью. Формируя основы здоровьесберегающих технологий, нужно постоянно помнить, что общение педагогического работника с детьми создает основу для формирования у них эталонов позитивного отношения к своему здоровью. При этом в ходе воспитания создаются предпосылки для адекватного реагирования на те или иные жизненные ситуации и поступки, которые либо способствуют укреплению здоровья и самочувствия, либо наносят им урон.

В ходе работы по данному направлению происходит знакомство ребенка с собой, со своими внутренними потребностями и возможностями, с элементарными навыками ухода за своим телом.

В течение всего воспитательного процесса необходимо проводить работу по укреплению детского организма через воспитание навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков, выработку укрепляющих здоровье потребностей и расширение возможностей их практической реализации.

Основными приемами по формированию самообслуживания являются подражание, показ и объяснение, в процессе которых педагог сопровождает свои практические действия комментариями. В дальнейшем умения детей необходимо закреплять, стимулируя их устные высказывания, что способствует выработке у них обобщенных

представлений о выполняемом способе действий, формируемом навыке и в целом о здоровом образе жизни.

Детей сначала учат выделять людей и их изображения среди объектов живой природы и предметов окружающей среды. С этой целью используются зеркала, фотографии, иллюстрации, различные видеоматериалы, позволяющие детям сконцентрировать внимание на фигуре и лице человека и на своей собственной внешности. Детям можно предлагать такие игры, задания и упражнения, как: «Покажи, где люди», «Кого ты знаешь из людей?», «Что или кого ты видишь в зеркале?», «Зачем нужна человеку голова?», «Какого цвета могут быть глаза?», «Чем ты дышишь?», «Как ты улыбаешься?», «Для чего нам нужны зубы?», «Какого цвета твои волосы?», «Что делают ноги?», «Для чего нам нужны руки?», «Что умеет делать твоё тело?»; «Лицо в зеркале», «Погляжу на ручки», «Что умеют делать мои ножки», «Улыбнись — поклонись» (перед зеркалом).

В формировании умений сопоставлять, соотносить и сравнивать с детьми проводятся игры, задания и упражнения: «Кто из вас выше, кто ниже?», «Найди самого высокого мальчика в группе», «Чьи руки сильнее?» «У кого в группе самые светлые (темные) волосы?», «Чьи зубы самые белые?», «Как узнать, здоров ребенок или нет?»

При знакомстве детей с потребностями человеческого организма (жилище, еда, детская деятельность — игра) рекомендуется проводить следующие игры, задания и упражнения: «Кто на свете всех милее?», «Улыбнись маме», «Строим дом», «Домики для животных», «Что стоит на столе?», «Что ты любишь?», «Полезное угощение», «Найди на фотографии своего любимого человека», «Мы умеем играть тихо». Наряду с этим используются и сюжетно-ролевые игры: «Как мама свою детку любит», «Не боимся мы дождя», «Под грибом» (по В. Сутееву), «За столом», «Магазин игрушек», «Когда я ем — я глух и нем», «Мы играем и поем»; проводятся беседы на темы: «Моя семья», «Основа семьи — любовь», «Мой любимый, светлый дом — хорошо и чисто в нем», «Как мы играем вместе» (в ходе которых дети усваивают правила поведения во время совместных игр со сверстниками).

С умственно отсталыми детьми знакомство с комплексом утренней гимнастики и с выполнением приемов контрастного воздействия на стопу начинается с первых дней пребывания ребенка в учреждении.

Закаливающие приемы контрастного воздействия на стопу различных материалов (ходьба по пластиковой, деревянной дорожкам, по резиновым шипам, по жесткому и мягкому коврикам, по мелким камушкам, по рельефной поверхности, по «деревянными следам») целесообразно предлагать детям и в помещении детского сада, и на его открытой территории. В процессе занятий также используются упражнения на развитие способности к равновесию: «Качалочка», «Лодочка», «Стройная березка», «Ветер качает, дерево не ломает», «Ветер стих, деревце стоит».

Формирование навыков самообслуживания связано с усвоением значения чистоты тела, лица, рук для сохранения и укрепления здоровья. Для этого используются такие игры, задания и упражнения, как: «Покажи части своего тела и лица» (голова, глаза, волосы, нос, рот, зубы, уши, шея, грудь, живот, спина, плечи, руки, ноги, пальцы, ногти, колени, локти); при этом нужно познакомить детей с примерами из произведений «Мойдодыр», «Маша--растеряша», «Федорино горе». В целях закрепления этих представлений используются дидактические игры: «Маша-замарашка», «Утро наступило», «Мыльные перчатки», «Пузырьки», «Вымой кукле руки». Также на занятиях используется обыгрывание стихов и потешек.

На занятиях по формированию культурно-гигиенических навыков создаются условия для закрепления у детей представлений режиме дня, правильном питании. Игры, задания и упражнения: «Где нам хорошо», «Почему зайчик не спит», «Моя комната», «Когда спать, когда вставать, когда работу начинать», «Три поросенка».

Также используются сюжетно-ролевые игры: «В детский сад и домой», «Когда это бывает?»; беседы: «Наша группа лучше всех», «Мой режим дня», «Для чего нужен режим дня».

При формировании навыков чистки зубов и повседневного ухода за полостью рта с детьми проводятся игры, задания и упражнения: «Помоги Маше почистить зубы», «Какие продукты полезны нашим зубкам», «Что не любят зубы», «Где должна спать зубная щетка», «Поел — прополощи ротик», «Когда я ем — я глух и нем», «Что охраняет мой рот» (язык, зубы, губы).

Очень важно, чтобы дети усвоили элементарные способы и средства гигиенических процедур для чистоты тела и методы закаливания организма. Для этого используются игры, задания и упражнения: «Дышим чистой кожей», «Ножные ванны», «Контрастные ручные ванны», «Побежали ножки по резной дорожке», «Бегают ножки по разным дорожкам», «Контрастные ручейки», «Контрастные воздушные ванны» (перемещения из прохладного помещения в теплое и обратно), «Мы закаляемся». Проведение подвижных игр на открытом воздухе с передачей предметов, массирующих и укрепляющих кисть руки. Выполнение разученного комплекса утренней гимнастики, суставной гимнастики и упражнений на развитие статико-динамических функций детей. При этом надо закрепить у них представления о значимости движений для здоровья человека. С детьми проводятся беседы: «Зачем надо делать утреннюю зарядку», «Главный ствол моего организма», «Как укреплять позвоночник», «Как помочь себе, когда ты устал», «Помоги себе сам». Продолжается знакомство с местоположением основных органов (сердце, легкие, желудок, позвоночник). С детьми выполняются задания и упражнения: «Послушаем сердечко», «Кто найдет сердечко?», «Для чего нам легкие?», «Чем мы дышим», «Пускаем пузыри», «Надуем шарик», «Плыви, лодочка (уточка)», «Разговор позвонков друг с другом», «Покажи, где находится у тебя желудок» «Качалка», «Качели», «Карусель», «Проползем на спине», «Спрятались — открылись», «Тугой лук», «Меткий стрелок», «Покачаем насос». В процессе беседы уточняется: «Что делает желудок», «Как идет пища по организму», «Зачем человеку позвоночник», «Учим позвоночник отдыхать».

В ходе обучения у умственно отсталых детей формируются навыки выполнения основных гигиенических процедур; они овладевают навыками повседневного ухода за зубами (чистить утром и вечером, полоскать после еды); выполняют комплекс утренней зарядки. По просьбе взрослого дети могут показать расположение позвоночника и сердца; выполнить элементарные дыхательные упражнения; перечислить полезные для здоровья человека продукты питания; рассказать о роли солнца, света, чистого воздуха и воды для жизни и здоровья человека.

Деятельность по внедрению в практику обучения здоровьесберегающих технологий, по формированию у детей навыков самообслуживания нацеливает педагогов учреждения и членов семьи воспитанников на тесное сотрудничество в решении данных вопросов, на поиск эффективных методов и приемов работы.

Варианты дидактических игр для формирования культурно-гигиенических навыков и навыков самообслуживания у детей с нарушением интеллекта.

В детстве ведущая деятельность – игровая. Именно через игры дети могут усваивать те или иные навыки. С помощью игр, представленных ниже, детям с нарушениями интеллекта можно привить культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания.

1.Игра «Подберем куклам одежду»

Цель: учить называть предметы одежды, дифференцировать одежду для мальчиков и девочек, последовательно одевать куклу.

Оборудование: две куклы — кукла Митя и кукла Катя, наборы одежды для Мити и для Кати: рубашка, брюки, свитер, кеды; платье, кофта, юбка, туфли.

2.Игра «Найди пару»

Цель: учить различать парную обувь и одежду, подбирать правильно к левому варианту обуви, одежды — правый.

Оборудование: вырезанные из картона обувь: сапоги, туфли, перчатки, носки, варежки, кукла Маша.

3.Игра «Волшебный шнурок»

Цель: развитие движений мелкой моторики рук, учить вдевать и выдергивать шнурок в отверстия по сюжетной картинке.

Оборудование: игра-книжка «Волшебный шнурок» и шнурки разного цвета (желтый, красный, зелёный).

4.Игра "Водичка, водичка!"

Цель: воспитывать стремление к самостоятельности при выполнении навыков самообслуживания.

Оборудование: две куклы.

Ход игры: взрослый показывает детям двух кукол и говорит, что куклы хотят обедать, но у них грязные руки и лицо. Взрослый спрашивает: "Что надо сделать? - Надо вымыть куклам руки! Попросим водичку: Водичка, водичка, умой мое личико, чтобы глазонки блестели, чтобы щечки краснели, чтоб кусался зубок, чтоб смеялся роток!" Показывает и рассказывает детям, как надо мыть куклам руки и лицо перед обедом. Далее предлагает детям вымыть свои руки и лицо, при этом взрослый повторяет потешку "Водичка, водичка!"

5.Игра "Приведи куклу в порядок"

Цель: формировать у ребенка интерес к самостоятельным действиям при одевании.

Оборудование: кукла, кукольная одежда.

Ход игры: взрослый достает раздетую куклу, кукольные вещи и просит ребенка помочь ему одеть куклу: "Кукла Оля не может одеться сама, ей холодно, давай оденем Олю, ей будет тепло! Сначала надо одеть трусики, потом майку, а затем платье". Взрослый предлагает ребенку одевать куклу, соблюдая последовательность. В случае необходимости применяются совместные действия.

6.Игра "Маша-растеряша"

Цель: учить ребенка выделять парную обувь, подбирать нужную пару обуви.

Оборудование: обувь - сапоги, ботинки, кукла.

Ход игры: взрослый вводит ребенка в игровую ситуацию: "Маша-растеряша разбросала свою обувь по разным углам. Она не может ничего найти сама. Один ботинок нашла, а другой найти не может, один сапог нашла, а другой не знает, где найти!" и т.д. Ребенку предлагается помочь Маше найти нужную пару обуви. Взрослый показывает один ботинок, предлагает найти его пару и т.д.

Далее взрослый предлагает ребенку примерить Маше найденную обувь.

7.Игра "Оденем кукол"

Цель: познакомить детей с разными видами застежек и способами застегивания.

Оборудование: куклы, коляски,

одежда на разных застежках (молния, пуговицы, липучки, кнопки, крючки).

Ход игры: взрослый предлагает детям одеть кукол и покатавать их в колясках, говорит: "Смотри, какая у кукол красивая одежда!", вместе с детьми рассматривает каждый предмет, обращает их внимание на застежки и демонстрирует способы застегивания.

Детям предлагается самостоятельно одеть кукол, после чего покатавать в коляске.

8.Игра "Обед у кукол"

Цель: формировать интерес к самостоятельным действиям при накрывании стола к обеду.

Оборудование: игрушечная посуда, скатерть, две куклы.

Ход игры: взрослый просит ребенка накрыть стол для кукол, показывает необходимые предметы и действия с ними. Затем предлагает ребенку посадить кукол за стол и угостить обедом.

9.Игра «Будет вкусным наш обед».

Цель: учить различать продукты питания (мясо, рыба, творог, овощи, фрукты и т.д.), определять, из чего приготовлены блюда, из скольких блюд состоит обед, закрепление навыка дифференциации по назначению кухонной и столовой посуды.

Оборудование: куклы, набор детской кухонной и столовой посуды, детская плита, муляжи фруктов, овощей, мяса, рыбы, сыра, колбасы, молока, творога.

Ход игры:

педагог: «Кукла Маша принесла из магазина много разных продуктов. Назовите, пожалуйста, какие продукты принесла Маша?». Дети по муляжам перечисляют продукты. «А сейчас все вместе приготовим вкусный обед для наших друзей (кукол). Из чего состоит обед? – из первого блюда (борщ, суп, щи), из второго блюда (котлеты, голубцы, пельмени, картофель, макароны, рис, овощные салаты), из третьего блюда (сок, минеральная вода, компот, чай). Выберите на столе посуду, которая нам понадобится для приготовления первого блюда (кастрюля, в которой мы варим суп), второго блюда (сковорода, в которой мы жарим котлеты, картофель, рыбу), третьего блюда (кастрюля для варки компота или графин для воды или сока)». Педагог вместе с детьми показывает и имитирует действие приготовления пищи на обед. *Например, педагог сначала спрашивает детей, как они будут готовить обед, а затем объясняет поэтапно приготовление первого блюда:*

- промыть в дуршлаге необходимые продукты для приготовления первого блюда (мясо, овощи);
- очистить овощи от кожуры и нарезать на разделочной доске;
- положить в кастрюлю необходимые продукты и залить их водой;
- поставить на детскую плиту и зажечь конфорку;
- после того, как суп будет готов, разлить половником по тарелкам.

На второе блюдо готовим рыбу с овощами. *Педагог по аналогии проводит беседу и показ необходимых продуктов и посуды для приготовления второго блюда.* На третье – варим компот из фруктов (яблок, груш, лимона). *Педагог поэтапно объясняет детям каждое действие, а затем спрашивает, что будут делать.*

Когда обед для кукол готов, начинаем сервировать стол посудой. Раскладываем приготовленные блюда по тарелкам, желаем приятного аппетита, и дети начинают кормить кукол, расхваливая при этом блюда. После того, как куклы пообедали, дети вытирают их салфеткой и «благодарят» за вкусный обед.

10.Игра «Куклы собираются на прогулку»

Цель: учить называть предметы одежды, дифференцировать одежду для мальчиков и девочек, последовательно одевать куклу.

Оборудование: две куклы – кукла Митя и кукла Катя, наборы одежды для Мити и для Кати: рубашка, брюки, свитер, кеды; платье, кофта, юбка, туфли.

Ход игры:

педагог: «Посмотрите, дети, к нам в гости пришли куклы, они хотят погулять, но не могут одеться, они перепутали свою одежду и не могут найти свои вещи. Давайте, поможем им разобраться, где, чьи вещи. *Далее педагог предлагает детям выделить заранее подготовленную одежду для мальчика Мити и для девочки Кати. Педагог спрашивает:* «Что носят девочки, а что носят мальчики?». После того, когда дети выберут одежду для кукол, один ребенок начинает одевать Митю, а другой – Катю. *Педагог в это*

время акцентирует внимание детей на последовательность одевания. Если ребенок самостоятельно не справляется, взрослый помогает ему собственными действиями. Игра проводится в последующих вариантах со сменой кукол и одежды и помогает закрепить выбор одежды для мальчиков и для девочек. Педагог обязательно хвалит детей за то, что куклы одеты правильно и красиво.

11. Игра «Готовим обед для кукол»

Цель: учить различать продукты питания (мясо, рыба, творог, овощи, фрукты и т.д.), определять, из чего приготовлены блюда, из скольких блюд состоит обед, закрепление навыка дифференциации по назначению кухонной и столовой посуды.

Оборудование: куклы, набор детской кухонной и столовой посуды, детская плита, муляжи фруктов, овощей, мяса, рыбы, сыра, колбасы, молока, творога.

Ход игры: педагог: «Кукла Маша принесла из магазина много разных продуктов. Назовите, пожалуйста, какие продукты принесла Маша?». Дети по муляжам перечисляют продукты. «А сейчас все вместе приготовим вкусный обед для наших друзей (кукол). Из чего состоит обед? – из первого блюда (борщ, суп, щи), из второго блюда (котлеты, голубцы, пельмени, картофель, макароны, рис, овощные салаты), из третьего блюда (сок, минеральная вода, компот, чай). Выберите на столе посуду, которая нам понадобится для приготовления первого блюда (кастрюля, в которой мы варим суп), второго блюда (сковорода, в которой мы жарим котлеты, картофель, рыбу), третьего блюда (кастрюля для варки компота или графин для воды или сока)». Педагог вместе с детьми показывает и имитирует действие приготовления пищи на обед. Например, педагог сначала спрашивает детей, как они будут готовить обед, а затем объясняет поэтапно приготовление первого блюда:

- промыть в дуршлаге необходимые продукты для приготовления первого блюда (мясо, овощи);
- очистить овощи от кожуры и нарезать на разделочной доске;
- положить в кастрюлю необходимые продукты и залить их водой;
- поставить на детскую плиту и зажечь конфорку;
- после того, как суп будет готов, разлить половником по тарелкам.

На второе блюдо готовим рыбу с овощами. Педагог по аналогии проводит беседу и показ необходимых продуктов и посуды для приготовления второго блюда. На третье – варим компот из фруктов (яблоко, груша, лимон). Педагог поэтапно объясняет детям каждое действие, а затем спрашивает, что будут делать.

Когда обед для кукол готов, начинаем сервировать стол посудой. Раскладываем приготовленные блюда по тарелкам, желаем приятного аппетита, и дети начинают кормить кукол, расхваливая при этом блюда. После того, как куклы пообедали, дети вытирают их салфеткой и «благодарят» за вкусный обед.

12. Игра «Посади цветочки на лужок»

Цель: научить ребенка вдевать петельку на пуговицы разного размера, развитие мелкой моторики рук, соотнесение правой и левой руки.

Оборудование: зеленое полотно, на которое нашиты пуговицы разного цвета и разного размера, цветы вырезаны из плотной ткани разного размера с прорезями в центре, соответствующими пуговицам.

Ход игры:

Педагог предлагает детям посадить на лужок красивые цветочки. К каждой пуговичке найти и присоединить нужный цветок». Ребенок выбирает цветок из ткани и пробует вдеть пуговицу на полотно в прорезь, если пуговица не подходит к петельке, педагог предлагает попробовать присоединить к другим пуговичкам и обращает внимание ребенка на размер петельки и пуговицы, чтобы они совпадали». Таким образом, ребенок «сажает» цветы на зеленое полотно. Взрослый хвалит ребенка по ходу игры за каждый прикрепленный цветок. Детям нравится видеть результат своих действий.

Карта педагогической диагностики формирования навыков самообслуживания.

№ п.п	ФИ ребёнка	1 год обуч.		2 год обуч.		3 год обуч.		4 год обуч.	
		НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ
	характеристика								
1	Знает и придерживается последовательности действий при мытье рук.								
2	Открывает и закрывает кран, различая горячую и холодную воду.								
3	Знает и придерживается элементарной последовательности действий при умывании лица.								
4	Знает и придерживается элементарной последовательности действий по уходу за полостью рта.								
5	Знает и придерживается элементарной последовательности действий по расчёсыванию волос								
6	Имеет элементарные представления и придерживается последовательности действий во время утреннего туалета.								
7	Знает и выполняет элементарную последовательность действий по уходу за волосами								
8	Имеет элементарные представления о способах ухода за глазами								
9	Имеет элементарные представления о способах ухода за ушами								
10	Имеет элементарные представления о способах ухода за носом								
11	Знает и придерживается элементарной последовательности действий при пользовании туалетом								
12	Имеет элементарные представления о последовательности действий при принятии душа								
15	Имеет элементарные представления о средствах ухода за лицом.								
16	Узнает отдельные предметы одежды.								
17	Узнает отдельные предметы обуви								
18	Имеет элементарные представления о верхней одежде и одежде, которую носят в помещении.								
19	Может выбрать одежду среди ряда предметов								
20	Имеет элементарные представления о различных видах обуви								
21	Может выбрать обувь среди ряда предметов								
22	Имеет представление о назначении головных уборов								
23	Имеет элементарные представления о праздничной одежде								
24	Дифференцирует чистую и грязную одежду и обувь								
25	Имеет элементарное представление о способах ухода за одеждой								
26	Имеет элементарное представление о способах ухода за обувью								
27	Осуществляет элементарные действия по уходу за обувью								
28	Стирает мелкие вещи после предварительного обсуждения последовательности действий, по вербальной и невербальной инструкции								
29	Расстёгивает и застёгивает одежду и обувь на липучках								
30	Расстёгивает и застёгивает одежду и обувь на застёжке-молнии								
31	Расстёгивает и застёгивает одежду на пуговицах								
32	Расстёгивает и застёгивает обувь со шнуровкой								
33	Имеет элементарные представления об основных способах хранения одежды								

34	Имеет элементарные представления об отдельных предметах посуды								
36	Имеет элементарные представления о столовых приборах								
37	Пьёт из чашки, пользуется ложкой								
38	Знает и выполняет элементарные действия по сервировке стола								
39	Знает посуду для приготовления пищи								
40	Имеет элементарные представления об уходе за посудой								
41	Имеет элементарные представления о некоторых продуктах питания								
42	Имеет элементарные представления о режиме питания								
43	Соотносит продукты питания с режимом питания								
44	Знает и соблюдает элементарные правила поведения за столом								
45	Умеет пользоваться салфеткой								
46	Следит за своим внешним видом								

Особенности осуществления деятельности ребёнка (степень участия педагога).

балл	Характеристика с указанием степени помощи учителя
0	Выполняет задание с полной физической поддержкой, педагог полностью управляет процессом
1	Выполняет задание «рука в руке», совместно, с появлением эпизодов начальной самостоятельной активности
2	Задание выполняет после многократного совместного выполнения (повторения) и при постоянной помощи педагога
3	Задание выполняет после инструкции и предшествующей совместной проработки, опираясь на алгоритм и частично на помощь педагога
4	Задание выполняет после показа, опираясь на алгоритм и минимальную помощь педагога
5	Задание выполняет по образцу при постоянном поэтапном контроле со стороны педагога
6	Задание выполняет самостоятельно, требуется организующая помощь

2.3.3. "Мир моих чувств и ощущений"

В содержании работы "Мир моих чувств и ощущений" обучающихся знакомят с основными средствами познания мира - зрением, слухом, кожей и мышечной чувствительностью, обонянием, вкусовыми ощущениями. Путем практических упражнений обучающиеся постигают особенности этих ощущений, учатся им доверять и использовать в повседневной практике, фиксируют в речи свои ощущения. Кроме того, создаются специальные ситуации для накопления индивидуального чувственного и эмоционального опыта, который закладывает основы представлений обучающихся о различных чувствах и их проявлениях в поведении и в отношениях с окружающими людьми.

У обучающихся формируются представления о необходимости бережного отношения к органам чувств. С детьми проводятся упражнения по самомассажу, формируются у них навыки ухода за ушами (гигиена ушей) и кожей.

Ребенок с умеренной и тяжелой формой очень слабо осознают возможности обонятельного, осязательного и вкусового анализаторов, вследствие поражения и недоразвития центральной нервной системы. Поэтому требуется целенаправленная работа по обучению таких детей познанию особых свойств предметов.

Основная коррекционная задача при изучении раздела "Мир моих чувств и ощущений": сформировать у детей с умственной отсталостью недостающие поисковые способы ориентировки в окружающем предметном мире.

В дидактических играх закрепляются навыки различения запахов предметов, это способствует дифференциации предметов окружающего мира с помощью обоняния.

Игра «Определи предмет по запаху».

Ребенку завязывают глаза, подносят тарелку с веществом, ребенок по запаху определяет какао, мяту, колбасу, духи, герань, банан, хлеб и т. д.

Игра «Вспомни, как пахнет»

Детям предлагают по картинкам с изображением разных предметов (детские краски, еловая ветка, кофе, лук, огурец, мыло, ягода земляники, цветущая календула, флоксы и др.) вспомнить, как они пахнут, и объяснить словами (по возможности).

Игра «Баночка с запахом»

Материал: закрытые баночки с острыми пахнущими веществами: чай, йод, шампунь, духи, ель, зубная паста, апельсин, раствор хлора.

Педагог берет баночку, отвинчивает крышку и показывает, как нужно нюхать, вдыхая через нос. Педагог при затруднении помогает узнать и по возможности назвать или показать на картинке, что находится в баночке.

Дидактические игры для развития вкусовых ощущений.

«Определи на вкус»

Ребенок с завязанными глазами кончиком языка пробует соленый огурец, сладкую конфету, кислый лимон, горький лук. Называет словом или показывает картинку о своих вкусовых ощущениях. Можно взять вареные и сырые продукты или разные сорта хлеба, конфет, фруктов, молочных продуктов.

«Назови вкус продуктов»

По картинкам с изображением продуктов, овощей, фруктов назвать их вкус. Например: лимон (кислый, сочный, освежающий); конфета (сладкая, с начинкой, леденец, шоколад, карамель); чеснок (горький, неприятный, с резким запахом).

Упражнения на классификацию и обобщение .

(Детям предлагаются муляжи овощей и фруктов)

- Разложить фрукты и овощи по группам.
- Придумать салат и выбрать для этого необходимые овощи и фрукты, назвать их вкусовые качества.

Посмотрите, на доске 4 ряда продуктов. Назовите и покажите:

- - кислые
- - сладкие
- - горькие
- - соленые продукты.

Самомассаж. Во время проведения самомассажа педагог использует потешки, чистоговорки, короткие стихотворения.

Методика проведения самомассажа:

- Перед выполнением приемов самомассажа дети должны принять расслабленную, спокойную позу.
- Длительность одного сеанса 7-10 минут.
- Каждое движение выполняется 4 – 6 раз.

Процедура массажа и самомассажа проводится по определенной схеме: массаж пальцев, ладоней, мимических мышц лица.

На практике можно использовать следующие формы работы по коррекции системного нарушения речи у умственно отсталых детей, нормализации мышечного тонуса и стимуляции речевых областей в коре головного мозга.

1. самомассаж кистей и пальцев рук.

Самомассаж начинаем с легкого растирания подушечек пальцев в направлении от кончиков к ладони.

Самомассаж мячиками - ёжиками

Самомассаж Су-Джок шарами разной величины.

Самомассаж пальцев эластичным кольцом - пружинкой, надевая массажное кольцо поочередно на каждый палец.

Все это сочетается с речевыми упражнениями (повтор слоговых цепочек, чистоговорок, потешек). При выполнении подобного рода упражнений ребенок слышит ритмизованную речь, что немаловажно, т.к. в основе речи — ритм. Развивается вербальная память обучающегося: нужно запомнить в соответствии с какой фразой надеть колечко на палец.

2. Самомассаж мышц головы, лица, шеи.

Чтобы не зевать от скуки,

Взяли и потерли руки,

А затем ладошкой в лоб-

Хлоп, хлоп, хлоп

Чтобы щёчки не дремали,

Мы пощиплем их немножко.

Носик мы погладим, пусть он дышит хорошо....

2.3.4. "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья"

При ознакомлении обучающихся с направлением "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья" - происходит формирование представлений обучающихся о единстве Человека и Природы. Первоначально ознакомление с этим единством проводится в ходе понимания дошкольниками значимости режима дня в обыденной жизни как проявления биоритмов природы. Обучающиеся знакомятся и с другими биоритмами - сезонными и суточными изменениями, учатся соотносить свое поведение и самочувствие с этими изменениями.

В подготовительной к школе группе у дошкольников формируются представления о возрасте людей. Они узнают о зависимости деятельности человека от его возраста. Начинают понимать, что самочувствие человека зависит от правильного отношения к своему здоровью и от поведения человека. Такой подход является основой для формирования представлений о здоровом образе жизни как базовой потребности человеческого организма.

В дальнейшем "солнце, воздух и вода" рассматриваются как факторы, оказывающие важнейшее влияние на жизнь и здоровье не только человека, но и всего живого на Земле.

В рамках обучения режиму дня, биоритмам природы и человека применяются дидактические и подвижные задания и игры, которые помогут детям с умственной отсталостью разобраться единстве природы и человека.

Примерные дидактические и подвижные игры и задания:

Дидактическая игра «Мой день»

1 вариант: «Отгадай загадки»

На столе разложены картинки с изображением действий детей в разное время суток, домики-части суток. Воспитатель предлагает детям отгадать загадки.

1. Вот проснулось в небе солнце,

Заглянуло к нам в оконце.

Петушок горланит мудро,

Возвещает: «Это... Утро!»

Дети отгадывают, подбирают картинки и выкладывают их к домику «Утро», объясняя последовательность вида деятельности, который соответствует времени суток.

2. Солнце в небе высоко,

И до ночи далеко,

Коротка деревьев тень.

Что за время суток? (День)

Дети отгадывают, подбирают картинки и выкладывают их к домику «День», объясняя последовательность вида деятельности, который соответствует времени суток.

3. День прошёл, садится солнце.

Сумрак медленно крадётся.

Зажигайте лампы, свечи –

Наступает тёмный...Вечер.

Дети отгадывают, подбирают картинки и выкладывают их к домику «Вечер», объясняя последовательность вида деятельности, который соответствует времени суток.

4. Ничего не видно стало,

Будто кто-то одеялом

С головою нас закутал,

Это что за время суток? (Ночь)

Дети отгадывают, подбирают картинки и выкладывают их к домику «Ночь», объясняя последовательность вида деятельности, который соответствует времени суток.

2 вариант: «Покажи действия»

Воспитатель называет определенную часть суток или выбирает соответствующий домик и предлагает детям показать с помощью жестов и мимики действия людей, которые они выполняют (могут выполнять) в указанное время суток.

3 вариант: «Исправь ошибку»

Воспитатель говорит детям о том, что волшебник Путаница перепутал картинки режима дня, и предлагает помочь волшебнику исправить ошибку и разложить картинки по порядку, объясняя свои действия.

4 вариант: «Кто быстрее»

Взрослый (воспитатель или родитель) предлагает детям выложить ряд карточек, т. е. последовательность действий режима дня - кто быстрее.

Ожидаемый результат:

Таким образом, в процессе решения задач:

Дети научатся различать части суток по объективным признакам;

У детей будут сформированы представления о необходимости соблюдения режима дня для сохранения и укрепления своего здоровья;

Дети научатся создавать образ при помощи мимики и жестов;

Подвижная игра «Утро, день, ночь»

Играющие встают по трое, один за другим, лицом к центру, где стоит водящий. Первые в тройках –«утро», вторые–«день», третьи–«ночь». По сигналу водящий произносит любое из трех названий, например «день». Все играющие «день» должны поменяться местами. Водящий стремится встать на любое освободившееся место. Если ему это удастся, то игрок, оставшийся без места, становится водящим. Можно выкрикнуть два названия и даже три. Побеждает тот, кто ни разу не был водящим.

Дидактическая игра «Когда это бывает?»

Перед детьми разложены 4 картинки: утро, день, вечер, ночь. Педагог задает вопросы о времени суток, о действиях человека. Например: «Маа чистит зубы, когда это бывает?»

Дети должны выбрать правильные картинки (утро, вечер)

Солнце, свет. Их роль и влияние на жизнь, рост и развитие живых организмов. Взаимосвязь солнца и температуры воздуха. На прогулках и в ходе занятий обучающихся знакомят с правилами поведения на солнце, что особенно актуально в теплое время года. Таким образом, осуществляется профилактика перегревания. Здесь же обучающихся знакомят с необходимостью ухода за глазами, проводится профилактика их переутомления. Обучающиеся практически овладевают приемами и упражнениями для укрепления глазных мышц и развития остроты зрения.

Подвижные и дидактические игры:

Подвижная игра «Солнышко»

В центре начерчен круг. Все играющие делятся на пять команд и выстраиваются боком к центру круга. Получается своеобразное солнышко с лучами. Каждый луч – команда. Игроки, первые от центра круга, держат в руках эстафетные палочки. По сигналу они бегут по кругу и передают эстафету игроку, стоящему теперь первым в своей команде. Прибежавший встает в шеренгу на место ближе к центру. Когда начинавший игру окажется с краю и получит эстафетную палочку, он поднимает ее, показывая, что команда закончила игру.

Дидактическая игра «Что перепутал художник?»

Детям раздаются карточки, на которых изображены времена года с ошибками. Дети по очереди объясняют или показывают, что не так на картинке

«Маляры»

Движения глаз вверх-вниз. Плавно 8–10 раз.

Нет забавнее игры:

Наши глазки — маляры. (Садятся прямо и настраиваются.)

Мы заборы красим

Вверх — вниз — раз,

Вверх — вниз — два. (И так до 8 раз.)

Наши глазки молодцы,

Работают в согласии. (Легко моргают.)

«Ходики»

Движения глаз вправо-влево. Плавно 8–10 раз.

Тик-так! Ходики

Работают исправно. (Дети садятся прямо и настраиваются.)

Влево — вправо — раз,

Влево — вправо — два. (И так до 8 раз.)

Полезно и забавно! (Легко моргают.)

«Бабочка»

Плавные движения глаз вырисовывают бабочку. Правый верхний угол — правый нижний угол, вверх по диагонали — левый верхний угол, левый нижний и т. д.

Раз, два, три, четыре, пять!

Будем крылья рисовать.

Спал цветок и вдруг проснулся,

Больше спать не захотел.

(Движения на каждое слово по контуру бабочки в одну сторону.)

Шевельнулся, потянулся,

Взвился вверх и полетел.

Солнце утром лишь проснется,

Бабочка кружит и вьется.

(Движения на каждое слово по контуру бабочки в другую сторону.)

«Восьмерка»

Плавные движения глаз вырисовывают восьмерку. Начинаем упражнение от носа. Исходное положение: глаза закрыты. Далее их открываем. Как только восьмерка закончилась, то снова закрываем глаза на несколько секунд. Медленный счет до восьми. Сначала надо сделать восьмерки в одном направлении, а затем в другом.

Рисуй восьмерку вертикально

И головою не крути,

А лишь глазами осторожно

Ты вдоль по линиям води.

(Закончилась первая восьмерка — вертикальная. Глаза закрыли на несколько секунд.)

Теперь следи горизонтально,

И в центре ты остановись,

Зажмурься крепко, мимолетно,

Давай, дружочек, не ленись!

(Закончилась вторая восьмерка — горизонтальная. Глаза закрыли на несколько секунд.)

Глаза открываем мы наконец.

Восьмерка закончилась. Ты молодец! (Легко моргают.)

Воздух. Обучающиеся знакомятся с приемами правильного дыхания, овладевают навыками контроля за своим поведением с использованием дыхательных упражнений. Соблюдение режима проветривания помещения, регулярные прогулки и активный отдых, сон в проветриваемом помещении становится для обучающихся важным условием здорового образа жизни.

Примеры дыхательных упражнений:

«Ароматы природы»

(восстанавливает обонятельный компонент дыхания, носовое и кожное дыхание). И.п. - стоя. После выдоха медленно втягивается воздух. Делается попытка уловить тончайшие ароматы природы. Тело предельно расслабляется. Ребёнок добивается ощущения, что он дышит не только носом, но и всем телом. Повторить 4 раза в максимально медленном темпе.

«Озвученное дыхание» (способствует концентрации внимания). И.п. стоя. Глаза закрыты. Внимание сконцентрировано на точке, расположенной на расстоянии трёх поперечных пальцев ниже пупка. Рот закрыт. На вдохе произносится чуть заметный звук, похожий на всхлипывание. Делается небольшая пауза, затем выдох, также с чуть слышным звуком. Повторить 8 раз в медленном темпе.

«Медуза» (упражнение на релаксацию). И.п. - стоя. Глаза закрыты. Тело максимально расслабляется до полного «размягчения» мышц. Дыхание очень медленное.

«Ныряние» (выполняется между другими дыхательными упражнениями, чтобы избежать головокружения, а также как дыхательный тест, описанный выше). И.п. - стоя. Резкий выдох ртом одновременно с быстрым приседанием на корточки, нос зажимается пальцами. Насколько возможно, задерживается дыхание.

«Сеньор Помидор» (способствует улучшению микроциркуляции в ткани лёгких, раскрытию спавшихся альвеол). И.п. - стоя. Вдох. Рот плотно закрыт. Нос зажат пальцами. Делается попытка выдохнуть воздух. Щёки при этом раздуваются, создаётся максимальное напряжение мышц, участвующих в выдохе. Делать один раз.

« Мышка и мишка»

У мишки дом огромный (ребенок выпрямляется, встает на носочки, поднимает руки вверх,

тянется за ними, смотрит на руки и делает вдох)

У мышки – очень маленький (присаживается, обхватывает руками колени, опускает голову,

делает выдох с произнесением звука ш-ш-ш)

Мышка ходит в гости к мишке (ходит на носочках)

Он же к ней не попадёт.

Повторить 3 – 4 раза.

«Самолет»

Самолётик — самолёт (малыш разводит руки в стороны ладошками вверх, поднимает голову

и делает вдох)

Отправляется в полёт (задерживает дыхание)

Жу-жу-жу (делает поворот вправо)

Жу-жу-жу (выдох, произносит ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встает прямо, опустив руки)

Я налево полечу (поднимает голову и делает вдох)

Жу-жу-жу (делает поворот влево)

Жу-жу-жу (выдох, ж-ж-ж)

Постою и отдохну (встает прямо и опускает руки).

Повторить 2-3 раза

Вода. Обучающиеся знакомятся с ее значением для жизни живых организмов на Земле, у них закрепляются представления о простейших свойствах воды и ее значении в жизни человека. Обучающиеся знакомятся с водой как со средством гигиены, закаливания и оздоровления своего организма.

В играх с водой ребенок, при помощи взрослого, не только познает её свойства, но вода оказывает на организм ребёнка релаксационный эффект, очень интересно наблюдать, как простейшие действия с водой, доставляют радость детям и в дальнейшем оставляют прекрасные воспоминания.

Игры и опыты с водой:

«Тонет-не тонет»

Дети рассматривают группу игрушек. В игре «отгадалки» называют, какие из этих игрушек плавают, а какие тонут. Раскладывают их в два ведерка разного цвета. Игра «Проверялка»: опускать игрушки в воду. Угадали — молодцы, а ошиблись — не беда: еще раз разложите игрушки в ведерки.

«Тонуций кораблик»

Оборудование: большой таз, пластмассовые мыльницы или мисочки, лейки. В большой таз, наполовину наполненный водой, дети опускают мыльницу или мисочку. Затем один ребенок наливает в нее из лейки немного воды, другие дети по очереди подливают туда воду так, чтобы кораблик не утонул. Все с интересом наблюдают, сколько времени удастся продержаться кораблику на воде.

«Поиск сокровищ под водой»

Оборудование: большой прозрачный сосуд, мелкие предметы, игрушки, платочки. Наполнить сосуд водой, положить туда тонущие предметы. Дети должны их увидеть, пощупать. Завязать глаза одному ребенку, который опускает руку в воду. Нашупав игрушку, называет ее. Эти же действия выполняют остальные дети.

«Веселые пузырьки (водный оркестр)»

Дети получают пластмассовые баночки с водой, пластмассовые соломинки. По сигналу начинают дуть в соломинки, опущенные в воду. Шум пузырьков можно сопровождать игрой воспитателя на металлофоне.

Эстафета «Построить мост»

(начертить линии)

Команды выстраиваются к колонны по одному. По сигналу первый бежит до линии и становится на мост (упор стоя согнувшись). После этого выбегает 2, 3, и т. д., а последний (капитан) проползает под мостом и выпрямившись командует «Встать» все игроки возвращаются к линии старта.

Эстафета «Водонос»

Две команды. У первых игроков в руках по стакану, наполненному водой до половины. По сигналу первые участники бегут до ориентира и обратно, стараясь не расплескать воду, и передают стакан следующему игроку. Побеждает команда, первая закончившая игру и пролившая меньше воды.

Эстафета «Водолей»

У каждой команды по две пол литровые бутылки. Одна из них наполнена водой. Вторая стоит пустая на финише. После старта участники с целой бутылкой бегут к ориентиру и переливают без помощи чего-либо воду из одной бутылки в в пустую. Когда вода перелита, «водолей» оставляет пустую бутылку на стуле, а с полной возвращается к команде и передает ее следующему участнику. Так по очереди все проделывают эту несложную задачу. В заключении судьи проверяют, какая команда потеряла меньше воды. Более быстрая и более умело льющая воду команда становится победителем.

"Движение - основа жизни" - посвящено формированию у обучающихся представлений о значении двигательной активности в жизни человека. Обучающиеся знакомятся со своими индивидуальными параметрами физического развития и роста. Они учатся замерять свой рост, оценивать свою силу, ловкость, скорость передвижения, выносливость при физических нагрузках. В процессе занятий дошкольники знакомятся с ролью подвижных игр в повышении работоспособности, в снятии напряжения и усталости; овладевают комплексами упражнений для физкультминуток на занятиях, для утренней гимнастики.

Особая ценность подвижных игр для детей с умственной отсталостью заключается в возможности одновременного воздействия на моторную и психическую сферу. Быстрая смена игровых ситуаций предъявляет повышенные требования к подвижности нервных процессов, скорости реакции и нестандартности действий. Игры вынуждают мыслить наиболее экономно, реагировать на действия партнеров, приспосабливаться к обстановке. Игроющему ребенку приходится выбирать и совершать из множества операций одну, которая, по его мнению, может принести успех. Чем разнообразнее информация поступает в мозг, тем интенсивнее включаются психические процессы. Именно поэтому с помощью игры у ребенка с умственной отсталостью развивают восприятие, мышление, внимание, воображение, память, моторику, речь, повышая умственную активность, а, следовательно, познавательную деятельность в целом.

Эффект этот достигается за счет полу функциональности подвижных игр, когда коррекция двигательных нарушений (пространственной ориентировки, точности, ритма, согласованности движений, равновесия и др.) инициирует активную деятельность мозга, сохранных анализаторов, психических функций, вегетативных систем, обеспечивающих движение. Особенно ярко эта взаимосвязь проявляется в реализации межпредметных связей, когда целенаправленные двигательные действия, организованные в форме игровых композиций, эстафет, ролевых и имитационных игр, выполняемых под стихи, загадки, потешки, скороговорки, с решением простейших математических задач, облегчают усвоение счета, понятий о количестве, форме, величине, направлении, амплитуде; активизируют речевую деятельность, правильное звукопроизношение; обогащают словарный запас, развивают память, внимание, моторику мелких мышц рук.

Подготовка к проведению подвижной игры начинается с ее выбора. При этом важно учесть состав группы, возраст, медицинские показания, количество участников, условия, место и форму проведения игры. Например, *утреннюю зарядку* можно провести под музыку в виде игровых имитационных упражнений, каждое из которых имеет свое название: «Лошадка», «Силачи», «Березка», «Пружина» и т.д. *Подвижным играм на воде* должны сопутствовать хорошие погодные условия и абсолютная безопасность. При проведении *спортивного праздника* заранее должен быть составлен его сценарий с описанием содержания и последовательности подвижных игр, эстафет, полос препятствий, спортивных игр, включенных в программу, с назначением ответственных за проведение каждой игры.

Выбор игр и методика их проведения диктуются в первую очередь степенью ограничения подвижности ребенка, его физическими и психическими возможностями. При этом учитывается истинный возраст, соответствующий уровню развития ребенка на данный момент.

Организация детей в игре — важное условие ее успешного хода. Игры проходят интересно, если команды равны по силам. Это сложная задача для руководителя, так как в игре, как правило, принимают участие дети с разными двигательными возможностями и разного возраста. Ориентироваться следует на индивидуальные возможности каждого ребенка, учитывая при этом его личное желание войти в ту или иную команду.

Успешность игры во многом зависит от того, насколько хорошо дети поняли ее содержание и правила. Краткое образное объяснение сюжета, дополненное показом, ведущий дает тогда, когда играющие уже разделены на команды и находятся в стартовом

положении (в круге, в колоннах и т.п.). Ведущий занимает место не в центре круга, а среди играющих или на возвышении так, чтобы всем его было видно и слышно.

Подвижные игры и физкультминутки:

«Повтори, не ошибись»

Цель: развитие внимания, быстроты реакции; накопление количества и уточнение смысла слов, обозначающих действие.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Дети стоят полукругом. Ведущий медленно выполняет простые движения руками (вперед, вверх, в стороны, вниз). Дети должны выполнять те же движения, что и ведущий. Допустивший ошибку выбывает. Выигрывает оставшийся последним.

Варианты

- Простые движения можно заменить на более сложные, включить движения ногами и туловищем, асимметричные движения (правая рука вверх, левая вперед) и т. д.
- Ведущий одновременно с показом движения называет имя одного из играющих, который и должен это движение повторить, а остальные игроки наблюдают. Ведущий проговаривает движение (руки вверх), а выполняет в этот момент другое действие (руки вниз). Дети должны выполнять движение по показу ведущего, не обращая внимания на его сбивающие команды.
- На каждое движение ведущий называет слово (например, ручка, самолет, мяч, воробей и т.д.). Дети должны выполнять только те движения, которые сопровождаются названиями летающего предмета (воробей, самолет).

Методические указания. Во время игры ведущему необходимо следить за тем, чтобы все дети видели его одинаково хорошо.

«Что пропало»

Цель: активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти.

Оптимальное количество игроков — 5—10.

Инвентарь: несколько предметов (игрушки, кегли, обручи, скакалка и др.).

Инструкция. На игровой площадке ведущий раскладывает 4—5 предметов. Дети в течение одной минуты рассматривают предметы, стараясь их запомнить. Затем по команде дети становятся спиной к игровой площадке, а ведущий в это время убирает один из предметов. Дети поворачиваются и называют пропавший предмет. Выигрывает тот, кто ошибется меньшее количество раз.

Варианты

- Увеличить количество предметов,
- Уменьшить время запоминания предметов.
- Убрать два предмета.

Методические указания. Для игры следует подбирать такие предметы, которые хорошо знакомы детям.

«Узнай друга»

Цель: развитие тактильных ощущений, слухового внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве.

Количество игроков 8—12.

Инвентарь: повязки на глаза.

Инструкция. Одной половине детей завязывают глаза и дают им возможность походить по игровой площадке. Далее им предлагается, не снимая повязки, найти и узнать друг друга. Узнавать можно с помощью рук — ошупывая волосы, одежду. Затем, когда друг узнан, игроки меняются ролями.

Вариант: если игрок не может узнать другого ребенка при помощи ощупывания, можно предложить попытаться узнать его по голосу.

Методические указания. Следует позаботиться о том, чтобы игровая площадка была абсолютно ровной, иначе дети с завязанными глазами будут чувствовать себя неуверенно.

«Зоопарк»

Цель: активизация речевой деятельности, расширение словаря и понятий по теме «животные», развитие умений в имитации звуков и движений.

Количество игроков — 8—15.

Инвентарь: обруч или мел.

Инструкция. Дети выбирают себе роль какого-либо животного. Для самых младших детей роли назначает воспитатель. Каждый «зверь» садится в свою «клетку» — в обруч или круг, нарисованный на полу (земле). В клетке может быть и несколько зверей — обезьяны, зайцы, гуси и т.д.

Незанятые дети встают за воспитателем, кладут руки на пояс впереди стоящего, то есть садятся в «поезд», и «едут на прогулку в зоопарк». Подходя к «клетке», воспитатель спрашивает: «Какой зверь живет в этой клетке?» Сидящие там «звери» должны показать движениями, мимикой, звуками, кого они изображают, а приехавшие экскурсанты угадывают зверей. И так — от клетки к клетке. Поощряются дети, наиболее удачно изобразившие зверей. Затем экскурсанты и бывшие «звери» вместе с воспитателем, взяв друг друга за пояс и высоко поднимая колени, изображают поезд и едут домой.

Вариант: по дороге домой дети поют песенку:

Вот поезд наш едет, гудит паровоз. Далеко, далеко ребят он повез. Уу-уу-уу-уу-уу.

Но вот остановка, дети останавливаются, произнося «и-и-и», опускают руки и спокойно ходят (бегают) во время остановки поезда, собирают цветы на поляне (наклоняются, приседают). По сигналу все бегут, чтобы не опоздать на поезд, и становятся в колонну, вновь изображая вагоны: ходят, высоко поднимая колени, и поют куплет.

Методические указания. Эту игру можно повторить 2—3 раза.

«Лохматый пес»

Цель: активизация речевой деятельности, развитие памяти и быстроты реакции, формирование способности имитировать животных (собаку).

Инструкция. Из числа играющих выбирают «пса». Он сидит в стороне. Другие дети медленно идут к нему, приговаривая:

Вот сидит лохматый пес, в лапки свой уткнувши нос. Тихо, мирно он сидит, не то дремлет, не то спит. Подойдем к нему, разбудим и посмотрим, Что же будет?

Дети тихонько подходят и хлопают в ладоши. «Пес» вскакивает, рычит, лает и ловит детей. Пойманный игрок становится водящим «псом».

Методические указания. Эта игра отличается большой интенсивностью, поэтому необходимо следить за тем, чтобы дети не перевозбудились.

«Дотронься до...»

Цель: формирование у ребенка представлений о цвете, форме, размерах и других свойствах предметов, развитие быстроты реакции.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Все играющие одеты по-разному. Ведущий выкрикивает: «Дотронься до... синего!» Игроки должны мгновенно сориентироваться, обнаружить у участников игры в одежде что-то синее и дотронуться до этого цвета. Цвета каждый раз меняются, кто не успел вовремя среагировать, становится ведущим.

Варианты

- Можно называть не только цвета, но и формы или размеры предметов. Например, «Дотронься до... круглого», «Дотронься до... маленького!»

- Возможно и усложнять команду за счет сочетания цвета и формы и т.д., например, «Дотронься до... красного квадратного!»
- Дети могут «искать ответы» не только в одежде, но и среди игрушек, инвентаря.

Методические указания. Ведущему следует давать детям только те задания, которые реально осуществимы, то есть предметы должны находиться в поле зрения играющих.

«Строим цифры»

Цель: развитие элементарных математических представлений, умения ориентироваться в пространстве, организованности.

Количество игроков может быть любым.

Инструкция. Играющие свободно передвигаются по поляне или игровой площадке. Ведущий объясняет: «Я буду считать до 10, а вы за это время должны выстроиться все вместе в цифру 1 (2, 3, 4 и т.д.)». Дети выполняют задание.

Варианты

- Дети располагаются по заранее нарисованным на полу цифрам.
- Если дети быстро справляются с заданием, можно считать быстрее, таким образом сокращая время построения.
- Ведущий усложняет задание: «Пока я буду считать до 10, вы произведете в уме сложение (вычитание) и все вместе выстроите цифру — ответ. Например: $1+1, 2-1$ ». Дети должны построить цифры 2, 1.

Методические указания. Первую игру нужно сделать пробной, объяснив и подробно показав все действия.

«Найди букву»

Цель: разучивание букв, слогов, слов; развитие у детей быстроты реакции, памяти.

Количество игроков 8—10.

Инвентарь: два стенда с крючками, карточки с петлями с изображением букв алфавита.

Инструкция. Дети делятся на две команды. По сигналу ведущего первые игроки каждой команды подбегают к стенду, в нижней части которого расположены «буквы». Выбирают первую букву алфавита — А — и вывешивают ее на стенде. Затем бегом возвращаются к своей команде. Вторые игроки делают то же самое, но вывешивают уже вторую букву алфавита — Б — и т.д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету и совершившая меньше ошибок.

Варианты

- Вместо бега можно выполнять какие-либо другие задания.
- В начале эстафеты каждой команде выдают по набору букв (например, д, а, ш, я). Дети, посоветовавшись, вместе должны составить из полученных букв слово, распределить буквы между собой и построиться. Когда обе команды будут готовы, начинается эстафета. Каждая команда должна вывесить свое слово на стенде.

Методические указания

- Каждый из предложенных вариантов игры должен быть сориентирован на тот возраст, для которого игра доступна.
- В первом варианте, при игре с выстраиванием алфавита, возможна помощь детей и ведущего. Все вслух хором проговаривают очередную букву, а игрок должен ее найти.

«Кот и воробушки»

Цель: развитие быстроты реакции, равновесия, способности детей к звукоподражанию.

Количество игроков 6-14.

Инвентарь: подвижная опора (бревно), обруч.

Количество игроков 10—15.

Инструкция. Двое игроков — «рыбаки» — берут друг друга за руки, образуя «невод». Все остальные — «рыбки». «Рыбаки» ловят «неводом» «рыбок». Пойманные дети берутся

с «рыбаками» за руки, увеличивая «невод». Игра продолжается до тех пор, пока не останутся две непойманные «рыбки». Они — победители.

Инструкция. На одной стороне площадки на бревне стоят дети. Это «воробушки» на «жердочках». В стороне сидит игрок — «кот». Он спит. Ведущий говорит: «Воробушки, полетели!» Воробушки спрыгивают с жердочек и, расправляя крылья и чирикавая (чив-чив-чив), разлетаются во все стороны. По сигналу «Кот идет!» «кот», мяукая, ловит «воробушков». Спаситься от «кота» можно, только запрыгнув на свою жердочку. Выигрывает тот «воробушек», который ни разу не попался в лапы «кота».

Варианты

- Вместо бревна можно использовать обруч, встав в него на одну ногу.
- «Воробушки» могут не просто летать по площадке, а «купаться» или «клевать крошки» в заранее отмеченных местах, расположившись очень близко к спящему «коту».

Методические указания

- Игру следует повторять несколько раз. «Котом» (водящим) становится самый ловкий и быстрый «воробушек».
- Эту игру особенно любят дошкольники и дети младших классов.

«Невод»

Цель: улучшение координации движений, формирование способности вести совместные действия с партнером, развитие точности движений **Вариант:** та же игра, но с речитативом, который произносят «рыбаки», до того, как начнут ловить «рыбок»:

Рыбка плавает в водичке, Рыбке весело играть. Рыбка-рыбка, озорница, Мы хотим тебя поймать.

Во время речитатива «рыбки» плавают, выполняя различные плавные движения руками. После слов «Мы хотим тебя поймать» «рыбки» разбегаются по поляне, а «рыбаки» ловят их.

Методические указания

- Нельзя ловить «разорванным неводом», то есть расцеплять руки.
- «Рыбаки» не должны хватать «рыбок» за руки или за одежду.
-

Подвижные игры с фитболом:

Фитбол — это большой упругий мяч, выдерживающий вес до 300 килограммов. Игры с фитболом способствуют формированию мышечного корсета, коррекции деформаций позвоночника, расслаблению (за счет вибрации) спастичных мышц, развитию равновесия и координации движений, формируют двигательные навыки, положительно влияют на эмоционально-волевую сферу.

«Горячий мяч»

Цель: формирование вертикальной позы в положении сидя, развитие равновесия, координации движений, внимания.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Дети сидят в кругу и по команде начинают передавать фитбол из рук в руки по часовой стрелке. По команде «Стоп!» мяч останавливается на каком-либо играющем который выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один ребенок — победитель.

Варианты

- По команде ведущего меняется направление передачи фитбола.
- При большом количестве играющих в игре используются два фитбола.
- Методические указания. Ведущему следует напоминать детям об осанке.

«Два барана»

Цель: развитие равновесия, координации движений, формирование мышечного корсета.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Играют по два человека. Педагог обозначает чертой «мост», на котором происходит битва «двух баранов». Два ребенка сидят на фитболах и пытаются столкнуть партнера с мяча или с «моста». Выигрывает сильнейший, а на «мост» приглашаются следующие участники.

Методические указания. Ведущий стоит рядом с играющими, страхуя их от падения с фитбола.

«Веселый мяч»

Цель: формирование вертикальной позы в положении сидя, навыка правильной осанки, пространственного ориентирования, речи.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Играют 5—6 человек в исходном положении сидя по-турецки в кругу. Дети, проговаривая стихи про мяч, перекатывают фитбол от одного к другому в произвольном направлении:

Ты катись, веселый мяч, быстро-быстро по рукам, У кого веселый мяч, Тот исполнит песню нам.

Методические указания. Ведущий должен следить за правильной осанкой детей.

«Длинные ноги, короткие ноги»

Цель: укрепление мышц брюшного пресса, ног, развитие внимания.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Сидя на полу, в упоре руками сзади (или на фитболе). По команде педагога «Длинные ноги!» дети выпрямляют ноги и поднимают их вверх. По команде «Короткие ноги!» дети поднимают вверх согнутые в коленях ноги.

Варианты

- Если ребенок недостаточно устойчиво сидит, можно выполнять задание, лежа на спине на полу.
- Можно выполнять задание на фитболе.

Методические указания. Ведущий стоит рядом с играющими, страхуя их от падения с фитбола.

«Запрещенное движение»

Цель: развитие внимания, координации движений и пространственного ориентирования.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Игра выполняется в исходном положении лежа. Педагог обозначает «Запрещенное движение», так, например, фитбол в руках, опущенных вниз. Дети повторяют все движения преподавателя, кроме «запрещенного». Выбывают из игры тот, кто ошибся, остается один выигравший ребенок.

Вариант: игра может выполняться в исходном положении сидя или стоя, в зависимости от двигательных возможностей ребенка.

Методические указания. Выбывшие из игры дети сидят на гимнастической скамейке с правильной осанкой.

«Охотник и утки»

Цель: укрепление мышц туловища, плечевого и тазового пояса, развитие координации движений рук и ног.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Двумя полосками на полу обозначаются с одной стороны зала «озеро», с другой — «камышы». В «камышях» сидит охотник. Дети — «утки» в положении на четвереньках толкают фитбол головой от «озера» до «камышей». Педагог при этом говорит следующие слова:

Ну-ка утки, кто быстрее До плывет до камышей, Самой ловкой за победу Сладкое дадут к обеду.

Побеждает та «утка», которая быстрее доберется от «озера» до «камышей».

Методические указания. Ведущий награждает победителя.

«Ладушки»

Цель: развитие мелкой моторики, равновесия, координации движений, внимания.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Дети сидят на фитболах парами, напротив друг друга. По команде педагога то одновременно, то попеременно соприкасаются с ладонями партнера.

Методические указания. Ведущему следует напоминать детям о правильной осанке.

«Дракон кусает хвост»

Цель: формирование вертикальной позы в положении стоя и при ходьбе, развитие пространственного ориентирования и внимания.

Количество игроков 5—6.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Дети становятся друг за другом и крепко держатся за впереди стоящего. В руках первого ребенка фитбол — «голова дракона», последний ребенок — «хвост». «Голова» должна поймать «хвост», дотронувшись до него мячом.

Методические указания. «Голова» должна поймать «хвост», дотронувшись до него мячом так, чтобы не разорвалось «тело дракона».

«Хоп, стоп»

Цель: развитие концентрации внимания, координации движений, навыка ходьбы.

Инвентарь: фитбол.

Инструкция. Дети идут по кругу, отбивая мяч от пола. По сигналу «Стоп!» останавливаются, по сигналу «Хоп!» — двигаются вперед. Из игры выбывает тот, кто ошибется. Самый внимательный становится победителем.

Вариант: игра моэ/сет выполняется как по часовой стрелке, так и против часовой стрелки.

Методические указания. Ведущий должен следить за осанкой детей.

«Эстафета с фитболами»

Цель: развитие быстроты реакции, быстроты передвижения, внимания, координации движений, дифференцировки усилий.

Инвентарь: фитболы, стойка.

Инструкция. Игра проводится в виде эстафеты. У стартовой линии все играющие строятся в две колонны. По команде первые начинают передвигаться вперед, отбивая от пола фит-бол. Добегают до стены (стойки), ловят мяч, возвращаются назад, передают его следующему в команде. Выигрывает команда, финишировавшая первой.

Варианты

- Ведение футбола осуществляется правой рукой, на обрат-ном пути — левой.
- В каждой команде стартуют по два человека и во время передвижения передают фитбол (мяч) друг другу.
- Передвижение осуществляется в одну сторону лицом вперед, обратно — спиной вперед.

Методические указания. При передвижении спиной вперед осуществлять страховку.

Игры, формирующие умение запоминать порядок количество предметов

Эта группа игр не только формирует двигательные навыки, но и способствует развитию логического мышления и воображения, помогает приспособливаться к жизненным ситуациям. Такие игры основаны на использовании круговой тренировки, где все упражнения выполняются по «станциям» с определенным количеством повторений. Обычное занятие с детьми всегда можно превратить в сказку.

«Путешествие»

Цель: развитие воображения, фантазии, закрепление двигательных умений.

Инструкция. Заранее подготавливается зал, каждый предмет в нем получает определенное название, которое применяется в путешествии.

- Гимнастическая стенка — *«Корабль»*. Ребенок имеет право перемещаться по ней любым способом, но вставать на пол нельзя.
- Обручи — *«Острова»*. Если острова близко друг от друга — ребенок делает прыжок, если расстояние большое — прыжок на остров с ноги на ногу.
- Баскетбольное кольцо — *«Ключ к открыванию дверей»*. Чтобы продолжить путешествие, нужно попасть мячом в кольцо.
- Канат — *«Лианы»*. Нужно встать из положения сидя, взявшись за канат и перебирая руками.
- Мишени для метания на стенках — *«Хищные звери»*. Нужно теннисным мячом попасть в мишень, при промашке попытка повторяется.
- Наклонная скамейка, поставленная на гимнастическую стенку (третья рейка снизу), — *«Мостики на корабль»*. Нужно, подтянувшись, забраться на корабль.
- Три скамейки вместе — *«Переправа через реку»*. Ребенок должен проползти на четвереньках спиной вперед.
- Ворота между двумя гимнастическими скамейками — *«Провести разведку»*. Нужно проползти, стараясь не задеть ворота.
- Играющие начинают путешествие с любой «станции». Побеждает не тот, кто первым закончит дистанцию, а тот, кто успешнее справится с препятствиями.

2.3.6 "Человек есть то, что он ест"

"Человек есть то, что он ест" – работа посвящена формированию у обучающихся представлений о полноценном, сбалансированном и здоровом питании. Обучающиеся знакомятся с полезными для здоровья человека продуктами и с их качественным выбором. Они постигают в общих чертах особенности процесса пищеварения, культуры питания и поведения за столом.

У дошкольников формируются навыки ухода за своими зубами, их учат, как надо правильно чистить зубы, беречь их, своевременно обращаться к врачу. У обучающихся закладываются представления о связи здорового и полноценного питания со здоровыми зубами и деснами, органами пищеварения.

Игры, формирующие культуру питания и поведения за столом:

«Обед у кукол»

Цель: формировать интерес к самостоятельным действиям при накрывании стола к обеду и приему пищи

Ход игры: Воспитатель просит накрыть стол для кукол, показывает предметы и действия с ними. Затем предлагает посадить кукол за стол и угостить обедом. Показ сопровождается проговариванием ребенка как правильно надо куклам есть, воспитатель оказывает помощь.

"Угостим кукол чаем"

Цель: познакомить ребенка с назначением посуды, учить выполнять предметно-игровые действия (расставлять чашки, блюдца, раскладывать ложки).

Оборудование: куклы, детская мебель и посуда (две чашки, два блюдца, две ложки, чайник).

Ход игры: взрослый говорит малышу: "К нам в гости пришли куклы, их надо посадить за стол, угостить чаем. Давай расставим чашки и блюдца. Теперь разложи ложки к чашкам. Налей чай в чашки. Напой чаем наших гостей". Если ребенок испытывает затруднения, показать, как надо действовать. В конце игры взрослый подытоживает: "Чай мы наливали в чашки, куклы пили чай", произносит потешку:

Чайник на столе поставим, Блюда, чашки мы расставим, Будем мы гостей встречать, Кукол чаем угощать!

«День рождения»

Цель: учить правилам культурного поведения в гостях, умению поздравлять друг друга.

Оборудование: гости - куклы, игрушки, праздничный стол сервирован с детской посудой, подарки.

Ход игры: ребенок (или выбранный персонаж) сегодня именинник. Он с помощью педагога готовится к приему гостей: сервирует праздничный стол, украшает шариками, мишурой и приводит в порядок помещение. Дети-гости берут маленькие подарки-поделки (заранее приготовленные). Именинник встречает гостей, здоровается со всеми, принимает подарки и приглашает гостей сесть за стол, показывая гостю его место. Рядом с детьми за столом рассажены игрушки. Гости «пробуют» угощение, «пьют» чай, «едят» мороженое. Педагог рассказывает детям о правилах поведения в гостях:

- поздороваться, когда приходишь в гости;
- без приглашения не входить в комнату;
- дарить подарок с пожеланиями имениннику (в качестве подарка
- может быть стихотворение, песня, танец);
- за столом не шуметь, не брать пищу руками;
- приступать к еде после приглашения отведать то или иное угощение; не перебивать друг друга;
- пользоваться приборами и салфеткой во время еды; - придвигать и отодвигать стул неслышно;
- после еды не забыть поблагодарить именинника;
- перед уходом попрощаться;
- когда гости уходят, именинник помогает взрослым убирать посуду со стола.
- Каждый из детей должен побыть в роли именинника. Педагог во время игры напоминает детям, как следует себя вести в той или иной ситуации. Игра эмоциональная и очень привлекает детей.

"Убери со стола"

Цель: формировать самостоятельные действия: убирать посуду со стола, сметать крошки.

Оборудование: посуда, щетка, совочек.

Ход занятия: взрослый показывает, как убирать посуду со стола на поднос, предлагает детям действовать по показу. При этом взрослый комментирует действия: "Мы кладем на поднос тарелку, чашку, ложку и т.д." Затем показывает, как сметать крошки со стола, комментирует свои действия: "Крошки со стола сметем и совочком уберем!"

Ребенку дается возможность действовать самостоятельно.

"Вымой посуду"

Цель: формировать у ребенка самостоятельные действия: учить мыть посуду.

Оборудование: посуда (тарелки), губка, два тазика.

Ход занятия: взрослый показывает тазик с грязной посудой и привлекает внимание ребенка к мытью посуды: демонстрирует, как правильно держать тарелку, смачивать ее водой, протирать мокрой губкой, ополаскивать в другом тазике с чистой водой, после чего, выкладывая тарелки на чистый поднос, ребенку предлагается вымыть свою тарелку.

«Готовим обед для кукол»

Цель: учить различать продукты питания (мясо, рыба, творог, овощи, фрукты и т.д.), определять, из чего приготовлены блюда, из скольких блюд состоит обед, закрепление навыка дифференциации по назначению кухонной столовой посуды.

Оборудование: куклы, набор детской кухонной и столовой посуды, детская плита, муляжи фруктов, овощей, мяса, рыбы, сыра, молока, творога, колбасы. **Ход игры:**

Педагог: «Кукла Маша принесла из магазина много разных продуктов. Назовите, пожалуйста, какие продукты принесла Маша?». Дети по муляжам перечисляют продукты.

«А сейчас мы все вместе приготовим вкусный обед для наших друзей (кукол). Из чего состоит обед? — из первого блюда (борщ, суп, щи), из второго блюда (котлеты, голубцы, пельмени, картофель, макароны, рис, овощные салаты), из третьего блюда (сок, минеральная вода, компот, чай). Выберите на столе посуду, которая нам понадобится для приготовления первого блюда (кастрюля, в которой мы варим суп), второго блюда (сковорода, в которой мы жарим котлеты, картофель, рыбу), третьего блюда (кастрюля для варки компота или графин для воды или сока)».

Педагог вместе с детьми показывает и имитирует действие приготовления пищи на обед. Например, педагог сначала спрашивает детей, как они будут готовить обед, а затем объясняет поэтапно приготовление первого блюда:

- промыть в дуршлаге необходимые продукты для приготовления первого блюда (мясо, овощи);
- очистить овощи от кожуры и нарезать на разделочной доске;
- положить в кастрюлю необходимые продукты и залить водой;
- поставить на детскую плиту и зажечь конфорку;
- после того как суп будет готов, разлить половником по тарелкам.

На второе блюдо готовим рыбу с овощами. Педагог по аналогии проводит беседу и показ необходимых продуктов и посуды для приготовления второго блюда. На третье — варим компот из фруктов (яблока, груш и лимона).

Педагог поэтапно объясняет детям каждое действие, а затем спрашивает, что они сделали, что делают и что будут делать. Когда обед для кукол готов, начинаем сервировать стол посудой. Раскладываем приготовленные блюда по тарелкам, желаем приятного аппетита, и дети начинают кормить кукол, расхваливая при этом блюда. После того, как куклы пообедали, дети вытирают их салфетками и «благодарят» за вкусный обед.

Дидактическая игра «Полезная и вредная пища»

Игровая задача: правильно разложить предметные картинки с изображением продуктов питания в зависимости от их полезности-вредности для организма. Игровые действия: под зеленую карточку положить картинки с полезной едой, а под красную — с вредной.

Правила игры: в случае ошибки исправления не допускаются, верное решение игровой задачи поощряется значком.

Оборудование игры: карточки зеленого и красного цветов, предметные картинки с изображением продуктов питания (торт, лимонад, копченая колбаса, конфеты, черный хлеб, каша, молоко, сок, овощи, фрукты и др.) .

В беседе с детьми нужно спросить у них, почему человеку так необходима пища. Вместе с тем, уместен и разговор о переедании. Такое случается даже с дошкольниками. Более оживленной и не столь назидательной, и некорректной сделает беседу поэзия.

Например, перед началом этого шепетильного разговора можно прочесть детям английскую песенку (в переводе С. Маршака) «Робин-Бобин».

Робин-Бобин Съел корову целиком
Кое-как И прилавок с мясником,

Подкрепился Сотню жаворонков в тесте
Натошак: И коня с телегой вместе,

Съел теленка утром рано, Пять церковей и колоколен —
Двух овечек и барана, Да еще и недоволен!

Эта веселая песенка хорошо воспринимается ребятами, они смеются, повторяют отдельные строки. Нужно только проявить должный такт по отношению к детям, которые любят излишне поест, и беседу с ними вести индивидуально, чтобы другие не стали поддразнивать толстяка или сладкоежку

Чистка зубов

Для эффективного гигиенического воспитания детей большое значение имеет чистка

зубов. Цель воспитателя в этом направлении вызвать интерес к выполнению культурно-гигиенических навыков, побуждать детей к постоянному их соблюдению, увлечь ребенка ежедневной гигиеной зубов.

Беседа с детьми: Воспитатель спрашивает у детей

- Зачем человеку нужна зубная щетка?
- Как надо ухаживать за зубами? (После каждого приема пищи, а также утром и вечером полоскать рот и чистить зубы)
- Кто знает, что необходимо иметь каждому человеку для ухода за зубами? (Зубную пасту, щетку) РЕКОМЕНДАЦИИ: щетку надо выбирать с ровной, мягкой щетиной. Регулярно ее мыть. Менять раз в 3-4 месяца

Практикум «Чистка зубов»

- Открывание и закрывание тюбика с пастой с помощью воспитателя.
- Нанесение зубной пасты на щетку. (нажми на тюбик, остановись, достаточно и т.д.)
- Чистка зубов перед зеркалом с опорой на картинки, изображающие последовательность действий.
- Зубная щетка располагается вдоль линий десен. Движения зубной щетки
- – сверху вниз. Тщательно чистить каждый зуб.
- Очистить внутреннюю поверхность каждого зуба.
- Очистить жевательную поверхность каждого зуба (вперед-назад)
- Кончиком щетки почистить внутреннюю сторону передних зубокруговыми движениями.
- Не забудьте почистить язык!

«Да-нетка»

- Я чищу зубы два раза в день (да)
- Я перекусываю фруктами и овощами (да)
- Я часто ем сладкое (нет)
- Я грызу ручки и карандаши (нет)

«Почистим зубки»

Цель: Учить ребенка чистить зубы.

Воспитатель просит ребенка посмотреть в зеркало и улыбнуться, при этом обращает внимание на зубы. Затем говорит, чтобы зубы не болели, нужно их чистить. Воспитатель достает две щетки: одну дает в руки ребенку, а другой показывает, как нужно проводить щеткой по зубам, при этом произносит потешку:

Ротик, ротик! Где ты, ротик? Зубки, зубки! Где вы, зубки?

Щетка, щетка! Где ты, щетка? Будет чистенькая дочка!

В конце игры воспитатель вместе с ребенком смотрит в зеркало и улыбаются.

"Верно – неверно"

Я чищу зубы два раза в день

Я перекусываю фруктами и овощами Я часто ем сладкое

Я не хожу к стоматологу Я после еды полощу рот

Я не грызу ручки и карандаши

Дидактическая игра «Что можно кусать зубами?»

Цель. Развивать умение детей устанавливать положительное и отрицательное влияние на зубы продуктов, употребляемых в пищу

Содержание. Дети встают в круг. Водящий взрослый или ребенок (в зависимости от возраста детей группы) называет предметы, продукты. (Например: **камень, булка, котлета, косточка, палец, орех** и т. д.). Дети говорят «да» и поднимают руки вверх, если это можно кусать зубами, или говорят «нет» и приседают, если это нельзя кусать зубами.

2.3.7 "Советы доктора Айболита"

В направлении "Советы доктора Айболита" работа посвящена формированию у обучающихся представлений о возможностях традиционного, лекарственного и нетрадиционного оздоровления и лечения организма. Обучающихся знакомят со случаями и жизненными ситуациями, в которых необходимо обращение к врачу, овладевают приемами элементарной медицинской помощи.

Детям рассказывают о случаях, в которых возникает угроза здоровью: высокая температура, сильный кашель, пищевое отравление, травма, боль в различных частях тела. У обучающихся формируются представления о своих правильных действиях в проблемных, жизненных ситуациях: вызов скорой помощи, обращение за помощью к другому человеку, необходимость сделать прививку или укол, лечение зубов, прием лекарства, полоскание горла и другое.

В этом же направлении проводится работа по профилактике простудных заболеваний у обучающихся.

Дидактические и подвижные игры:

«Если кто-то заболел»

Цель: закрепить знание о том, что при серьёзной травме необходимо вызвать врача «скорой помощи», позвонив по номеру «103», поупражнять в вызове врача

Материал: телефон

Ход игры: Если мы сами не можем справиться с ситуацией, то мы вызываем врача, скорую помощь.

Детям предлагается вызвать врача на дом. Сначала набираем номер телефона и называем по порядку:

фамилия, имя —> адрес —> возраст —> жалобы.

«Скорая помощь»

Цель: закрепить у детей знания и практические умения по оказанию первой помощи.

Оборудование: картинки с изображением медицинских принадлежностей (термометр, бинт, зеленка).

Ход игры: Воспитатель обыгрывает с детьми ситуацию, когда человек порезал руку, ногу, разбил колено, локоть, затемпературил, когда заболело горло, попала соринка в глаз, пошла носом кровь. По каждой ситуации отрабатывать последовательность действия.

«Так или не так»

Цель: формировать умение детей отличать опасные для жизни ситуации от неопасных; развивать внимание; воспитывать желание соблюдать правила безопасности.

Материал: 2 карточки – с красным и с зелёным кружком, картинки с изображением опасных и безопасных действий детей;

Правила: под красную карточку (кружок) положить картинки с изображением опасных для жизни ребёнка ситуаций, под зелёную – неопасных (разрешённых).

Варианты: индивидуально с воспитателем; несколько детей по очереди, объясняя свой выбор.

«Сто бед»

Цель: закрепить представления об опасных ситуациях в быту, о правильных действиях в конкретных ситуациях; развивать внимание; воспитывать сочувственное отношение к пострадавшему

Материал: картинки с изображением детей в опасной ситуации

Ход игры: несколько картинок лежат на столе изображением вниз. Ребёнок выбирает любую, рассматривает и рассказывает: что на ней изображено, почему такое случилось с ребёнком, что он сделал неправильно, что теперь делать ребёнку.

«Мы – спасатели»

Цель: закрепить представления об опасных ситуациях в быту, о правильных действиях в конкретных ситуациях; развивать внимание; воспитывать сочувственное отношение к пострадавшему.

Материал: картинки, на которых изображены дети в конкретных опасных ситуациях, набор карточек с изображением тех действий, которые необходимо выполнить в той или иной ситуации.

Ход игры: воспитатель на стол кладёт картинку с изображением опасной ситуации, ребёнок рассматривает её и из всех карточек с изображением действий выбирает две правильные, последовательно раскладывает их.

«Источники опасности»

Цель: закрепить знания о предметах, которые могут быть объектами возникновения опасности, формировать умения выбирать картинки предметов по описанной ситуации, воспитывать чувство товарищества

Правило: не толкаться, не отбирать предметы друг у друга.

Материал: макет или игровой уголок с предметами домашнего обихода, призы (фишки или картинки)

Ход игры: воспитатель отворачивается, а дети за это время должны взять на макете или в игровом уголке те предметы, которые, по их мнению, могут быть опасны. Затем каждый объясняет свой выбор. Ответы поощряются призами.

«Игра - дело серьёзное»

Цель: упражнять детей в выборе безопасных предметов для игр по картинкам, закреплять знания о том, какими предметами можно играть.

Материал: картинки с изображением различных предметов (опасных и неопасных), два обруча

Ход игры: Воспитатель предлагает детям разложить картинки по двум обручам. В один обруч дети отбирают картинки с изображением предметов, с которыми можно играть, во второй – картинки с изображением предметов, с которыми нельзя играть, и объясняют свой выбор.

«Что мы знаем о вещах»

Цель: расширять представления детей о правилах безопасного поведения в быту; развивать внимание, память; воспитывать чувство сотрудничества

Материал: карточки с изображением пореза, ожога, ушиба руки и пожара, картинки с изображением различных, бытовых предметов.

Ход игры: в игре принимают от 2 до 4 детей, каждый из них берёт себе по картинке с изображением «травмы». Воспитатель поочередно поднимает картинку с изображением предмета. Участники должны догадаться, к какой травме может привести неправильное обращение с этим предметом, соотнести со своей карточкой и взять картинку. При отборе ребёнок должен объяснить, чем опасен тот или иной предмет, рассказать правила общения с ними.

«На прогулке»

Цель: закреплять знания о правильном поведении и общении с животными, соотносить изображённое на картинках с правильными и неправильными действиями при встрече с животными

Материал: иллюстрации, 2 обруча

Ход игры: несколько картинок лежат на столе изображением вниз. Ребёнок выбирает любую, рассматривает и рассказывает: что на ней изображено, правильно или неправильно здесь поступает ребёнок.

Или в один обруч положить картинки с изображением правильных действий при встрече с животными, а в другой – неправильными действиями.

Физкультурно-оздоровительная работа с детьми нацелена на то, чтобы обеспечить каждому воспитаннику гармоничное развитие; сохранять, укреплять и повышать уровень здоровья, приобщать к физической культуре и здоровому образу жизни.

2.3.7 "Здоровье - всему голова"

В содержании "Здоровье - всему голова" работа направлена на закрепление у обучающихся представлений о здоровье и здоровом образе жизни как об одной из важнейших, жизненных ценностей человека. Обсуждаются условия поддержания своего организма в активном, здоровом состоянии, формируются установки на порицание вредных привычек (переедание, алкоголь, курение, токсикомания), наносящих урон здоровью и развитию организма.

У обучающихся закрепляются навыки безопасного поведения на дорогах, во дворе, на пешеходных переходах, формируются представления о правильном поведении в экстремальных ситуациях: при встрече с чужим человеком, с незнакомым животным, во время пожара, наводнения, большого скопления людей.

Работа направлена на совершенствование духовного развития обучающихся, укрепление их физического здоровья и создание условий для обеспечения базовых человеческих потребностей, создание им индивидуального психологического комфорта. В целом, у дошкольников формируется стойкая установка на здоровый образ жизни и овладение правильными формами поведения в различных жизненных ситуациях.

Возможность вести здоровый образ жизни во многом зависит от состояния здоровья человека на данный момент времени. Важно помнить, что здоровье человека, не страдающего врожденными или приобретенными заболеваниями, нужно в первую очередь охранять и укреплять, а здоровье человека, имеющего недуги, нуждается в коррекции. Формирование культуры ЗОЖ - это побуждение к включению в повседневную жизнь обучающихся с умственной отсталостью различных новых для него форм поведения, полезных для здоровья. Создание вокруг ребенка информационной среды «Здоровья», которая не только напрямую, но и опосредованно влияет на формирование его мировоззрения, овладение знаниями, на основе которых возможно грамотно, безопасно и с пользой для организма взаимодействовать с окружающим миром, постепенно приведут к тому, что существующие способы укрепления здоровья становятся привычными и перерастают в потребность. Кроме положительной мотивации в отношении своего здоровья ребенок должен обладать базовыми знаниями об организме, здоровье и возможных способах его укрепления. Однако ребенок может иметь неполную информацию о своем актуальном и возможном развитии, что может быть обусловлено психосоматическими нарушениями. Педагогическая стратегия формирования ЗОЖ должна способствовать самостоятельной выработке убеждений обучающихся на основе приобретаемых знаний и опыта. Благодаря убеждениям создаются вначале устойчивая мотивация ЗОЖ, затем самоконтролируемая активность в создании своего здоровья. Важно не только накапливать знания, но и находить им практическое и постоянное применение на уровне естественных потребностей, привычек, привязанностей.

Игры, направленные на формирование понятий о ЗОЖ:

«Азбука здоровья»

Цель: систематизировать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни, развивать речь, внимание, память.

Материал: иллюстрации

Ход игры: играют от 1 до ... человек. Воспитатель называет правило, а ребёнок находит карточку – иллюстрацию этого правила. Или воспитатель показывает карточку, ребёнок говорит, что нужно делать в данной ситуации.

«Где живет витаминка?»

Дидактическая задача: знакомить детей с видами витаминов и их источником.

Игровые правила: Нужно выбрать картинку, и назвать какие витамины находятся в данном фрукте или овоще.

Игровые действия: выбор карточек и соотнесение их с изображением овоща или фрукта.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям разделиться на две команды. Игрок первой команды показывает витамин, а игроки другой команды показывают картинки с изображением овощей и фруктов, в которых он есть. Далее наоборот: игрок второй команды показывает картинку с изображением фрукта или овоща, а игроки первой команды называют витамины, которые в нем есть и показывают соответствующую картинку.

«Что любит сердце?»

Дидактическая задача: прививать привычку к здоровому образу жизни, расширять кругозор детей по профилактике болезни сердца.

Игровые правила: Нужно называть вид продукта или вид деятельности полезный для сердца.

Игровые действия: называние слов и соединение частей сердца в целое.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям называть виды продуктов и виды деятельности, полезные для сердца. Каждое названное слово – это часть сердца. Постепенно по мере названия детьми слов получается целое сердце. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

«Утро начинается...»

Дидактическая задача: приучать детей к выполнению режима дня, закреплять виды деятельности, проводимые в разное время суток.

Игровые правила: Нужно называть виды деятельности, проводимые утром, днем, вечером, ночью.

Игровые действия: выбор картинок и называние видов деятельности, соответствующие утру, дню, вечеру и ночи.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям выбрать картинку времени суток и назвать к ней соответствующие виды деятельности, которые необходимо проводить в это время суток и расположить карточки в той последовательности, в которой они должны выполняться. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

«Часы здоровья»

Дидактическая задача: закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания и видах деятельности.

Игровые правила: Нужно прокрутить стрелки на «часах здоровья» и определить полезность или вредность изображения.

Игровые действия: определение полезности или вредности изображения на картинке.

Ход игры: *1 вариант.* Воспитатель предлагает детям по очереди прокручивать стрелки на «часах здоровья», при этом периодически говорит: «Стоп». Игрок останавливает стрелку на «часах здоровья», рассматривает изображение, на которое она направлена и рассуждает о полезности или вредности того, что находится на картинке. Количество игроков 8-10 человек.

2 вариант. Совместить два круга часов и соотнести варианты картинок. Например, во время занятия – не кричать или перед сном не смотреть долго телевизор.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

«Дерево здоровья»

Дидактическая задача: закреплять знания у детей о вредных и полезных продуктах питания.

Игровые правила: Нужно распределить картинки на листочках по соответствующим деревьям.

Игровые действия: определение полезности или вредности изображения на картинке.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям разделиться на две команды, выбрав для себя дерево «здоровья» или дерево «нездоровья» и включает легкую музыку.

Пока играет музыка, дети развешивают листочки с картинками по соответствующим деревьям. Как музыка остановилась, воспитатель подводит итоги выполнения задания. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

«Будь здоров»

Дидактическая задача: формировать привычку здорового образа жизни, закреплять знания у детей о полезных продуктах и видах деятельности.

Игровые правила: Нужно выбрать по очереди картинку с изображением продукта питания и вида деятельности и соотнести их между собой.

Игровые действия: соотнесение продукта питания с видом деятельности.

Ход игры: Воспитатель предлагает детям выбрать, например, картинку с изображением моркови и спортсмена и соотнести их между собой: спортсмен для питания выбирает полезные овощи и т.д. Количество игроков 8-10 человек.

Эта игра может проводиться как часть занятия по познавательному развитию, так и в свободной деятельности детей, как самостоятельная игра.

«Ежики»

Дидактическая задача: развивать мелкую моторику пальцев рук, внимание, дикцию, нормализация дыхания.

Игровые правила: повторять движения за ведущим и по содержанию стиха.

Игровые действия: соотнесение движения с содержанием стихотворения, нормализация дыхания

Ход игры:

«Прибежали, прибежали ежики, ежики.

Наточили, наточили ножики, ножики.

Прискакали, прискакали зайчики, зайчики.

Ну-ка дружно, ну-ка вместе, девочки – мальчики!» (Дети!)

«Подбери предметы»

Цель: Воспитывать способность группировать предметы; закреплять знания о разных предметах полезных для здоровья; формировать заботливое отношение к здоровью.

Ход игры: Ребёнку предлагают рассмотреть лежащие на столе предметы, полезные для здоровья, и объединить их в группы. Например, предметы ухода за собой, спортивные принадлежности, полезные продукты.

Воспитание навыков безопасного поведения у детей с умственной отсталостью требует соблюдения социально-детерминированных правил и запретов: запрета идти куда-то с незнакомым взрослым; соблюдения правил движения по улице и перехода дороги; использования предметов по назначению; понимания непредсказуемости поведения животных; важности личной гигиены и т. п. Все это призвано обеспечить свободу и гарантию безопасности ребенка. Имитационно-ролевая игра - это особый способ построения моделей, допускающий одновременное многостороннее взаимодействие соревнующихся и сотрудничающих игроков. Участвуя в игре, обучающиеся совместно с детьми с ОВЗ ненавязчиво усваивают теоретические, методические и практические знания, легче запоминают значительные объёмы

информации. Условия игры имитирует конкретную ситуацию. В сценарии игры подробно описываются правила её участников, дающие им возможность принимать решения с высокой степенью безопасности.

«К своим знакам»

Цель: Закрепить представления детей о дорожных знаках, развивать внимание, логическое мышление, сообразительность, ориентировку в пространстве.

Материалы: дорожные знаки

Ход игры: Дети делятся на группы по 5-7 человек, берутся за руки, образуя круги. В середину каждого круга входит водящий со знаком и объясняет его значение. По сигналу, играющие расходятся по площадке. Водящие в это время меняются местами и знаками. По команде дети должны быстро найти свой знак встать в круг. Водящие держат знаки над головой.

«Зебра» (на время и точность исполнения).

Цель: Напомнить детям что такое «зебра» и как правильно переходить дорогу. Закреплять умение быстро и точно выполнять задание, развивать командный дух.

Материалы: Полосы белой бумаги или картона

Ход игры: Всем участникам в каждой команде, кроме последнего, раздается по полоске белой бумаги (картона). Первый участник кладет полосу, встает на нее и возвращается к команде. Второй шагает строго по полосе, кладет свою «ступеньку» зебры и возвращается обратно. Последний участник шагает по всем полоскам, возвращаясь, собирает их.

«Ловкий пешеход»

Цель: Развивать глазомер, ловкость, внимание, упражнять в метании мяча правой рукой на ходу

Материалы: Плоское вертикальное изображение светофора с прорезанными круглыми отверстиями на месте фонарей (диаметр вдвое больше мяча), резиновый или пластмассовый мяч, «зебра» (на улице можно нарисовать мелом, в помещении использовать коврик с полосками)

Ход игры: Пешеходы по очереди переходят перекресток. Чтобы перейти, нужно на ходу забросить мяч в зеленый глазок светофора. Попал в красный - выбываешь, попал в желтый – бросаешь еще раз. Затем можно переходить дорогу строго по зебре.

Игра-аттракцион «Внимание, пешеход!»

Цель: Развивать внимательность, закреплять знание сигналов светофора, отрабатывать правильность перехода дороги.

Ход игры: Для проведения этой игры нужны три жезла, покрашенные в три цвета светофора.

Регулировщик – воспитатель – показывает ребятам, выстроившимся перед ним в шеренгу, попеременно один из трех жезлов. Участники игры при виде красного жезла делают шаг назад, при виде желтого – стоят, при виде зеленого - два вперед. Побеждает тот, кто ни разу не ошибся.

«Будь внимательным»(малой подвижности)

Цель: активизировать процессы мышления, внимания, закрепить знания детей о правилах дорожного движения. Учить действовать по сигналу.

Материалы: Кольца или круги, имитирующие руль

Ход игры: Дети встают в круг, регулировщик – в центр круга. Дети запоминают, что и когда надо делать. Идут по кругу и внимательно слушают сигналы регулировщика дорожного движения. По сигналу: **«Светофор!»** — стоим на месте; по сигналу: **«Переход!»** — шагаем; по сигналу: **«Автомобиль!»** — держим в руках руль.

«О чем говорит светофор»

Цель: закреплять знания о значении цветов светофора и правила поведения на улице.

Материал: цветные картонные кружки (красные, жёлтые и зелёные), макет светофора.

Ход игры: воспитатель раздаёт детям кружки красного, жёлтого и зелёного цвета. Последовательно «переключают» светофор, а дети показывают соответствующие кружки и объясняют, что означает каждый сигнал. Выигрывает тот, кто правильно покажет все кружки и расскажет о назначении цветов..

2.4. Перспективное планирование образовательной деятельности в образовательной области физическое развитие.

Тематическое планирование образовательной деятельности в группе

Месяц, неделя	Тема
Сентябрь 1-4 неделя	Адаптация детей к условиям ДООУ. Детский сад.
Октябрь	Путь к себе
Ноябрь	Мир моих чувств и ощущений
Декабрь	Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья
Январь	Движение-основа жизни
Февраль	Человек – то, что он ест
Март	Советы доктора Айболита
Апрель	Здоровье всему голова
Май	Безопасность в быту
Июнь	Повторение

2.5. Календарное планирование непрерывной образовательной деятельности в образовательной области физическое развитие

Сентябрь

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба по залу, на носках, на пятках; легкий бег, с ускорением по команде инструктора			
ОРУ	Диагностика	Диагностика	Без предмета	С шнуром
Основные виды движений			1.Ходить по наклонной доске с поддержкой инструктора 2.Упражнение «Попади в обруч» 3.Перелезание через обруч	1.Метание мешочка с песком «от плеча» одной рукой левой, правой 2.Ходьба по гимнастической скамейке 3. Подлезание под гимнастическую скамейку
Подвижные игры	«С кочки на кочку»	«С кочки на кочку»	«С кочки на кочку»	«С кочки на кочку»
III часть	Дыхательная гимнастика «Котята»	Дыхательная гимнастика «Котята»	Дыхательная гимнастика «Котята»	Дыхательная гимнастика «Котята»

Октябрь

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя

Вводная часть	Ходьба по залу, на носках, на пятках; легкий бег, с ускорением по команде инструктора			
ОРУ	С шнуром	Без предмета	Без предмета	С шнуром
Основные виды движений	1.Отбивание мяча ногами правой и левой поочередно 2. Ходьба с перешагиванием через кубики 3.Скатывание мяча по наклонной доске с попаданием в цель	1.Ходьба по наклонной доске 2. Лазание на животе 3.	1.Бросание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой 2.Перекладывание мяча из рук в руки перед собой 3.Ползание на животе	1.Перекладывание мяча из рук в руки перед собой 2.Ползание на животе 3. Упражнение «Попади в обруч»
Подвижные игры	«Солнышко и дождик»	«Солнышко и дождик»	«Солнышко и дождик»	«Солнышко и дождик»
III часть	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»

Ноябрь

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба по залу по кругу, с перестроением в пары при помощи инструктора; лег бег, обычная ходьба, ходьба правым и левым боком			
ОРУ	С плоской палкой	Без предмета	С платочком	Без предмета
Основные виды движений	1.Ходьба по «следам» с правильной установкой стоп при помощи инструктора 2.Бросание мяча от «плеча» через сетку 3. Ползание по наклонной доске вверх	1.Ходьба по «следам» с правильной установкой стоп при помощи инструктора 2.Прокатывание мяча между предметами 3.Перелазание через несколько дуг	1. Ходьба с перешагиванием через шнур 2. Ползание по скамейке на животе 3.Ползание по наклонной доске вверх	1. Ходьба с перешагиванием через шнур 2.Бросание мяча от «плеча» через сетку 3. Ползание из положения на четвереньках
Подвижные игры	«Чайник»	«Чайник»	«Чайник»	«Чайник»
III часть	Дыхательная гимнастика «Маятник»	Дыхательная гимнастика «Маятник»	Дыхательная гимнастика «Маятник»	Дыхательная гимнастика «Маятник»

Декабрь

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба правым и левым боком, руки вверх, на поясе, вперед, бег с ускорением по сигналу инструктора			
ОРУ	С кубиками	С мячом	С кубиками	С мячом
Основные виды движений	1.Метание мешочка с песком от плеча одной рукой левой, правой 2.Ходьба по веревке боком 3. Подлезание под гимнастическую скамейку	1.Метание мешочка с песком «от плеча» двумя руками 2.Перешагивание через веревку 3. Подлезание под гимнастическую скамейку	1.Ходьба по ритмический счет или хлопки инструктора 2. Прыжки со скамейки при поддержке инструктора 3.Лазание по гимнастической стенке вверх и низ при поддержке инструктора	1. Ходьба по ритмический счет или хлопки инструктора, с чередованием на легкий бег 2. Бросание мяча в цель 3. Прыжки со скамейки при поддержке инструктора

			инструктора	
Подвижные игры	«Веселые снежинки»	«Веселые снежинки»	«Веселые снежинки»	«Веселые снежинки»
III часть	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»

Январь

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя		3-я неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, на пятках, руки на поясе, обычная ходьба, ходьба змейкой; легкий бег, быстрый бег			
ОРУ	С платочком	Без предмета		С платочком
Основные виды движений	1. Ходьба между предметами 2. Подбрасывание мяча и вверх и попытка поймать двумя руками 3. Перелезание через несколько дуг	1. Ходьба с чередованием на бег змейкой между предметами 2. Перебрасывание мяча в паре 3. Лазание по гимнастической лесенке вниз и вверх		1. Ходьба с высоким подниманием колен 2. Прокатывание мяча между предметами 3. Перелезание через несколько дуг
Подвижные игры	«Метелица»		«Метелица»	
III часть	Дыхательная гимнастика «Маятник»	Дыхательная гимнастика «Маятник»		Дыхательная гимнастика «Маятник»

Февраль

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, руки на поясе, на пятках, перешагивание через предметы, обычная ходьба, бег по кругу с ускорением и замедлением, легкий бег			
ОРУ	С обручем	С обручем	Без предмета	С мячом
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком 2. Метание мешочка в обруч 3. Ползание из положения на четвереньках	1. Ходьба по веревке прямо 2. Пролезание боком через обруч 3. Прокатывание обруча по залу	1. Ходьба по скамейке боком 2. Метание мешочка в горизонтальную цель от плеча правой и левой рукой 3. Прыжки со скамейки при поддержке инструктора	1. Ходьба по веревке прямо 2. Игровое упражнение «Прокати и сбеги» 3. Прыжки со скамейки при поддержке инструктора
Подвижные игры	«У медведя во бору»	«У медведя во бору»	«У медведя во бору»	
III часть	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»	

Март

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба в колонне, с перестроением в пары по сигналу, легкий бег, бег правым и левым боком, бег в среднем темпе			
ОРУ	С мячом	С палкой	Без предмета	С палкой
Основные виды движений	1. Перешагивание через кегли 2. Ходьба по	1. Ходьба по ритмический счет или хлопки	1. Ползание по скамейке на животе 2. Ходьба по канату	1. Влезание на наклонную лесенку, и спуск по вертикальной

	скамейке руки за головой 3.Скатывание мяча по наклонной доске	инструктора 2. Прыжки со скамейке при поддержке инструктора 3.Лазание по гимнастической стенке вверх при поддержке инструктора	боком, руки на поясе 3.Прыжки двумя ногами через мешочек с песком при помощи инструктора	2.Перешагивание через кубики 3. Прыжки из обруча в обруч двумя ногами при помощи инструктора
Подвижные игры	«Скворушки»	«Скворушки»	«Скворушки»	«Скворушки»
III часть	Дыхательная гимнастика «Дрова»	Дыхательная гимнастика «Дрова»	Дыхательная гимнастика «Дрова»	Дыхательная гимнастика «Дрова»

Апрель

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, руки вверх, на пятках, руки на пояс, спиной вперед, бег быстрый, спокойный бег			
ОРУ	С кубиками	С мячом	Без предметов	Без предметов
Основные виды движений	1.Метание мешочка с песком от плеча одной рукой левой, правой 2.Ходьба по веревке боком 3. Подлезание под гимнастическую скамейку	1.Метание мешочка с песком от плеча двумя руками 2.Перешагивание через веревку 3. Подлезание под гимнастическую скамейку	1.Ходьба по «следам» с правильной установкой стоп при помощи инструктора 2.Бросание мяча от плеча через сетку 3. Ползание по наклонной доске вверх	1.Ходьба по «следам» с правильной установкой стоп при помощи инструктора 2.Прокатывание мяча между предметами 3.Перелезание через несколько дуг
Подвижные игры	«Утята»	«Утята»	«Утята»	«Утята»
III часть	Дыхательная гимнастика «Петух»	Дыхательная гимнастика «Петух»	Дыхательная гимнастика «Петух»	Дыхательная гимнастика «Петух»

Май

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба с изменением направления, движения, ходьба и бег враспынную, с перешагиванием через шнуры			
ОРУ	С кубиками	Со шнуром	диагностика	диагностика
Основные виды движений	1.Ходьба по ребристой доске руки на поясе 2.Прыжки со скамейки при поддержке инструктора 3.Перекачивание обруча между предметами	1.Ходьба по наклонной доске вниз 2.Прыжки через обручи на двух ногах при поддержке инструктора 3.Лазание по лестнице вверх и вниз		
Подвижные игры	«Перелет птиц»	«Перелет птиц»	«Перелет птиц»	«Перелет птиц»
III часть	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»	Дыхательная гимнастика «Насос»

Июнь

Содержание непрерывной образовательной деятельности				
--	--	--	--	--

Темы Этапы занятия	1-я неделя	2-я неделя	3-я неделя	4-я неделя
Вводная часть	Ходьба на носках, руки в стороны, на пятках, на внешнем своде стопы, обычная ходьба, легкий бег с изменением направления, бег змейкой, бег спиной вперед			
ОРУ	С палкой	С обручем	С обручем	С палкой
Основные виды движений	1. Ходьба по скамейке боком 2. Перешагивание через веревку 3. Подлезание под гимнастическую скамейку	1. Ходьба по скамейке прямо с перешагиванием через мешочки с песком 2. Бросание мяча от плеча через сетку 3. Ползание по наклонной доске вверх	1. Ходьба по наклонной доске вверх на четвереньках 2. Прыжки со скамейки при поддержке инструктора на четвереньках	1. Ходьба по ребристой доске, руки за голову 2. Прыжки через обручи на двух ногах при поддержке инструктора 3. Катание мяча в парах
Подвижные игры	«Земля, вода, воздух, огонь»	«Земля, вода, воздух, огонь»	«Земля, вода, воздух, огонь»	«Земля, вода, воздух, огонь»
III часть	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»	Дыхательная гимнастика «Шарик красный»

2.6. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

Месяц	Темы	Формы работы
IX-2019 г.	«Задачи физического воспитания детей на новый учебный год»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
X-2019 г.	«Значение режима дня для здоровья ребенка»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
XI-2019 г.	Изготовление нестандартного оборудования для занятий физкультурой	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
XII-2019 г.	«Игры на свежем воздухе»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
I-2020 г.	«Дружно весело играя, мы здоровье прибавляем»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
II-2020 г.	«День защитника Отечества»	Участие в эстафете пап вместе с детьми
III-2020 г.	«Значение физических упражнений»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
IV-2020 г.	«Мой веселый звонкий мяч»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
V-2020 г.	«Здоровый образ жизни»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал
VI-2020 г.	«Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»	Консультация Наглядно-демонстрационный материал

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Особенности организации образовательного процесса заключаются:

- в обеспечении вариативности и разнообразия содержания образовательного процесса по оздоровлению и физическому развитию;
- в осуществлении образовательной деятельности на протяжении всего времени нахождения ребенка в дошкольном учреждении;
- в реализации образовательной области «Физическое развитие» в игровой форме;
- в приоритете игры как ведущего вида деятельности дошкольника;
- возрастной адекватности дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и индивидуальным особенностям развития детей), обучение воспитанников в специфически детских видах физической деятельности;
- в повышении роли семьи при взаимодействии с дошкольным учреждением, включении родителей в образовательную деятельность, поддержке образовательных инициатив семьи по физическому развитию детей;
- в организации коррекционной развивающей предметно-пространственной среды как важнейшего условия успешной реализации ФГОС ДО.

Организация физической деятельности детей по реализации и освоению содержания Программы осуществляется в двух основных формах организации образовательного процесса:

- совместной деятельности взрослого и детей;
- самостоятельной деятельности детей.

3.1 Структура образовательной деятельности в физкультурном зале

В группах для детей с ЗПР физкультура проводится 2 раза в неделю в спортивном зале и 1 раз в неделю на спортивной площадке учреждения. Различные формы и методы проведения занятий способствуют закреплению двигательных умений и навыков, воспитанию физических качеств (ловкости, быстроты, выносливости), развитию координации движений, пространственной ориентации и укреплению их физического и психического здоровья.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности по физической культуре соответствует возрастной группе и составляет от 15 до 35 минут.

Для коррекции неврологических нарушений увеличивается заключительная часть занятия, для того что бы дети сбросили эмоциональное напряжение, расслабились, настроились на дальнейшую смену деятельности.

Структура образовательной деятельности на спортивной площадке

Третье физкультурное занятие для детей с ЗПР проводится на улице. Оно направлено на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемое в игровой форме. При проведении занятий учитывается сезонность.

Занятие включает в себя вводную – разминку (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки), основную - оздоровительно-развивающую тренировку (развитие физических качеств, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре) и заключительную часть.

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в МКДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Физическая активность детей распределяется следующим образом:

Формы организации	
1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада	
1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 6-8 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 10-15 минут
1.4 Закаливающие процедуры	Ежедневно после дневного сна
2. Физкультурные занятия	
2.1 Физкультурные занятия в спортивном зале	2 раза в неделю
2.2 Физкультурные занятия на свежем воздухе	1 раз в неделю
3. Спортивный досуг	
3.1 Самостоятельная двигательная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка)
3.2 Спортивные праздники	Соответственно календарному плану

3.2 Организация развивающей предметно-пространственной среды

Рациональная предметно-пространственная развивающая среда в физкультурном зале способствует решению как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и задач их всестороннего гармоничного развития и формирования личности. Предметное окружение в физкультурном зале имеет огромное значение для развития активности детей, формирования их инициативного поведения, познавательных способностей, творчества, развития речи. Все предметы, используемые в педагогическом

процессе, выполняют двойную функцию: с одной стороны, это объекты разнообразной двигательной деятельности, с другой – это средства для создания полноценных условий воспитания детей, их физического и психического развития. Развивающая роль развивающей среды заключается в том, что она стимулирует поисковую активность ребёнка, побуждает к действенному познанию мира предметов, явлений, а также человеческих отношений и самого себя, своих сил и возможностей.

При организации предметно-пространственной развивающей среды в физкультурном зале для детей группы компенсирующей направленности (ЗПР) руководствовались их возрастными и психологическими особенностями. Исходя из того, что такие дошкольники отличаются плохой координацией движений, слабым развитием ручной и общей моторики, при пространственной организации среды одновременно учитывалось обеспечение её безопасности и в то же время условия, средства и возможности для стимулирования двигательной активности. Обстановка физкультурного зала уравнивает эмоциональный фон каждого ребёнка, способствует его эмоциональному благополучию.

При создании предметно-пространственной развивающей среды учитывались следующие ведущие **принципы**.

Среда должна быть:

- содержательно-насыщенной, развивающей;
- трансформируемой;
- полифункциональной;
- вариативной;
- доступной;
- безопасной;
- здоровьесберегающей;
- эстетически-привлекательной

Предметно-пространственная развивающая среда с учётом взросления дошкольников, то есть в соответствии с возрастными особенностями их физического развития и этапами становления различных видов Физкультурно-оздоровительной деятельности наполнена следующим оборудованием.

Для двигательной активности детей: проведения спортивных игр, соревнований, праздников, тренировок и других форм взаимодействия, а также самостоятельной двигательной активности в учреждении организованы следующие пространства:

- Физкультурный зал
- Спортивная площадка на территории детского сада
- Уличные групповые площадки с уличным оборудованием
- Спортивный зал и спортивные уголки в группах оснащены:
- Шведскими лестницами;
- Скамейками;
- Спортивными матами, тоннелями для пролезания;
- Обручами разного диаметра;
- Мячами разного диаметра;
- Контактными ковриками, и другими тренажерами для коррекции плоскостопия;
- Кеглями, кубиками;

- Фитболами
- Гимнастическими палками;
- Скакалками;
- Ключками;

На окнах в физкультурном зале имеется защитная сетка.

Пол в физкультурном зале покрыт линолеумом, ковролином и имеет разметку.

Спортивная площадка выделена и огорожена, оснащена:

- Воротами для футбола или хоккея;
- Гимнастическими стойками;
- лабиринтом.
- Уличные групповые площадки выделены и огорожены, оснащены:
- Баскетбольными кольцами;
- Тренажерами-балансирами;
- Лестницами.

Во время прогулок дети имеют возможность играть с оборудованием, предназначенным для этих целей (мячи, скакалки, ракетки для бадминтона).

В каждой группе имеется спортивный уголок, картотеки физкультурной и оздоровительной направленности.

Спортивные уголки наполняют:

- мячи,
- обручи,
- кегли,
- мешочки с песком,
- гимнастические палки,
- скакалки,
- малые мячи,
- игольчатые шарики,
- контактные коврики.

3.3 Материально-техническое обеспечение Программы

Материально-технические условия реализации Программы в учреждении соответствуют санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Обеспечение данных требований направлено на охрану здоровья детей при осуществлении деятельности по воспитанию, обучению, развитию и оздоровлению, уходу и присмотру в учреждении.

3.4 Учебно-методическое оснащение Программы

Перечень методических пособий:

Степаненкова Э.Я	Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет. ФГОС
Борисова Н.Н.	Малоподвижные игры и игровые упражнения (3-7 лет)
Федорова С.Ю.	Гимнастика после сна с детьми 3 - 5 лет. ФГОС
Федорова С.Ю.	Гимнастика после сна с детьми 5 - 7 лет. ФГОС

Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-4 лет. ФГОС
Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 4-5 лет. ФГОС
Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 5-6 лет. ФГОС
Пензулаева Л.И.	Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 6-7 лет. ФГОС
Фёдорова С.Ю.	Планы физкультурных занятий с детьми 3-4 лет. ФГОС
Фёдорова С.Ю.	Планы физкультурных занятий с детьми 4-5 лет. ФГОС
Фёдорова С.Ю.	Планы физкультурных занятий с детьми 5-6 лет. ФГОС
Фёдорова С.Ю.	Планы физкультурных занятий с детьми 6-7 лет. ФГОС
Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду. 3-4 года. Комплексы упражнений. ФГОС
Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду. 4-5 лет. Комплексы упражнений. ФГОС
Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду. 5-6 лет. Комплексы упражнений. ФГОС
Харченко Т.Е.	Утренняя гимнастика в детском саду. 6-7 лет. Комплексы упражнений. ФГОС
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. 3-4 года. Конспекты занятий. ФГОС
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. 4-5 лет. Конспекты занятий. ФГОС
Пензулаева Л.И.	Физическая культура в детском саду. 5-6 лет. Конспекты занятий. ФГОС

Приложение 1
Календарный план воспитательной работы
2023-2024

Направление воспитания/ группа	Патриотическое	Трудовое	Познавательное	Духовно-нравственное	Социальное	Физическое и оздоровительное	Эстетическое
Сентябрь							
01.09 – День знаний – «Мир освещается солнцем, а человек знанием» праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
11-15 09. Неделя безопасности (ПБ, ПДД)							
13.09 – День города «С днем рождения, любимый город!»							
20.09 – Осенины – праздничное развлечение во всех возрастных группах «Едет с дачи урожай!»							
Младшая группа		27.09 – День дошкольного работника «Мой любимый воспитатель» (просмотр мультфильмов)					
Средняя группа							
Старшая группа						11.09.спортивные эстафеты «Безопасный островок»	
Подготовительная группа	27.09- «Я поведу тебя в музей» Экскурсия по музейной выставке рисунков и фотографий на тему: «Волгоград – город-герой» /«Исторические здания города»	13.09- «Я поведу тебя в музей» выставка рисунков и фотографий на тему: «Родная земля - Поволжье», репродукций картин Н. Арефьевой «Хлеб всему голова» 06.09 – город нефтяников - «Чудо нефть»	«По следам осени» -4 неделя осенние исследования			11.09.спортивные эстафеты «Безопасный островок»	25-29. 09. «Пройду по нашим улицам...» - экскурсии в осенний парк – осенние изменения в природе (беседы, зарисовки, сбор гербария)

Октябрь							
01.10 – День пожилого человека – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
03.11 – День творчества С.Я. Маршака							
16.10 – День отца – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
24.10 - День рождения русской матрешки							
Младшая группа		20.10 – Международный день поваров	16.10 – Всемирный день хлеба «Хлеб всему голова»	04.10 – День защиты животных	01.10 – День пожилого человека	02.10 – День детского здоровья	01.10 – Международный день музыки
Средняя группа		20.10 – Международный день поваров	24.10 – День научных открытий «Форма и размеры Земли»		фотовыставка «Как мы отдыхали летом?»	18.10 – Спортивная олимпиада «Урожай собирай и на зиму запасай»	
Старшая группа							
Подготовительная группа		05.10 – День учителя 12.10. «Дары родного края» - овощная выставка					
Ноябрь							
04.11 – День народного единства – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
18.11 - День рождения Деда Мороза– праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
20.11. – День ребенка – игровая программы во всех возрастных группах							
26.11 – День матери – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
30.11 – День Государственного герба РФ – тематические мероприятия во всех возрастных группах							
Младшая группа							
Средняя группа	03.11 – день рождения С.Я. Маршака						
Старшая группа	23.11 – День творчества Н.Н. Носова	10.11 – День Полиции Акция «Мы кормушку смастрелили!» (в рамках акции проходят 12.11 - Синичкин день)	«Великие умы России» (знакомство детей с М. Ломоносов)	10.11 – Всемирный день науки			09.11.-Творчество А. Н. Пахмутовой. Женщина, которую поют
Подготовительная группа	24.11 – день рождения А.В. Суворова						

Декабрь							
05.12 – День добровольца (волонтера) в России «Новый год стучится в двери» – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
Младшая группа	07.12 – Катерина-санница						04.12 – День заказов подарков Деду Морозу
Средняя группа				26.12 – Новогодние игры и забавы			
Старшая группа	09.12 – День Героев Отечества	27.12 – День спасателей России		27.12 – Новогодний карнавал			08.12 – День художника
Подготовительная группа	солдата 12.12 – День Конституции РФ	27.12 – День спасателей России				10.12 Спортивное развлечение с детьми дошкольного возраста «Веселые старты» посвящённые Всемирному дню футбола	
Январь							
19.01. – городская спортивная олимпиада							
27 января – День снятия блокады Ленинграда, тематические мероприятия во всех возрастных группах							
Младшая группа							
Средняя группа					11.01 – Международный день «Спасибо»		
Старшая группа			16.01. – Эксперименты с водой: «Цветные льдинки»	11.01 – Всемирный день «Спасибо»	30 января - День Мороза и Снегурки	13.01 – День зимних видов спорта	
Подготовительная группа			«Великие умы России» (знакомство детей с учеными: С. Ковалевской)	23.,24. 01 - «Я поведу тебя в музей» - «Знаменитые люди Волгограда,	30 января - День Мороза и Снегурки	13.01 – День зимних видов спорта	29 января - День изобретения автомобиля – творческая мастерская «САМОКАТ»

				Фролово». информации о знаменитых земляках: воинах, спортсменах, поэтах, писателях, композиторах			
Февраль							
02.02 - «Ты же выжил, Солдат!» Сталинградская битва... день памяти, гордости							
08.02 – День российской науки							
23.02 – «Есть такая профессия – Родину защищать!» Музыкально-спортивный праздник, посвященный Дню Защитника Отечества							
Младшая группа	17.02 –Агнии Барто детям						
Средняя группа	17.02 – день рождения Агнии Барто		1 неделя «Разноцветные льдинки» - исследовательская деятельность	15.02- акция «Открытие Защитникам»			
Старшая группа	02.02- Вечер памяти «Военные страницы былин из цикла «Давным-давно была война»; рассматривание иллюстраций Б.К. Сивца «Русский богатырь Илья Муромец»; фотографии скульптуры «Стоять насмерть» (на Мамаевом кургане)					3 неделя «Аты, баты, шли солдаты...» - спортивные соревнования	
Подготовительная группа	01.02.- «Я поведу тебя в музей» -		«Великие умы России»	21.02 – Международный		3 неделя «Аты, баты, шли	

	<p>Выставка репродукций картин на тему «Дети войны. Дети мира»: Н. Черниковой «Теплое утро», «Дети на веранде», «Дети на Набережной», «Волгари»; В. Литвинова «Катюша»; Л. Гоманюка «Ксюша» и др.</p> <p>02.02. - Я поведу тебя в музей» - «Дом Павлова»- Этот дом героически защищала группа бойцов 13 Гвардейской дивизии под командованием сержанта Павлова Якова Федоровича</p>		(знакомство детей с учеными: Д. Менделеевым)	<p>день родного языка</p> <p>29.02. Вечер поэзии М. Агашиной</p>		<p>солдаты...» - спортивные соревнования</p>	
Март							
08.03 – Международный женский день – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
27.03 – День театра – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
11–17.03 – Масленица, праздничные мероприятия во всех возрастных группах							
Младшая группа				16.03 – Всемирный день цветных карандашей			06.03 –Веснянка-свистулька
Средняя группа	31.03 – день рождения К.И. Чуковского			01.03 – Мартеница			
Старшая группа		23.03 –	21.03. -Всемирный	02.03 –			22.03. - Сороки»

		Всемирный день детской поэзии	день Земли и Всемирный день водных ресурсов	Международный день спички			фольклорное развлечение
Подготовительная группа	18.03 – День воссоединения Крыма с Россией		26.03. – День научных открытий «Солнечная система»	28.03- «Дон- батюшка, да Волга- матушка» - песенно - игровая программа - «Великие умы России» (знакомство детей с учеными: К. Циолковский)			17.03. «День Герасима Грачевника» - фольклорное развлечение 22.03. - Сороки» фольклорное развлечение
Апрель							
12.04 – День космонавтики – праздничное мероприятие во всех возрастных группах 22.04. – Всемирный день Земли							
Младшая группа			01.04 – Международный день птиц		06.04 - День русской сказки		
Средняя группа			18.04. – Творчество Л.И. Чеботаревой				
Старшая группа	02.04 – день рождения Г.Х. Андерсена			-		30.04 - День пожарной охраны – спортивные соревнования «МЧС спешит на помощь!»	15.04 – Всемирный день культуры (О пасхальных традициях на Руси)
Подготовительная группа			15 апреля День экологических знаний (Красная книга Волгоградской области)	«Великие умы России» (знакомство детей с учеными:С.П. Королев) - О пасхальных традициях на Руси	03.04 – Час поэзии - произведения литературы Волгоградских авторов	07.04 – Международный день здоровья 30.04 - День пожарной охраны – спортивные соревнования «МЧС спешит на помощь!»	
Май							
01.05 – День труда – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							

09.05 – День Победы – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
24.05 – День славянской культуры и письменности – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
Младшая группа							
Средняя группа						1 неделя – веселые старты «Птичьи стайки»	15.05-Соловьиный праздник (фольклорное развлечение)
Старшая группа				06.05. – литературная гостиная «Шел солдат с войны домой» (о героях – земляках)		13 мая День Черноморского флота ВМФ России – спортивные эстафеты 16.05- День сдачи норм ГТО 28.05- День пограничника в России (спортивные состязания)	18.05 – День музея – экскурсия в музей семейной культуры
Подготовительная группа	24.05 – День славянской письменности	01.05 – День солидарности трудящихся		07.05 – день рождения П.И. Чайковского «Великие умы России» (знакомство детей с учеными: Кулибин И. П.)	18.05 – Всемирный день библиотек	13 мая День Черноморского флота ВМФ России – спортивные эстафеты 16.05- День сдачи норм ГТО	Выпуск детей в школу
Июнь							
01.06 – День защиты детей – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
12.06 – День России – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
Младшая группа		05.06 – Международный день защиты окружающей среды	10.06-День рождения киностудии Союзмультфильм		09.06 – Международный день друзей		21.06 – Международный день цветка 23.06- День балалайки
Средняя группа			09.06 – Всемирный день океанов	10.06 – день рождения киностудии «Союзмультфильм»		03.06 – Всемирный день велосипеда	

Старшая группа		18.06 – «Фантазеры» - создание песочного замка	03.06 – Международный день очистки водоемов	04.06 – Всемирный день молока		02.06 – День здорового питания 23.06- Международный Олимпийский день	06.06 – Пушкинский день России 19.06- День наблюдения за облаками 11.06– «Я поведу тебя в музей» -«Волжская керамика» (знакомство с искусством керамики: работами В.И. Косточки и др.)
Подготовительная группа	22.06 –День памяти и скорби		16.06 – День полета в космос первой женщины-космонавта В.В. Терешковой	09.06 - День рождения Петра I		19.06 – Всемирный день детского футбола 23.06- Международный Олимпийский день	
Июль							
08.07 – День семьи, любви и верности – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							
Младшая группа				16.07 – День рисунков на асфальте			11.07 – День наблюдений за природой
Средняя группа	08.07 – День Ивана Купалы						
Старшая группа	29.07- Международный день тигра	01.07 – Всемирный день архитектуры	09.07 – Всемирный день животных	07.07 – день рождения Ф.М. Достоевского	11.07 – Всемирный день шоколада	31.07- День Военно-Морского Флота– спортивные соревнования	19.07-«Марья- Искусница» — творческая мастерская (собрать портрет сказочного героя из природного, бросового материала)
Подготовительная группа	26.07 – День ВМФ (День Военно-морского флота)	03.07 - День ГАИ в России (ГИБДД МВД РФ) 12.07- День фотографа	20.07 – Международный день шахмат		30.07 – Международный день дружбы 20 .07- Международный день шахмат	16.08. - «Казачий край» - вот так играли казаки! 31.07- День Военно-Морского Флота – спортивные соревнования	16.07- «Я поведу тебя в музей» - Рассматривание репродукций картин - Н. Арефьевой, Э. Завьяловой, Б. Сивца, А. Козлова И.Аксенова, Н. Черниковой
Август							
22.08 – День Государственного флага России – праздничное мероприятие во всех возрастных группах							

31.08 - «До свидания, лето!» - праздничная программа во всех группах							
Младшая группа	20.08 – День рождения Чебурашки		08.08 – Всемирный день кошек				
Средняя группа			02.08 – Ильин день	05.08 – Международный день светофора		21.08- День сбора диких трав – о пользе трав	
Старшая группа		15.08 – День строителя				03.08 – Всемирный день арбуза	- Творческая мастерская - куклы из природного материала 05.08 – «Я поведу тебя в музей» - «О чем рассказали картины?» И. Репин

Диагностика – развитие – коррекция: Программа дошкольного образования детей с интеллектуальной недостаточностью / Л. Б. Баряева, О. П. Гаврилушкина, А. Зорин, Н. Д. Соколова. – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Беляевой, 2012.

1. Коррекционно-развивающие упражнения для детей старшего дошкольного возраста. Алябьева Е.А. - М., 2004 (электронный вариант)

2. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3 – 5 лет. Конспекты занятий и развлечений. Игры и тренинги: Пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре./ К. К. Утробина. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2006. (электронный вид)

3. Артикуляционная, пальчиковая гимнастика и дыхательно-голосовые упражнения. Коноваленко В.В., Коноваленко С.В. - М.: Гном, 2012. (электронный вид)
4. Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б. - М.: Линка-Пресс, 2000. (электронный вид)
5. Подвижные игры, физминутки и общеразвивающие упражнения с речью и музыкой в логопедическом детском саду. Овчинникова Т.С. – СПб.: КАРО, 2006. (электронный вид)
6. Проектирование индивидуальных образовательных программ для детей с ОВЗ / Методические рекомендации. Соловьева С.В. - 2 издание, дополн. и перераб. – Екатеринбург: ГБОУ ДПО СО «Институт развития образования», 2011. (электронный вид)
7. Настольная книга педагога, работающего с детьми с ОВЗ. Методическое пособие. Староверова М.С., Ковалев Е.В., Захарова А.В. – М.: Владос, (электронный вид)
8. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения. Филиппова С.О.– СПб.:«Детство-пресс», 2011.
9. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Щетинин М.Н. - :М Метафора, 2010 (электронный вид)
10. Нищева Н.В. Примерная адаптированная программа коррекционно-развивающей работы в группе компенсирующей направленности ДОО для детей с тяжёлыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2019. (электронный вид)