

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Протокол №1
От «28» 08 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Детский сад
№24 «Васильки» ЗМР РТ
Е.П. Пустынникова

Приказ № 5-од
От « 28 » 08 . 2019 г.

АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ
С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА (НОДА)
МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА
№24 «ВАСИЛЬКИ» с. ОСИНОВО
ЗЕЛЕНОДОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Разработчики программы:
Игошина Е.С. – старший воспитатель
педагог-психолог
Слушкина Е.В.- учитель- логопед
высшей кв. категории
Окатов Д.И.- музыкальный руководитель
Закирова В.Н. – инструктор ФИЗО
высшей кв. категории

2019

Содержание

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1.Нормативно-правовая база Программы.....	3
1.1.2. Цели и задачи Программы.....	4
1.1.3. Принципы реализации Программы.....	5
1.1.4. Особенности развития детей с нарушением опорно-двигательного аппарата	5
1.2. Планируемые результаты освоения Программы.....	8
2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	
2.1. Описание образовательной деятельности	8
2.1.1.Особенности физкультурно - коррекционной и лечебно - оздоровительной работы.....	8
2.1.2. Особенности психолого-педагогической работы.....	20
2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников.....	27
3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	
3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка.....	28
3.2.Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.....	29
3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий	30
3.4. Материально-техническое обеспечение Программы.....	31
3.5. Особенности режима дня, планирования и организации НОД в группах комбинированной направленности.....	32
Перечень используемой литературы.....	33

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Нормативно-правовая база Программы

Особенность групп комбинированной направленности - осуществление совместного образования здоровых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья.

В группе комбинированной направленности осуществляется совместное образование здоровых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья (для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) в соответствии с образовательной программой МБДОУ, разработанной на основе ФГОС дошкольного образования, комплексной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой, с учётом особенностей физического развития и возможностей детей.

При составлении программы учитывались данные современных технологий и научных исследований, посвящённых физическому воспитанию и развитию детей с НОДА в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- ✓ Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ;
- ✓ Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования";
- ✓ Приказом Минобрнауки России «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования» от 30.08.2013г. №1014;

- ✓ Письмом Минобразования России «Об интегрированном воспитании и обучении детей с отклонениями в развитии в дошкольных образовательных учреждениях» от 16.01.2002 № 03-51ин/23-03

- ✓ Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений»;

- ✓ Уставом МБДОУ «Детский сад №24 «Васильки» с.Осиново ЗМР РТ.

Данная программа составлена для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (далее НОДА) при сохранным интеллекте.

Необходимость разработки программного обеспечения для группы комбинированной направленности обусловлена следующими обстоятельствами. Различие уровня здоровья, формы заболевания, физического развития и физической подготовленности дошкольников, осложняет образовательный процесс и требует дифференцирования, прежде всего, физической нагрузки для детей (как по содержанию, так и по объёму и интенсивности), имеющих разные отклонения в состоянии здоровья.

Дети с НОДА должны заниматься в пределах определенного двигательного режима (поддерживающее- развивающее, оздоровительно- развивающего и развивающе-

тренирующего), который с учетом физического развития и нозологических форм модифицируется за счет выбора разных средств и методических приемов физической культуры и оздоровительной работы с детьми.

Для определения состояния здоровья и физического развития ребенка проводится анализ медицинских карт. В результате - создаётся антропометрический профиль, а также профиль физической подготовленности на каждого ребёнка, что и позволяет осуществлять индивидуально-дифференцированный подход к детям с различным состоянием здоровья, физического развития и физической подготовленности.

1.1.2. Цели и задачи Программы

Основной **целью** реализации Программы для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) - осуществление ранней полноценной социальной и образовательной интеграции воспитанников с ограниченными возможностями в среду нормально развивающихся сверстников. Основными **задачами** являются:

- ✓ охрана жизни, укрепление физического и психического здоровья детей;
- ✓ обеспечение познавательно-речевого, социально-личностного, художественно-эстетического и физического развития детей;
- ✓ воспитание с учётом возрастных категорий детей гражданственности, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье;
- ✓ осуществление необходимой коррекции недостатков в физическом развитии детей;
- ✓ взаимодействие с семьями детей для обеспечения полноценного развития детей;
- ✓ оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) по вопросам воспитания, обучения и развития детей.

Задачи воспитательно-образовательного и коррекционного направлений объединяется в 2 блока:

- педагогический,
- коррекционно-профилактический.

Педагогический блок задач решается на занятиях по физической культуре разного вида, хореографии, утренней гимнастике, корrigирующей гимнастике после дневного сна, динамической паузе между занятиями и закаливании. Он направлен на:

- создание условий для развития двигательных умений детей, развитие их базовых физических качеств;
- коррекцию двигательных нарушений у детей;
- формирование танцевально-ритмических движений;
- воспитание привычки здорового образа жизни.

Коррекционно-профилактический блок направлен на профилактику и устранение имеющихся нарушений опорно-двигательного аппарата у детей. Реализация задач этого блока предусматривает улучшение физического развития детей, их анатомо-физиологического статуса:

- коррекция неправильных установок опорно-двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника);

- нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);
- преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных групп;
- улучшение подвижности в суставах;
- сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);
- формирование компенсаторных гипертрофий отдельных мышечных групп; - формирование вестибулярных реакций.

Коррекция НОДА, воспитание, обучение и развитие детей осуществляется одновременно совместными усилиями воспитателей, инструктора по физической культуре, педагога-психолога.

1.1.3. Принципы реализации Программы

В основе физкультурно-развивающей и коррекционной работы группы с НОДА лежат принципы:

- 1) всестороннего развития ребёнка;
- 2) создания условий для коррекционно-развивающей и самостоятельной активности детей;
- 3) индивидуализации и дифференциации (учёта способностей возможностей ребёнка, индивидуального темпа его развития и интеграции в общество здоровых сверстников);
- 4) возрастной адекватности содержания и методов образовательной и коррекционно-профилактической работы;
- 5) содействия и сотрудничества детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- 6) взаимодействие со специалистами и родителями в работе с детьми по коррекции НОДА.

1.1.4. Особенности развития детей с нарушением опорно-двигательного аппарата

Дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата - это полиморфная в клиническом и психолого-педагогическом отношении группа. В этой группе выделяются 3 категории.

I. Дети, у которых нарушения опорно-двигательного аппарата обусловлены органическими поражениями нервной системы:

- дети с поражением головного мозга, детским церебральным параличом, опухолями и травматическими поражениями головного мозга;
- дети с поражениями проводящих нервных путей (с параличами руки, кривошееей);
- дети с поражением спинного мозга (последствиями полиомиелита, травмами).

II. Дети, имеющие сочетанные поражения нервной системы и опорно-двигательного аппарата вследствие родовых травм.

III. Дети, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата при сохранным интеллекте. К ней относятся дети, не имеющие отклонений в психическом развитии, нуждающиеся в систематическом ортопедическом лечении.

Дети, имеющие нарушения опорно-двигательного аппарата, могут также иметь нарушение зрения, заболевания нервной системы, органов дыхания, пищеварения. Нарушения ОДА часто сочетаются с нарушениями работы многих органов и систем. У детей обычно отмечается повышенная утомляемость и плохое самочувствие. Обращать внимание на ОДА детей важно ещё и потому, что будущая учебная нагрузка связана со значительным статическим напряжением, длительным удержанием относительно неподвижной позы и резким снижением двигательной активности. Всё это фактор риска.

В младшем дошкольном возрасте привычным положением является приведение плечевого пояса вверх и вперёд, напряжение шеи, воротниковой зоны, вследствие чего углы лопаток отстают и часто асимметричны, отмечается деформация спины, бёдер. Одним из факторов нарушения ОДА является и нарушение осанки.

Поэтому ребёнок с правильной осанкой усваивает быстро и легко выполняет те движения, которые очень тяжело даются детям с нарушенной осанкой.

Такие дети при ходьбе опускают голову, сутулятся, походка у них тяжёлая, шаркающая. Во время бега они почти не работают руками, не умеют согласовывать дыхание с движениями, а также страдают одышкой. Дети плохо выполняют упражнения на равновесие, им трудно попадать мячом в цель.

Осанка вырабатывается в детстве, в процессе роста ребёнка. Основную роль в её формировании играют состояние позвоночника, равномерное развитие мышц и мышечной тяги. Позвоночный столб можно образно сравнить с мачтой, удерживаемой в вертикальном положении растяжками, роль которых выполняют в организме мышцы. Если мышцы туловища развиты равномерно и тяга мышц-сгибателей уравновешивается тягой мышц-разгибателей, то корпус и голова занимают правильное положение.

Формирование осанки у ребёнка начинается сразу же после рождения. Позвоночный столб новорожденного очень подвижен и легко принимает форму той поверхности, которая служит для него опорой. Если поверхность ровная, то позвоночник прямой.

В процессе нормального развития у ребёнка появляются физиологические изгибы, свойственные позвоночнику взрослого человека. В возрасте двух месяцев, когда ребёнок начинает держать голову, образуется шейный изгиб. В возрасте 6 - 7 месяцев, когда ребёнок садится, у него возникает грудной изгиб, когда ребёнок встаёт на ноги - поясничный.

Физиологические изгибы в позвоночнике способствуют амортизации толчков и сотрясений, неизбежно возникающих при ходьбе, беге, прыжках. До 7 лет эти изгибы не имеют постоянной формы и легко изменяются в зависимости от положения тела. К 14 -15 годам они становятся постоянными, закрепляются и приобретают индивидуальный характер, оказывая влияние на тип осанки. Нормальная глубина их - 3-4 см. Чрезмерная или недостаточная кривизна позвоночника является нарушением осанки. Среди такого рода нарушений чаще всего встречаются: сутулость, вялая осанка, плоская спина.

При сутулости у детей увеличен грудной изгиб позвоночника, выступают лопатки, грудь обычно впалая, живот выпячен. Сутулый ребёнок не может выпрямиться на длительное время, так как у него быстро наступает усталость.

При ослаблении мускулатуры и нарушениях в изгибах позвоночника у детей наблюдается вялая осанка. У них обычно бывает впалая грудь, плечи выдаются вперёд, живот внизу выпячен.

Наиболее неблагополучный тип осанки - плоская спина, когда не образуется достаточно глубоких изгибов позвоночника. Туловище при этом отклоняется назад, живот выпячивается. Такой позвоночник плохо смягчает толчки и сотрясения.

До сих пор мы рассматривали искривления позвоночника в направлении вперёд-назад. Другой особенностью, подстерегающей ребёнка, являются искривления позвоночника влево-вправо, так называемая сколиотическая болезнь. Эта болезнь оказывает очень большое влияние на общее состояние организма.

Врождённый сколиоз встречается редко. Обычно он развивается после рождения ребёнка как следствие нервно-мышечной недостаточности, в результате которой неправильные привычные позы могут вызвать боковые искривления позвоночника.

Сколиотическая болезнь имеет три степени. Боковое искривление позвоночника, которое удаётся исправить напряжением шейных и спинных мышц, можно отнести к сколиотической болезни I степени. В этой стадии болезнь поддаётся комплексному лечению в специализированных группах.

При сколиозе II степени исправить позвоночник усилием мышц невозможно. В связи с неправильной формой позвоночника в этом случае иногда выступает группа рёбер. Выпячивание рёбер становится заметным при наклоне туловища вперёд.

Сколиозная болезнь III степени характеризуется искривлением позвоночника, при котором, как правило, образуется рёберный горб. На этой стадии болезни наблюдается деформация позвонков, нарушается рост позвоночника, ограничивается его подвижность. При сколиозах III степени нередко приходится прибегать к вмешательству хирурга.

К нарушениям опорно-двигательного аппарата относится и деформация стоп.

Раздражительность, плохое настроение, боли в ногах, спине, голове - все эти недомогания могут быть вызваны плоскостопием. Плоскостопие гораздо более распространено, чем обычно думают; и те, у кого есть такая деформация, страдают от болей не только в ногах, но и во всём теле. Их походка становится неуклюжей, а сама ходьба причиняет боль.

При плоскостопии нарушается или снижается внутренний продольный и часто внешний поперечный свод стопы. Соединяясь между собой, кости стопы образуют четыре свода. Нормальная стопа имеет свод на внутренней стороне. Эта внутренняя часть при ходьбе не касается земли. Высота этого свода бывает разной у разных людей и даже разных народов. Поэтому не по высоте свода следует судить о том, есть ли у человека плоскостопие или нет, а по тому, как ноги переносят нагрузку при ходьбе, по их общей структуре.

Удерживают своды в нормальном положении связки, мышцы ног, сухожилия и мышцы стоп. Уплощение свода может быть следствием слабости мышц и связок, или паралича мышц (младенческий паралич), или травм, или размягчения костных тканей, как при раките.

Различают поперечное плоскостопие, при котором нарушается внешний поперечный свод, и, что встречается чаще, продольное плоскостопие, при котором опускается продольный свод.

Во многих случаях наблюдается нарушение обоих сводов. Привычка стоять, развернув стопы, всегда усиливает тенденцию к формированию плоскостопия. Строение ноги таково, что она не должна выносить сверхтяжёсть тела на внешней, а не на внутренней стороне стопы. Развёрнутые в сторону пальцы ног способствуют переносу тяжести на её внутреннюю сторону, что и приводит к нарушению свода.

Помимо ослабления внутреннего продольного свода стопы и образования плоскостопия привычка разворачивать стопы в стороны нарушает осанку и лёгкость походки, которая становится нервной и неловкой.

Плоскостопие обычно развивается медленно, постепенно.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

К семи годам при успешном освоении Программы достигаются следующие результаты:

- укрепление здоровья детей
- коррекция неправильных установок опорно-двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника);
- нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);
- преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных групп;
- улучшение подвижности в суставах;
- сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);
- формирование компенсаторных гипертрофий отдельных мышечных групп; - формирование вестибулярных реакций.

Для правильной организации фронтальной, групповой и индивидуальной работы важно своевременно обследовать детей, чтобы иметь полное представление о каждом ребёнке.

Обследование проводится в первый организационный период с 1-го по 15-е сентября или по мере прохождения адаптационного периода после поступления в МБДОУ. Перед проведением обследования детей следует соблюдать следующие условия:

- осмотр медсестрой состояния здоровья детей;
- определение группы двигательной активности;
- подготовка диагностических карт на каждого ребёнка;
- подготовка спортивного и игрового оборудования, измерительных приборов.

Обследование детей проводит инструктор ФИЗО, воспитатели, которое включает в себя тестирование силовой выносливости мышц живота, спины, гибкости позвоночника, проводится динамометрия (исследование силы кисти), что дает возможность отслеживать динамику развития физических качеств ребенка.

На детей с НОДА следует составлять медицинские карты на которых удобно фиксировать состав движений, отмечать особенности двигательной деятельности детей.

Педагоги группы совместно с медицинским работником обсуждают результаты обследования, намечают конкретные пути коррекционной работы, учитывая особенности каждого ребёнка.

Полученные результаты диагностики помогут:

- определить задачи в работе с детьми (формирование рациональных навыков, повышение результативности движений; улучшение физического развития детей, их анатомо-физиологического статуса);
- обоснование содержание занятий (подбор упражнений, игр);
- продумать структуру занятий и дозировку упражнений; скомплектовать группы для занятий.

2. Содержательный раздел

2. 1. Описание образовательной деятельности.

2.1.1. Особенности физкультурно-коррекционной и лечебно-оздоровительной работы.

Система мероприятий физкультурно-коррекционной и лечебно-оздоровительной работы включает в себя:

1. Утренний приём на открытом воздухе.
 2. Утренняя гимнастика, в том числе, корригирующая для детей с НОДА.
 3. Физкультминутки
 4. Физкультурные паузы между занятиями в форме коррекционных подвижных игр (для детей с НОДА)
 5. Традиционные физкультурные занятия.
 6. Физкультурно-коррекционные занятия (для детей с НОДА)
 7. Дыхательная гимнастика.
 8. Прогулка, в том числе:
 - интенсивная прогулка, построенная на подвижных играх и игровых упражнениях (для детей с НОДА);
 - тропа здоровья (дозированная ходьба).
 9. Корригирующая гимнастика после сна, в том числе:
 - выполнение упражнений на массажёрах,
 - физические упражнения в сочетании с закаливающими мероприятиями, игры с водой.
 10. Лечебная физическая культура.
 11. Физкультурный досуг.
 12. Физкультурный праздник.
 13. День здоровья

Таблица 1 Формы организации физического воспитания и двигательной активности
Режим двигательной активности детей

2.1. Утренняя гимнастика.	5 мин.	5-7 мин.	6-8 мин.	8-10 мин.	10-12 мин.	Ежедневно в группах, в физкультурном и музыкальном залах. В теплое время года на улице.		
2.2. Двигательная разминка во время перерыва между занятиями.	3-5 мин.			5-7 мин.		Ежедневно.		
2.3. Физкультминутка.	1.5-2 мин.		3 мин.			Ежедневно, по мере необходимости, в зависимости от вида и содержания занятий и состояния детей.		
2.4. Подвижные игры и физические упражнения на прогулках.	5-7 мин.	7-10 мин.	Ежедневно, во время прогулок, организуются воспитателем.					
2.5. Упражнения на кроватях после дневного сна, дыхательная гимнастика, самомассаж, закаливающие мероприятия в сочетании с упражнениями на профилактику нарушений осанки и плоскостопия.	3-5 мин. Игровые упражнения в кроватках, игровой массаж, упражнения для профилактики плоскостопия, контрастное воздушное закаливание		8 -10 мин.	10-12 мин.	Ежедневно, после дневного сна (дыхательная гимнастика – со средней группы, массаж и самомассаж – с гр.ран.возр)			

2.6.Оздоровительный бег.		3-7 мин.	8-10 мин.	1 раз в неделю, проводится во время утренней прогулки (с учетом погодных условий)
--------------------------	--	----------	-----------	---

3. Активный отдых

3.1. Физкультурно-спортивные праздники		20-30 мин.	30-40мин.	2 раза в год на открытом воздухе или в зале.
3.2. Дни здоровья				Дни здоровья- 1 раз в квартал
3.3. Самостоятельная двигательная деятельность.				Ежедневно (в группе и на прогулке), под руководством воспитателя. Продолжительность зависит от индивидуальных особенностей детей, состояния их здоровья.

Продолжительность занятий с детьми, отнесёнными к разным группам (НОДА) остаётся одинаковой. Дифференцированный подход обеспечивается за счёт изменения в содержании физических упражнений, их интенсивности (изменения темпа, траектории, амплитуды, дозировки).

Утренняя гимнастика

Утренняя гимнастика снимает остаточное торможение после сна; обеспечивает тренировку всех мышц, что особенно способствует формированию хорошей осанки и подготавливает организм ребёнка к последующим нагрузкам.

Утренняя гимнастика проводится с детьми в облегчённой одежде, в хорошо проветренной комнате или в физкультурном зале. В тёплое время года гимнастика проводится на воздухе. В соответствии с возрастом детей её продолжительность составляет 10 - 15 минут. Усиление интенсивности нагрузки достигается нарастающим количеством упражнений (с 4-5 до 5-6), увеличением числа их повторений (с 5-6 до 6-8) и продолжительности тех упражнений, которые вызывают наибольшую пульсовую реакцию.

В утренней гимнастике хорошо использовать музыку, которая создает у детей эмоциональный подъём, радостное ощущение жизни. Выбор музыкальных произведений для утренней гимнастики определяется характером включаемых в неё упражнений. Так, начинается утренняя гимнастика с бодрой ходьбы, согласованной с музыкой марша. Наоборот, в конце утренней гимнастики ходьба даётся для того, чтобы успокоить организм в соответствии с этим и заключительный марш должен быть спокойным, исполняться в умеренном темпе. Исполнение песни создаёт у детей бодрое настроение и является своеобразной и полезной дыхательной гимнастикой.

Общие основные задачи, решаемые в утренней гимнастике со всеми детьми комбинированной группы:

1. Формирование навыка правильной осанки;
2. Совершенствование двигательных навыков;
3. Улучшение и нормализация функций сердечно - сосудистой и дыхательной систем;

4. Коррекционные занятия						
4.1 Коррекционные занятия с детьми, имеющими отклонения ОДА		10-15 мин	15-20 мин.	20-25 мин.	25-30 мин.	По плану специалиста

4. Повышение уровня физической работоспособности.

Особенности утренней корригирующей гимнастики для детей с НОДА

Корригирующая гимнастика является составной частью системы организации физкультурно-коррекционной работы с детьми с НОДА.

Наряду с общими задачами, решаются и дополнительные, обусловленные спецификой дефекта осанки или (и) стопы:

- создание физиологических предпосылок для восстановления правильного положения тела за счёт развития и постепенного увеличения силовой выносливости мышц туловища;

- исправление имеющегося дефекта осанки, коррекция сколиотической деформации с учётом имеющихся функциональных наслоений.

В гимнастические комплексы включаются специальные корригирующие упражнения на укрепление опорно-двигательного аппарата и профилактику плоскостопия с учётом индивидуальных особенностей детей группы. Одним из вариантов проведения является выполнение упражнений на тренажёрах.

Физкультурные минутки

Эффективным средством предупреждения утомления, улучшения общего состояния являются физические упражнения, проводимые во время организованной образовательной деятельности (занятий). Под их влиянием увеличивается количество импульсов, поступающих из двигательного и других анализаторов. Для детей старшей группы включают 2-3 игровых упражнения, для подготовительной группы 3-4.

Физические упражнения особенно повышают последующую работоспособность при сложной умственной деятельности. Поэтому, используя и в физкультминутке, следует соблюдать основные требования:

1. Упражнения должны быть просты по структуре, интересны и хорошо знакомы детям.

2. Упражнения должны быть удобны для выполнения на ограниченной площади.

3. Они должны включать движения, воздействующие на крупные группы мышц, улучшающие функциональную деятельность всех органов и систем.

4. Комплекс физкультминутки обычно состоит из 2-3 упражнений для рук и плечевого пояса, потягивания - выпрямление позвоночника, расширения грудной клетки: руки в стороны или вверх - в стороны, к плечам, перед собой, для туловища - наклоны, повороты; для ног - приседания.

При подборе упражнений необходимо помнить об объёме и характере двигательной деятельности на занятиях. Так на занятиях по математике дети выполняют некоторые движения руками, раскладывая, переставляя мелкие предметы и пособия. На занятиях по изобразительной деятельности в напряжении находятся мелкие мышцы кисти рук. Поэтому в физкультминутки наряду с другими следует включать упражнения на расслабление мышц рук.

Физкультурные паузы между занятиями

Согласно СанПиН, между занятиями должна быть обеспечена динамическая пауза, продолжительностью не менее 10 минут. В течение 5 - 10 минут дети получают дозированную динамическую нагрузку.

Физкультурной паузой является организация с детьми оздоровительных игр средней подвижности с включением циклических упражнений умеренной интенсивности (ходьбы с выполнением различных заданий, лёгкого бега, подскоков, прыжков со скакалкой, через резинку, «классики» и пр.).

Пауза может предусматривать выполнение игровых и имитационных общеразвивающих упражнений, развивающих мышцы плечевого пояса, туловища, дыхательную гимнастику.

Физкультурно-коррекционные занятия в поддерживающе-развивающем режиме тренировки

Занятия проводятся по подгруппам, делятся 25 - 30 минут и состоят из вводной, основной и заключительной частей.

Вводная часть длится 5-7 минут. Задачи: организация подгруппы, мобилизация внимания, подготовка к большой физической нагрузке в основной части занятия (путём постепенной врабатываемости организма). В эту часть занятия включаются построения, перестроения, ходьба. Следует подчеркнуть, что как для выработки правильной осанки, так и для формирования правильного свода стоп большое внимание имеют различные виды ходьбы.

Основная часть длится 15-20 минут. Задачи: коррекция дефектов позвоночника, свода стопы, закрепление навыков правильной осанки, развитие силовой выносливости мышц, совершенствование координации движений, качественная проработка мышц и суставов, развитие функций органов дыхания, умеренное воздействие на органы кровообращения.

Для решения этих задач применяется большое количество упражнений: общеразвивающих для туловища, верхних и нижних конечностей, специальных корригирующих с индивидуальными вариациями и дозировкой. В конце основной части проводятся подвижные игры, направленные на коррекцию имеющихся дефектов ОДА.

Заключительная часть длится 2 - 3 минут, в течение которых постепенно снижается физическая нагрузка, восстанавливается обычный уровень деятельности органов дыхания и кровообращения. В этой части применяется ходьба в различных вариантах (с разным положением рук), упражнения на расслабление, игры (в спокойном темпе, например, «выпрямление», дыхательные упражнения).

В ходе физкультурно-коррекционного занятия используются вспомогательные приспособления и физкультурный инвентарь - от простых мячей, гимнастических палок, скамеек, обрущей, массажёров до специально изготовленных коррекционных дорожек-массажёров.

Важным фактором эффективности занятий, кроме их систематичности, является создание рабочей обстановки, удобной одежды (формы), а также использование в процессе коррекционных занятий таких методов, как: соревнование, поощрение, игры, способствующие повышению эмоционального состояния детей.

Комплексы коррекционных занятий обновляются постепенно и последовательно. В течение нескольких дней разучиваются отрабатываются 2-3 коррекционных упражнения, которые затем вносятся в уже знакомый комплекс, в последующие дни 16 дети знакомятся, разучивают и отрабатывают очередные 2-3- упражнения, которые также вносятся в частично обновленный комплекс. Таким образом, комплексы корригирующей гимнастики чередуются каждые 3 месяца.

Дыхательная гимнастика

Дыхательные упражнения развивают продолжительный, равномерный выдох у детей, формируют сильную воздушную струю через рот. Вызывая положительные эмоции, такие упражнения повышают интерес ребенка к дыхательной гимнастике, которые к тому же способствуют развитию творческого воображения и фантазии.

Дыхательную гимнастику следует включать в содержание утренней гимнастики и гимнастики после дневного сна, физкультурного занятия, ЛФК, прогулки, но может проводиться и отдельно в процессе физминуты, динамической паузы, во второй половине дня. Она представлена игровыми и имитационными упражнениями или целой серией упражнений.

Нормализация дыхания в результате выполнения различных дыхательных гимнастик снижает проявление многих патологических изменений в организме, поднимает общий

жизненный тонус. Особенно благоприятны для органов дыхания быстрая и длительная ходьба, бег, ходьба на лыжах, катание на коньках, езда на велосипеде, плавание. Но даже при их систематичности не следует игнорировать общее положительное развивающее и общеукрепляющее действие дыхательной гимнастики.

Дыхание осуществляется дыхательными центрами нервной системы и состоит из трех фаз: выдоха, паузы и вдоха, которые непрерывно и ритмично следуют одна за другой. Дыхательная пауза, следующая за выдохом, обеспечивает эффективный газообмен и вентиляцию легких. Продолжительность пауз зависит от величины физической нагрузки, состояния нервной системы.

«Перебор дыхания» влечет за собой резкий выдох - голос звучит прерывисто, форсированно. Количество выдыхаемого воздуха не должно быть слишком большим. Необходимо избегать задержек дыхания, которые приводят к кислородному «голоданию» и повышенной утомляемости.

Прогулка

В зависимости от характера предшествующей деятельности содержание прогулки с детьми может быть традиционным и представлено организованными подвижными играми, игровыми упражнениями, индивидуальной работой и самостоятельной двигательной активностью.

Независимо от характера отклонения в состоянии здоровья структура двигательной деятельности на прогулке представлена следующими компонентами:

- ✓ организованной воспитателем (30-35% от времени пребывания на прогулке),
- ✓ самостоятельной или произвольной (40-45%),
- ✓ индивидуальной работой с детьми (15-20%).

В свою очередь, организованная двигательная активность представлена тремя компонентами:

1. Подвижная игра: сюжетная, игра-эстафета, игра с элементами соревнования (высокой интенсивности, организуемая фронтально),
2. Игровое упражнение на закрепление основных видов движений и развитие физических качеств (по подгруппам).
3. Спортивное упражнение (лыжи, санки, велосипед, самокат) или спортивная игра (баскетбол, футбол, бадминтон, городки, ручной мяч, хоккей) - по подгруппам.

В дни отсутствия физкультурных занятий в расписании образовательной деятельности для повышения двигательной активности детей целесообразно проводить интенсивную прогулку, в том числе, дозированную ходьбу - выполнение упражнений на «тропе здоровья». Длительность двигательной активности в этих случаях будет различаться за счёт увеличения показателей объёма и продолжительности (см. таблицы 1 и 2).

Длительность организованной двигательной активности детей на прогулке Таблица 2

Вид прогулки	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Обычная прогулка	15 минут	20 минут	25 мин
Интенсивная прогулка «Динамический час»	25 минут	30 минут	35-40 мин

Организованная и самостоятельная двигательная активность планируется с учётом интересов детей и гендерных особенностей. Мальчикам предлагаются игры и упражнений скоростной, скоростно-силовой, силовой направленностью (бег, прыжки, лазание, спортивные игры с мячом, клюшкой, борьба). Девочкам - гимнастика, ритмика, игры и упражнения со скакалкой, резинкой, мячом и ракеткой, игры в классы и пр.

Особенности прогулок для детей с НОДА

Учитывая особенности физического развития детей с НОДА, следует включать коррекционные игры, дозированную ходьбу с использованием тропы здоровья.

Продумывая вариант тропы здоровья, следует учитывать предыдущую деятельность, день недели, время года, индивидуальные особенности детей. Ходьба для мальчиков и девочек дозируется по-разному. При подборе упражнений учитывается диагноз детей: для страдающих плоскостопием, косолапостью, имеющих плосковальгусные стопы, терренкур сокращается или исключается совсем по назначению врача.

Интенсивная прогулка - максимальное увеличение физической нагрузки за счёт включения в нее игр и игровых упражнений разной подвижности с разнообразными движениями. Для поддержания интереса подбираются игры разного содержания и характера. Это позволяет обеспечить разностороннее развитие детей.

Корrigирующая гимнастика после дневного сна

Гимнастика после дневного сна повышает жизнедеятельность организма, растормаживает нервную систему после сна, сокращает время перехода от сна к бодрствованию. После пробуждения гимнастика, заключающаяся в выполнении специально подобранных физических упражнений, постепенно вовлекает весь организм ребёнка в деятельное состояние. Гимнастика после дневного сна во взаимосвязи с закаливающими процедурами является важным многосторонним физкультурно-оздоровительным процессом, повышающим и сохраняющим в течение дня жизнерадостное состояние ребёнка.

Варианты организации детей после подъёма могут быть следующими:

- 1) различные виды ходьбы, танцевальные движения под музыку, игра малой подвижности;
- 2) босохождение по «дорожке здоровья»: по ребристой доске, по коврикам-массажёрам;
- 3) игры и игровые упражнения;
- 4) 2-3 игры малой и средней подвижности;
- 5) упражнения лёжа в постели из разных исходных положений (лёжа на спине, животе, боку);
- 6) комплекс упражнений ритмической гимнастики под музыку;
- 7) упражнения на тренажёрах, массажёрах;
- 8) дыхательная гимнастика.

Особенности корригирующей гимнастики для детей с НОДА

Для детей с НОДА выполнение специально подобранных физических упражнений усиливает возбудимость коры головного мозга, а также реактивность центральной нервной системы. Целый поток импульсов, идущих в головной мозг от рецепторов: зрительного, слухового, опорно-двигательного, кожного, - вызывает и восстанавливает работоспособность нервной системы и жизнедеятельность организма в целом. Гимнастика после дневного сна, влияет на воспитание правильной осанки, углубляет дыхание, т.к. в комплекс вводятся дыхательные упражнения.

Для ежедневного использования составляются комплексы из отобранных упражнений, знакомых детям. Подбор упражнений в комплексе предусматривает повышение жизнедеятельности организма путём постепенного вовлечения основных групп мышц в интенсивную работу, их развития и укрепления в целях воспитания правильной осанки.

Содержание каждого комплекса составляют упражнения, расположенные в определённом порядке, предусматривающем вовлечение в интенсивную работу различные группы мышц. При этом устанавливается следующая последовательность упражнений:

- 1) для развития и укрепления мышц плечевого пояса, содействующих развитию подвижности плечевых суставов, грудной клетки и выпрямлению позвоночника;
- 2) для развития мышц брюшного пресса и ног, направленных на укрепление этих мышц, оказывающих массирующее действие на внутренние органы;
- 3) для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника, содействующих развитию этих мышц, оказывающих массирующее действие на внутренние органы, развивающих суставы ног, способствующих формированию правильной осанки.

Лечебная физическая культура для детей с НОДА

Занятия лечебной физкультурой - это педагогический процесс, поэтому он чётко построен и согласован с другими методами лечения. Используются все методы и формы ЛФК. Важное значение уделяется дозированию физической нагрузки, которая адекватна состоянию ребёнка и его психическому развитию. Основными критериями дозировки при проведении лечебной физкультуры являются: подбор физических упражнений, исходное положение при выполнении упражнений, количество повторений, плотность нагрузки на протяжении занятия, продолжительность занятия.

Физиологический смысл занятий лечебной физкультурой состоит в развитии новых условно-рефлекторных связей и механизмов в процессе обучения ребёнка, одинаковое значение имеют как показ, так и словесное объяснение комплекса физических упражнений. Основной формой их организации являются индивидуальные и подгрупповые занятия.

На первых этапах коррекционная работа в большей степени направлена на формирование малых (частичных) видов движений, например, поворотов головы, отталкивающие-выпрямительных движений руками, разгибание позвоночника. И лишь затем, постепенно мы переходим к формированию более сложных, глобальных, совместных двигательных действий, требующих координации и взаимодействия рук - туловища - ног. К таким действиям относим: ползание, ходьбу, прыжки, бег, упражнения на тренажёрах.

Помимо последовательности в проведении коррекции внимание необходимо уделять этапности в работе.

Курс лечебной физической культуры подразделяется на 3 этапа: вводный (подготовительный), основной, заключительный.

Главным моментом *вводного этапа* является получение информации и изменение взгляда на себя, появление осознанного отношения к здоровью, возникновение желания заняться физкультурой, чётко и правильно выполнять коррекционные упражнения. При этом используются малые нагрузки на детский организм: проводится обучение детей технике элементарных коррекционных упражнений для верхних и нижних конечностей в сочетании с дыхательными упражнениями.

В *основном периоде* необходимо достигнуть стабилизации деформирующего процесса и, в возможных пределах решаем задачи коррекции имеющихся нарушений. Поэтому на этом этапе решается большинство намеченных задач, обеспечивается нарастающая тренировка общей и силовой выносливости мышц туловища, формируется мышечный корсет, вырабатывается навык правильной осанки, укрепляются своды стоп, развиваются мышцы нижних конечностей.

В этом периоде используются все средства ЛФК: симметричные корригирующие упражнения, упражнения в самовытяжении, для развития и укрепления мышц и нижних конечностей, в равновесии, на воспитание и закрепление навыка осанки, а также в возрастающей дозировке общеразвивающие упражнения, упражнения прикладного характера и подвижные игры.

Значительная продолжительность основного периода лечебной физкультуры и необходимость активного участия в занятиях самого ребёнка. Требуют от инструктора ЛФК достаточного мастерства. Постоянный интерес детей к занятиям поддерживается не только ведением в течение года кружковой работы, обстановкой зала лечебной физкультуры, но и интересным, меняющимся содержанием занятий. Кроме того, осознанным отношением к выполняемым упражнениям, благодаря знаниям, полученным в кружке.

В *заключительном* периоде годового лечебного курса закрепляются достигнутые результаты ЛФК. Здесь также преобладают средние и большие нагрузки.

Физкультурные досуги для детей с НОДА

Физкультурные досуги при правильном подборе входящих в них элементов становятся эффективным средством воздействия на личность ребёнка, способствуют развитию мышления, воображения, целеустремлённости, а также формированию чувства ответственности, приучают сдерживать свои желания, проявлять решительность.

При проведении досугов все дети приобщаются к непосредственному участию в различных состязаниях, соревнованиях, с увлечением выполняют двигательные задания. При этом ведут себя более непосредственно, чем на физкультурных занятиях, и эта раскованность позволяет им двигаться без особого напряжения, более естественно использовать те двигательные навыки и умения, которыми они уже прочно овладели.

Физкультурные досуги позволяют педагогу, не снижая общего эмоционального состояния, стимулировать активность каждого ребёнка с учётом его индивидуальных возможностей; дифференцировано подходить к оценке результатов его действий; не разочаровывать излишними замечаниями и критикой, а дать возможность испытать приятное ощущение радости от выполненных им и другими детьми движениями, радоваться успехам другого.

Физкультурные досуги сопровождаются музыкой, что благотворно влияет на развитие у детей чувства прекрасного, закрепляет умение двигаться под музыку, развивать музыкальный слух, память. Они не требуют специальной подготовки детей, строятся на знакомом материале. А если и используется новый, то он не вызывает затруднений. Педагог подаёт команды к началу и окончанию игры или двигательного задания, подводит итог, является главным судьёй

соревнований и в целом своим заинтересованным отношением к происходящему, своеобразной помощью или подсказкой определяет тот тонус эмоциональности, который так необходим при проведении досуга. Немалую роль в сознании определённого настроения у детей играет атрибутика: эмблемы, медали и т.д.

Физкультурный праздник для детей с НОДА

Повышенная двигательная активность, свежий воздух, положительные эмоции, развлекательная направленность удовлетворение интересов детей - вот что отличает физкультурный досуг и праздник от ежедневных физкультурно-оздоровительных форм двигательной активности. Время проведения определяется в соответствии с динамикой работоспособности ребёнка. А она, как известно, имеет тенденции к спаду в конце каждой недели, в зимний и весенний периоды. Поэтому для проведения физкультурного праздника оптимальным днём выступает пятница. Это позволяет привлечь родителей к посильному участию в их подготовке и проведении.

Данные о частоте и продолжительности проведения физкультурных праздников представлены в таблице 1.

Варианты проведения:

По двигательному содержанию:

- ✓ Комбинированный. Он строится на основе сочетания разных видов знакомых физических упражнений: гимнастики, подвижных игр, забав, спортивных упражнений.
- ✓ На основе спортивных упражнений. Праздник может быть смешанного типа, когда объединяются несколько разновидностей сезонных спортивных упражнений (например, ходьба на лыжах, катание на санках зимой типа «Зимние забавы» или катание на велосипеде, игры с водой - летом). В содержание программы может быть включены задания, основанные на выполнении спортивных упражнений одного вида (например, плавания).
- ✓ На подвижных играх, аттракционах, забавах. Наиболее распространённый вид праздника, который не требует большого количества сложного инвентаря, оборудованной площадки, так как его можно провести на любой достаточно большой полянке или утрамбованной дорожке. Универсальность такого праздника заключается в том, что к участию в нём можно привлечь детей всех возрастов и взрослых в неограниченном количестве.
- ✓ Интегрированные. В содержание праздника этого вида наряду с двигательной включаются элементы познавательной, изобразительной, театральной деятельности и т.п.

По доминирующей задаче:

- ✓ Формирование здорового образа жизни. Обычно это тематические праздники типа «Солнце, воздух и вода - мои верные друзья»,» и т.п.
- ✓ Позабавить детей, доставить им удовольствие. Это шуточные праздники развлечения, направленные, главным образом, на создание хорошего настроения от игр, аттракционов, совместной с взрослыми деятельности, музыкального сопровождения, забавных атрибутов, снарядов.

- ✓ Воспитание интереса к народным традициям. Это фольклорные по тематике и содержанию праздники, проводимые в соответствии с христианским календарём (Рождество, Масленица, Троица). Праздники составляются на доступном детям фольклорном материале с использованием народных игр, забав, хороводных плясок, песен, с использованием атрибутов национальной одежды, инвентаря.

Дни здоровья для детей с НОДА

День здоровья проводится ежеквартально. В этот день из режима исключаются все занятия (кроме музыкальных и физкультурных, проводимых на знакомом материале) и вся деятельность детей (особенно в тёплый период года) организуется на открытом воздухе. День здоровья может быть тематическим («Здравствуй осень», «Зимушка-зима», «Масленица» или сюжетным «В некотором царстве...» и пр.

Основные принципы организации дня здоровья:

- оптимальное сочетание в течение дня разных видов оздоровительной деятельности (двигательной, художественно-творческой: изобразительной, музыкальной, театральной),
- сочетание фронтальных, групповых и индивидуальных форм работы с детьми,
- удовлетворение интересов и потребностей каждого ребёнка,
- отсутствие мероприятий с выраженной обучающей задачей.

Основная цель Программы - сочетание профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата с формированием у детей необходимых навыков поведения в водной среде, и потребности в регулярном применении водных оздоровительных процедур как одного из компонентов здорового образа жизни (ЗОЖ).

2.1.2. Особенности психолого-педагогической работы

Включение детей с проблемами развития в образовательную деятельность нормально развивающихся детей возможно через механизмы интеграции.

Интеграция в нашем понимании - это не просто обучение детей с отклонениями в развитии вместе с нормально развивающимися сверстниками, а совместная жизнь всех воспитанников в стенах образовательного учреждения.

Включение детей с особыми возможностями здоровья в образовательную деятельность возможно через механизмы интеграции.

Содержание образовательных областей	интеграция	
	По задачам и Содержанию	Посредством организации
Физическое развитие		

<p>направлено на достижение целей формирования у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие через решение следующих специфических задач:</p>	<p>-корректировка умений, навыков и повышение результативности движений во всех видах двигательных действий;</p> <p>- коррекция неправильных установок опорно-</p>	<p>Подвижные игры Спортивные игры Народные игры Спортивные соревнования Развлечения.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • развитие физических качеств(скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); • накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями); • формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании 	<p>двигательного аппарата (отдельных конечностей, стопы, кисти, позвоночника); - нормализация мышечного тонуса (его увеличение в случае гипотонии, снижение в случае гипертонии, стабилизация в случае дистонии);</p> <p>- преодоление слабости (гипертрофии) отдельных мышечных групп;</p> <p>- улучшение подвижности в суставах;</p> <p>- сенсорное обогащение: улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии и тактильных (кожных) ощущений);</p> <p>- формирование компенсаторных гипертрофий отдельных мышечных групп;</p> <p>- формирование вестибулярных реакций.</p> <p>Гармоничное физическое развитие через решение следующих специальных задач:</p> <p>- развитие физических качеств (силовых,скоростных, гибкости, выносливости и координации);</p> <p>- чередование позы детей в соответствии с видом работы.</p> <p>-формирование у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>	

<p>достижение целей охраны здоровья детей и формирования основы культуры здоровья через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; воспитание культурно- гигиенических навыков; • формирование начальных представлений о здоровом образе жизни 	<p>Воспитание привычки здорового образа жизни за счет системы знаний о своем организме.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формировать потребность в здоровом образе жизни через приобщение к народной культуре. 2. Формировать у детей навыки правильного приема пищи, национальных блюд – их значение для здоровья. 3. Формировать привычку соблюдать гигиенические требования к своей одежде. 4. Формировать основы духовно-нравственного здоровья детей через приобщение к народной культуре. 	<p>Дидактические игры Заучивание пословиц, поговорок. Чтение художественной литературы. Беседы. Разрешение проблемных ситуаций. Индивидуальные беседы. Чтение отрывков из русских народных сказок.</p>
--	--	--

Социально - коммуникативное развитие

<p>направлено на достижение целей формирования основ безопасности собственной жизнедеятельности и формирования предпосылок экологического сознания (безопасности окружающего мира) через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование представлений об опасных для человека и окружающего мира природы ситуациях и способах поведения в них; • приобщение к правилам безопасного для человека и окружающего мира природы поведения; • передачу детям знаний о правилах безопасности дорожного движения в качестве пешехода и пассажира транспортного средства; • формирование осторожного и осмотрительного отношения к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям. 	<p>-Формировать бережное отношение к природе как источнику жизни, красоты, творчества. - Уточнить представления детей о добрых и злых поступках и их последствиях для жизни и здоровья людей. - Помочь детям хорошо запомнить основные предметы опасные для жизни и здоровья людей, самостоятельно сделать вывод о последствиях неосторожного обращения с огнем. -Формировать осторожное и осмотрительное отношение к потенциально опасным для человека и окружающего мира природы ситуациям.</p>	<p>Индивидуальные беседы Чтение сказок. Заучивание пословиц, поговорок Разрешение проблемных ситуаций Чтение сказки «Сестрица Аленушка и братец Иванушка»</p>
---	--	--

<p>достижение целей освоения первоначальных представлений социального характера и включения детей в систему социальных отношений через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие игровой деятельности детей; • приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми (в том числе моральным); • формирование гендерной, семейной, гражданской принадлежности, патриотических чувств, чувства принадлежности к мировому сообществу. 	<p>- Создание среды, в которой дети осознают, что мир представляет собой единое сообщество людей, включающее и людей с проблемами.</p> <p>- Формирование отношения к человеку и его здоровью как ценности; представления о нравственных нормах отношений с окружающими: о правилах поведения в гостях, в общественных местах, с родственниками.</p> <p>- Воспитание внимательного, добродушного отношения к окружающим людям, готовности доставлять радость близким людям. Создание положительного настроя между детьми, уточнение знаний детей о понятии «вежливый человек».</p>	<p>Досуг. Беседы, занятия, развлечения., Создание и разрешение проблемных ситуаций, дидактические игры.</p>
<p>достижение целей овладения конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими людьми через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие свободного общения со взрослыми и детьми; - развитие всех компонентов устной речи детей (лексической стороны, грамматического строя речи, произносительной стороны речи; - связной речи - диалогической и монологической форм) в различных формах и видах детской деятельности; - практическое овладение воспитанниками нормами речи. 	<p>Учить осознавать свои эмоции и распознавать эмоциональное состояние других людей, передавать их через вербальные и невербальные формы общения.</p> <p>- Формировать понятия о невербальных формах общения: жесты, мимика, пантомимика.</p> <p>- Способствовать овладению конструктивными способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	<p>Беседы, экскурсии, рассматривание картин, иллюстраций.</p>
Познавательное развитие		

<p>Направлено на достижение целей развития у детей познавательных интересов, интеллектуального развития детей через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> сенсорное развитие; развитие познавательно-исследовательской и продуктивной (конструктивной) деятельности; формирование элементарных математических представлений; формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей. 	<ul style="list-style-type: none"> - Основная задача - Создание ситуации успеха для каждого ребенка. - Развивать умения анализировать, выявлять взаимосвязи между предметами и их особенностями. - Учить размышлять над нравственной сутью добра, любви, уважения, пробуждать нравственные чувства. 	<p>Индивидуальная работа, групповые и индивидуальные беседы; исследовательская работа, экспериментальная работа; рассматривание картин, иллюстраций; конструирование различных предметов.</p>
Речевое развитие		
<p>направлено на достижение цели формирования интереса и потребности в чтении (восприятии) книг через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений; развитие литературной речи; приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса 	<ul style="list-style-type: none"> - Продолжать знакомить с произведениями художественной литературы, направленными на выполнение задач программы. - Развитие художественного восприятия и эстетического вкуса 	<p>Чтение книг С.Маршака «Урок вежливости», «Вот какой рассеянный»; Т.Александровой «Домовенок Кузя»; В.Катаева «Цветик – семицветик». Сказки «Колобок», сказок Чуковского «Федорино горе», «Майдодыр»; В.Сутеева «Палочка-выручалочка»</p>
Художественно- эстетическое развитие		
<p>Направлено на достижение целей формирования интереса к эстетической стороне окружающей действительности, удовлетворение потребности детей в самовыражении через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> • развитие продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд); • развитие детского творчества; приобщение к изобразительному искусству. 	<ul style="list-style-type: none"> - Продолжать развивать умения выражать свои эмоции и чувства с помощью изобразительных средств. - Формировать умение с помощью изотерапии освобождаться от последствий травмирующих событий и негативного опыта. - Развивать творческое воображение. 	<p>Рисование, аппликация, конструирование, лепка предметов старины, составление творческих рассказов, начала и конца сказки, рассказа.</p>

<p>Достижение цели развития музыкальности детей, способности эмоционально воспринимать музыку через решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> развитие музыкально-художественной деятельности; приобщение к музыкальному искусству. 	<p>формированиетанцевально-ритмических движений</p>	<p>Слушание русской народной музыки, музыкально-дидактические игры, беседы о значении музыки.</p>
---	---	---

Наличие в детском саду группы комбинированной направленности обеспечивает раннюю социализацию детей с отклонениями в развитии, оказывает им коррекционную помощь и полном объеме.

Важно обеспечить тесное сотрудничество разных специалистов: педагогов (воспитателей, логопедов, дефектологов, социальных педагогов), психологов, медицинских работников, основные задачи которых — профессиональная помощь каждому ребенку, разработка совместными усилиями индивидуальной программы обучения и воспитания ребенка, основанной на зоне его ближайшего развития, постоянная коррекционная деятельность, направленная на компенсацию дефекта.

Предпосылкой успешного включения детей с нарушениями развития в социум служит комплексная медико-психологово-педагогическая диагностика ребенка с последующей разработкой и осуществлением индивидуальных программ коррекции и социализации. Непременное условие такой диагностики – ее динамический характер, позволяющий корректировать программу в ходе ее осуществления своевременно выстраивать для ребенка адекватную его изменяющемуся состоянию и актуальным возможностям постепенно усложняющуюся терапевтическую среду. В ходе этого процесса используются различные формы занятий (индивидуальные, подгрупповые, групповые). Все режимные моменты жизни в детском саду (прогулки, занятия, гигиенические процедуры, прием пищи и т.д.) дети проживают вместе.

Особые условия должны быть созданы на общих занятиях, где вместе с ведущим педагогом действует младший воспитатель или специалист. В зависимости от состава группы это может быть учитель- логопед, педагог-психолог. В их задачу входит деликатное осуществление такой поддержки без отвлечения на себя внимания ведущего педагога. При этом роль ведущего педагога и педагога поддержки меняется в зависимости от типа проводимого занятия, а иногда и по ходу его.

Одно из важнейших педагогических средств - создание условий переживания успешности каждым ребенком в соответствии с его психофизическими возможностями и особенностями. Такое переживание успешности - сильнейший социализирующий и терапевтический фактор. При подборе средств и форм работы с детьми учитываются их коррекционно-терапевтическая функция и направленность занятий на постоянное творчество детей, пробуждение собственной активности ребенка, как с нормой, так и с особенностями развития. Эффективно использовать различные формы арт-терапии: музыкотерапия, терапия движением, художественным творчеством, и другие занятия с детьми, они усиливают их социальную активность, позволяют накапливать положительный опыт межличностного общения.

Гибко реализовать в течение дневного режима виды деятельности, а также сократить количество занятий в целом и их общую продолжительность помогут интегрированные и комплексные занятия.

Основными требованиями для реализации комплексного подхода к воспитанию с учётом достижений науки и передового опыта в условиях модернизации являются:

- научно-обоснованное согласование целей и задач всестороннего развития личности на всех этапах учебно-воспитательного процесса с учётом единства и специфических особенностей воспитания и развития детей в разных формах обучения;
- планирование учебно-воспитательной работы как целостной системы, обеспечивающей необходимую полноту всех видов деятельности детей;
- постоянное изучение уровня развития каждого ребёнка и коллектива для организации воспитательно-образовательных влияний в «зоне их ближайшего развития»;
- строжайшее соблюдение правила недопустимости противопоставления задач развития коллектива и личности;
- постоянный подход к ребёнку как к целостной личности, проявляющей себя в конкретных условиях учебной работы и других сферах жизнедеятельности;
- признание целей и задач воспитания систематизирующим фактором, который, как закон, определяет выбор содержания, методов, форм воспитательной работы и способов оценки её результатов;
- обеспечение тесного взаимодействия ДОУ, школы, семьи на основе коллективного, демократично реализуемого обсуждения задач воспитания и выбора взаимодополняющих видов деятельности, направленных на решение этих задач;
- целенаправленный отбор и оптимальное сочетание всех форм фронтальной, групповой, индивидуальной работы с детьми, позволяющих максимально активизировать разнообразную деятельность дошкольников;
- систематическое выявление причин успехов и неудач в осуществлении комплексного подхода к воспитанию на основе сопоставления уровня реализации научных требований к организации процесса воспитания с полученными результатами.

Особенности проведения занятий

Важный момент, влияющий на развитие познавательных способностей, - наличие у детей интереса к познавательной деятельности.

Педагог на занятиях познавательного цикла должен:

- создавать соответствующую среду и условия;
- направлять познавательную активность детей на получение информации, выходящей за пределы непосредственно воспринимаемой деятельности;
- помогать детям устанавливать связи и зависимости в полученных и накопленных знаниях;
- способствовать развитию бережного отношения к самому здоровью, предметам;
- формировать у детей позиции созидателя, помощника, друга для представителей животного и растительного мира.

Варианты построения занятий, как правило, самые разнообразные и меняются в зависимости от программных задач. Это занятия-путешествия, занятия-панорамы, занятия по единому сюжету с использованием экспериментирования и моделирования.

Учитывая особенности детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, в первую очередь, необходимо осуществлять надлежащий контроль за осанкой детей, соблюдая санитарно-гигиенические требования, предусматривать смену динамических рабочих поз.

Кроме того, в занятия познавательного цикла можно включать коррекционные упражнения, способствующие формированию правильной осанки и правильного свода стоп. Эти упражнения укрепляют у детей позвоночно-поясничные мышцы, мышцы брюшного пресса, мышцы ног. Такие коррекционные упражнения, как «Велосипед», «Мельница» дети выполняют лёжа на спине; «Птички», «Лодочка», «Пловцы» - лёжа на животе, а упражнение «Гусеница» сидя на полу. Чаще всего включаются упражнения в движении «След в след» (по следовой дорожке) и различные виды ходьбы с использованием предметов и пособий:

- по канату, по дорожкам-наполнителям;
- по дорожкам-массажерам, по обручу;
- по ребристой доске, по гимнастической палке;
- по обручу, с мешочком на голове («Пройди - не урони»).

Известно, что положительные эмоции влияют на регуляцию деятельности внутренних органов, повышают тонус коры головного мозга, активизируют детей. Поэтому целесообразно включать в занятия игры малой и средней подвижности.

При планировании коррекционных упражнений следует учитывать:

- упражнения должны быть просты по структуре, интересны и хорошо знакомы детям, эмоционально привлекательны;
- нести достаточную мышечную нагрузку;
- логично включаются в сюжет занятия.

Например, на познавательном занятии «Путешествие на речку» дети сначала выполняют упражнение «Велосипед»; затем переходят по мостику через речку по следовой дорожке «След в след» и гуляют по берегу по дорожкам- наполнителям. При этом, на одном занятии могут быть использованы до трёх видов коррекционных упражнений.

Так как, они являются лишь частью занятия, то структура построения от этого не нарушается, а наоборот вносит свою «изюминку».

Коррекционные упражнения и игры могут включаться в любой части занятия, при этом они помимо коррекционных задач способствуют:

- снятию мышечного и умственного напряжения,
- предупреждению утомления и повышению работоспособности.

Таким образом, воспитательно-образовательная работа в группах с нарушением опорно-двигательного аппарата включает в себя систему мер по интеллектуальной, психологической и физической готовности детей к школе.

Целостная, продуманная, системная работа в течение всего дня, и режимных процессов может привести к эффективной коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата.

2.3. Взаимодействие с семьями воспитанников

Взаимодействие с родителями воспитанников как участниками образовательного процесса значительно повышает результативность коррекционно-развивающей и профилактической работы.

Формы взаимодействия с родителями

Формы	Виды	Цели
Индивидуальная	ПМПк	Довести до сведения каждого родителя результаты обследования ребенка. Заручиться поддержкой семьи для последующего взаимодействия в вопросах профилактики нарушений ОДА, коррекции осанки, плоскостопия.
	Работа в течение года	Совместное обсуждение хода и результатов коррекционной работы, анализ причин незначительного продвижения (если есть) в физическом развитии ребенка и совместная выработка рекомендаций по преодолению существующих проблем
Коллективная	Групповые собрания	Сообщить об особенностях развития опорно-двигательного аппарата у детей, о мерах профилактики нарушений осанки, плоскостопия.
	Родительский стенд «Советы специалистов»	Дать практические рекомендации по вопросам профилактики и коррекции нарушений ОДА у ребенка.
	Организация и проведение открытых просмотров занятий в рамках Дня открытых дверей	Предоставить родителям возможность увидеть результаты работы с ребенком.
	Семейный клуб «Вместе с мамой, вместе с папой»	Создать условия для сотрудничества детского сада и семьи в вопросах преемственности воспитания, физического развития и оздоровления детей дошкольного возраста и приобщения детей и членов семей детей к здоровому образу жизни.
	Анкетирование	Выявление представлений родителей по какому-либо вопросу.

3. Организационный раздел

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

Для успешной реализации Программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;

2) использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей);

- 3) построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребёнка и учитывающего социальную ситуацию его развития;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 5) поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности;
- 6) возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия;
- 8) поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность.

3.2. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

Развивающая предметно - пространственная среда - это система материальных объектов деятельности ребёнка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Обогащённая среда предполагает единство социальных и предметных средств обеспечения разнообразной деятельности ребёнка.

Исходное требование к предметной среде - её развивающий характер. Она объективно, через своё содержание и свойства создаёт условия для творческой деятельности каждого ребёнка, служит целям физического и психического развития и совершенствования, обеспечивает зону ближайшего развития и его перспективу.

Предметно-игровая среда в группе должна отвечать определённым требованиям и принципам - это, прежде всего, свобода достижения ребёнком своего права на игру, которая реализуется как право выбора ребёнком темы, сюжета игры, тех или иных игрушек, места и времени игры. При этом следует учитывать возрастные особенности детей дошкольного возраста и то обстоятельство, что они находятся в ДОУ, работающем по определённой образовательной программе.

Предметно-игровая среда в группе организуется так, чтобы каждый ребёнок имел возможность заниматься любимым делом. Размещение оборудования по секторам позволяет детям объединяться подгруппами по общим интересам (рисование, ручной труд, театрализованная деятельность, физкультурная зона и т.д.). Специально предусмотрены места, где дети могут на время уединиться, отойти от общения, подумать, помечтать.

Разделение в игровых зонах идёт и по гендерному признаку. Самостоятельная двигательная активность составляет большое время в режиме дня детей. В самостоятельной активности детей основное место занимают различные игры. Значительно разнообразит движения в играх использование физкультурных пособий. Разнообразие пособий вызывает у ребёнка интерес к движениям, предупреждает развитие у него двигательных стереотипов, развивает творческие способности, умение использовать пособия в разнообразной деятельности - двигательной, игровой.

При комплектации физкультурного оборудования для уголка следует отбирать малогабаритное, лёгкое, с ярко выраженной развлекательно развивающей направленностью. Кроме того, необходимо руководствоваться знаниями о развитии психофизических качеств и двигательных способностей ребёнка. Старший дошкольный возраст является сензитивным к развитию быстроты (в 5 лет), силы и гибкости (5 и 6 лет), выносливости у детей обоих полов (6 лет) и ловкости (у мальчиков), глазомера и координации движений (6,5 лет). Необходимо

учитывать всё возрастающую разницу интересов и предпочтений разнополых детей, а также возможности организации двигательной деятельности на ограниченной площади.

В каждой группе имеется оборудованный физкультурный уголок, наполненный малогабаритными, легкими предметами, с ярко выраженной развлекательной направленностью.

В группах комбинированной направленности оформлены «стенки осанки». Строго соблюдается маркировка детской мебели.

Прогулочные участки оснащены необходимым спортивным инвентарем.

Спортивный зал оснащен необходимым оборудованием и инвентарём для проведения физкультурных занятий, мероприятий, занятий корригирующей гимнастикой, закаливанием: мячи, фитболы, простейшие тренажёры, массажёры, различные шаробросы, кольцебросы, кегли, обручи, скакалки, дорожки-массажёры; ребристые доски; мешочки с песком.

В полном объеме используются возможности спортивного зала и спортивной площадки

3.3. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя.

В основе лежит комплексно-тематическое планирование образовательной деятельности в ДОУ

Цель: построение образовательного процесса, направленного на обеспечение единства воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач, с учетом интеграции на необходимом и достаточном материале, максимально приближаясь к разумному «минимуму» с учетом контингента воспитанников, их индивидуальных и возрастных особенностей, социального заказа родителей.

Организационной основой реализации комплексно-тематического принципа построения Программы являются примерные темы (праздники, события, проекты), которые ориентированы на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящены различным сторонам человеческого бытия, а так же вызывают личностный интерес детей к:

- явлениям нравственной жизни ребенка,
- окружающей природе,
- миру искусства и литературы,
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям,
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка (родной город, День народного единства, День защитника Отечества и др.),
- сезонным явлениям,
- народной культуре и традициям.

Тематический принцип построения образовательного процесса позволил ввести региональные и культурные компоненты, учитывать приоритет дошкольного учреждения.

Построение всего образовательного процесса вокруг одного центрального блока дает большие возможности для развития детей. Темы помогают организовать информацию оптимальным способом. У дошкольников появляются многочисленные возможности для практики, экспериментирования, развития основных навыков, понятийного мышления.

Введение похожих тем в различных возрастных группах обеспечивает достижение единства образовательных целей и преемственности в детском развитии на протяжении всего дошкольного возраста, органичное развитие детей в соответствии с их индивидуальными возможностями.

В каждой возрастной группе выделен блок, разделенный на несколько тем. Одной теме уделяется не менее одной недели. Тема отражается в подборе материалов, находящихся в группе и уголках развития.

Для каждой возрастной группы дано комплексно-тематическое планирование, которое рассматривается как примерное. Педагоги вправе по своему усмотрению частично или полностью менять темы или названия тем, содержание работы, временной период в соответствии с особенностями своей возрастной группы, другими значимыми событиями

Формы подготовки и реализации тем носят интегративный характер, то есть позволяют решать задачи психолого-педагогической работы нескольких образовательных областей.

3.4. Материально-техническое обеспечение Программы

«Физкультурно-оздоровительный центр» в группах

- ✓ Оборудование для ходьбы: дорожки массажные (для профилактики плоскостопия).
- ✓ Оборудование для прыжков: обруч цветной, палка гимнастическая, скакалки.
- ✓ Оборудование для катания, бросания, ловли: мячи резиновые разных диаметров.
- ✓ Атрибутика к подвижным играм (шапочки, медальоны, эмблемы).
- ✓ Разнообразные игрушки, стимулирующие двигательную активность: мячи, платочки, кубики, ленты.
- ✓ Кегли, кольцебросы.
- ✓ Оборудование к спортивным играм (бадминтон, хоккей, городки).

Спортивный зал оснащен необходимым оборудованием и инвентарём для проведения физкультурных занятий, мероприятий, занятий корригирующей гимнастикой, закаливанием:

- мячи;
- тренажёры;
- массажёры;
- кольцебросы;
- кегли;
- обручи;
- скакалки;
- дорожки-массажёры;
- ребристые доски;
- мешочки с песком;
- гимнастические палки;
- коврики для корригирующей гимнастики на полу;
- стопоходы.

3.5. Особенности режима дня, планирования и организации НОД в группах комбинированной направленности

В МБДОУ, работающем в режиме пятидневной рабочей недели, объём учебной нагрузки соответствует санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений (СанПиН 2.4.1.3049-13)

Максимально допустимый объем *недельной* образовательной нагрузки, включая реализацию дополнительных образовательных программ, для детей дошкольного возраста составляет:

в младшей группе (дети четвертого года жизни) - 2 часа 45 минут, в средней группе (дети пятого года жизни) - 4 часа, в старшей группе (дети шестого года жизни) - 6 часов 15 минут, в подготовительной группе (дети седьмого года жизни) - 8 часов 30 минут. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3х лет непосредственно образовательная деятельность должна составлять не более 1,5 часа в неделю (игровая, музыкальная деятельность, общение, развитие движений)

Продолжительность *непрерывной* непосредственно образовательной деятельности для детей четвертого года жизни - не более 15 минут, для детей пятого года жизни - не более 20 минут, для детей шестого года жизни - не более 25 минут, а для детей седьмого года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводим физкультминутку. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не более 10 минут.

Непосредственно образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна, но не чаще 2 - 3 раза в неделю. Её продолжительность составляет не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводят физкультминутку.

В соответствии с ФГОС по дошкольному образованию (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва) в учебный план включены пять направлений (они же образовательные области), обеспечивающие социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие и физическое развитие.

Все бытовые процессы выполняются постепенно. Не рекомендуется допускать очереди в умывальной комнате, ожидания приёма пищи за столом. Режимные моменты должны проводиться так, чтобы оказывать прямое или косвенное воздействие на укрепление физического и психического состояния здоровья и устранение НОДА.

При необходимости (по результатам диагностики) в план включаются групповые занятия с педагогом-психологом.

Перечень литературных источников:

1. Бочарова Н.И., Петрова Р.Ф. Формирование физической культуры дошкольника.- Программно - методическое пособие - Орёл, 2006.
2. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: Методическое пособие. - М., 2008.
3. Гонеев А. Д., Лифинцева Н. И., Ялпаева Н. В. Основы коррекционной педагогики. - М., 1999.
4. Горбунов Н.П., Хамардиярова Т.А. Валеологический подход к оценке реакции организма на физические нагрузки у школьников с задержкой психического развития//Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.- 2001.-№ 1.
5. Диагностические методики оценки физического и двигательного развития ребёнка в норме и с проблемами в развитии. Автор составитель Семёнова Л.М., Орёл, 2003
6. Доскин В.А. Основы медико-социальной реабилитации детей в детских образовательных учреждениях / в Сб. Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. Проблемы и пути оптимизации.- М., 2002.
7. Доскин В.А. Растем здоровыми: Пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева.- М., 2002.
8. Коррекционная педагогика / Под редакцией Пузанова Б. П. - М., 1998.
9. Кузнецова М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. - М., 2002.
10. О здоровье дошкольников. Родителям и педагогам / Сост. Н.В. Нищева. - СПб., 2006.
11. Оздоровительная работа в дошкольных образовательных учреждениях: Учебное пособие / Под ред. В.И. Орла, С.Н. Агаджановой. - СПб., 2006.
12. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. - М., 2001.

Прошнуровано, прошумеровано
и скреплено печатью

Зав. УЧЕБНО-ПРОДОЛЖАТЕЛЬНОГО
ПРЕДПРИЯТИЯ

Заведующий И. Пустынникова

