

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Дом детского творчества»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «01» апреля 2024г.  
Протокол №2



Утверждаю:  
Директор МАОУ ДО «ДДТ»  
Караульщикова Л.Ю.  
№ 100-Н от «01» апреля 2024г.

**Адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Двигательный игротренинг»  
(Коррекция и развитие крупной моторики у детей с ОВЗ)**

Возраст обучающихся: 5-10 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Караульщикова Людмила Юрьевна,  
методист

г. Верхняя Пышма, 2024

## Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Санитарных требований 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28); методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18 ноября 2015 № 09-3242; Устава муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» от 01.06.2021г. № 450; Локальных нормативных актов МАОУ ДО «ДДТ».

Адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Двигательный игротренинг» имеет социально-гуманитарную направленность, включает специальное развивающее и коррекционное оборудование для проработки крупной моторики рук у детей с ОВЗ.

При разработке адаптированной программы учитывалась специфика регионального компонента образовательного пространства городского округа Верхняя Пышма. Родители (законные представители) в качестве приоритетной выдвигают проблему образования и развития детей с ОВЗ при помощи двигательного игротренинга, так как нарушение крупной моторики является одной из главных причин, затрудняющих формирование двигательных функций и отрицательно влияющих на результат не только физического, но и психического здоровья.

Осваивая адаптированную программу, у обучающихся формируются знания возможностей своего тела, помогающие им лучше ориентироваться, перемещаться в пространстве, управлять своим телом и поведением, а также легче осознавать себя.

**Актуальность адаптированной программы** в том, что она направлена на коррекцию и развитие крупной моторики у детей с ОВЗ при помощи двигательного игротренинга.

Подвижные игры имеют оздоровительное, воспитательное и образовательное значение. Целенаправленная эмоциональная игровая нагрузка оказывает стимулирующее воздействие на организм умственно отсталого ребенка и больше, чем другие средства, соответствует удовлетворению естественной потребности в движении. Подвижная игра не только противодействует гипокинезии, но и способствует восстановлению утраченного здоровья, укреплению всех функций организма, развитию физических способностей.

Двигательные функции всего организма – это моторика. Именно данные функции выполняют определенные двигательные задачи и сопровождаются последовательностью действий. Крупная моторика включает в себя выполнение таких действий, как ходьба, бег, прыжки, переворачивания, наклоны, ползание и другие физические качества. Развитие крупной моторики проходит по общему принципу и является основой в деятельности ребенка, на которую накладываются более тонкие и сложные движения мелкой моторики.

**Новизна программы.** Помимо двигательных игр и упражнений со спортивными снарядами в содержание программы включено использование новейшего коррекционно-

развивающего оборудования: иппотренажер, стабиллоплатформу, сенсорные дорожки, лабиринты. Стержнем содержания обучения является *модульно-кольцевая структура*, которая включает в себя чередование занятий по разделам учебно-тематического плана. В ходе обучения, обучающиеся изучают программный материал не последовательно блоками, а с постоянным перемешиванием тем. Вариативность программной тематики (темы могут меняться в соответствии с актуальными потребностями детей, изменяющимися условиями реализации программы и интересами педагога), а также постоянная смена и чередование видов деятельности на занятиях в течение всего учебного года, способствует поддержанию познавательного интереса и активного включения обучающихся в образовательный процесс.

**Особенности развития обучающихся с ОВЗ.** У детей часто возникают трудности с двигательными функциями, связанными с бытовыми навыками и предметными действиями. Движения детей могут быть вялыми или, наоборот, напряженно скованными и механическими, с отсутствием пластичности. Так же трудно даются действия и упражнения с мячом — это связано с нарушениями сенсомоторной координации и мелкой моторики рук. У многих детей на занятиях по физическому воспитанию проявляются стереотипные движения: похлопывания или почесывания, однообразные повороты головы, машущие движения руками или кистью рук, ходьба на цыпочках, раскачивания всем телом и другие движения. Отмечаются нарушения регуляции мышечной деятельности, не формируется контроль за двигательными действиями, возникают трудности в становлении целенаправленных движений, страдает пространственная ориентировка.

**Показания для обучения детей с ОВЗ.** Занятия предназначены для коррекции следующих нарушений:

- нарушение ощущений, восприятий, представлений, а также памяти, мышления, внимания и т.д.;
- отставание физического развития — диспропорции частей тела, отставание в длине и массе тела, нарушение осанки, плоскостопие и т.д.;
- нарушения в координационных способностях: точности, способности ориентироваться в пространстве, ритмичности движений, сохранении равновесия;
- нарушения в формировании основных движений, характеризующиеся излишней напряженностью, скованностью, угловатостью;
- нарушения в развитии физических качеств — силы, быстроты, выносливости.
- быстрая утомляемость из-за несовершенства нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Наиболее адекватной формой преодоления и компенсации указанных недостатков является двигательная активность, в которой ведущее место принадлежит подвижной игре.

**Особенности реализации программы.** Программа коррекционной работы предусматривает создание специальных условий, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

**Адресат программы.** Дети с ограниченными возможностями здоровья, дети-инвалиды 5-10 лет. Индивидуальное обучение 3-4 человека.

Занятия помогут детям с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с расстройствами аутистического спектра, с нарушениями внимания и поведения, с ограниченными возможностями здоровья и гиперреактивностью.

Программа обеспечивает развитие личности детей от 5 до 10 лет в различных видах двигательной деятельности с учетом возрастных и психолого-педагогических особенностей развития. Объем образовательной нагрузки не превышает нагрузку, максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

**Режим занятий.** Образовательная деятельность в рамках программы проводится 2 раза в неделю. Продолжительность одного учебного часа составляет 30 минут.

**Объем программы.** Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения необходимых для освоения программы – 72ч.

**Срок освоения** - 1 год, продолжительность образовательного процесса: 36 учебных недель - 9 учебных месяцев.

Комплектование учебных групп производится с согласия родителей (законных представителей). Количество обучающихся в группе не менее 2-х и не более 6-ти человек.

**Форма обучения** очная.

**Виды занятий** – теоретические, практические, контрольные.

**Формы подведения результатов** входная диагностика проводится на первом этапе обучения (заполнение карты индивидуального образовательного маршрута - ИОМ), педагогическое наблюдение, тестирование, контрольные задания и упражнения, устный опрос, итоговая диагностика (заполнение карты ИОМ).

**Цель программы** - осуществление комплексного подхода в решении задач повышения двигательной активности, коррекции крупной моторики у детей с ОВЗ через различные виды деятельности двигательного игротренинга.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- формирование интереса к двигательной деятельности;
- расширение кругозора игровой деятельности.

*Развивающие:*

- развитие работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- развитие устойчивости вертикальной позы, сохранения равновесия и уверенной походки, способности регулировать свои действия в пространстве и выполнять их свободно, без лишнего напряжения и скованности;
- развитие физических качеств: гибкости, мышечной силы, ловкости, чувство равновесия, выносливости;
- развитие координации, двигательного аппарата, чувство ритма;
- формирование правильной осанки, костно-мышечного корсета;
- формирование игровых двигательных действий.

*Воспитательные:*

- формирование положительных эмоций при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

**Учебный (тематический) план**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	<b>Введение в программу.</b> Знакомство с кабинетом и оборудованием	<b>3</b>	-	<b>3</b>	Входная диагностика- Определение уровня двигательной активности (тест) -определение имеющихся нарушений крупной моторики (наблюдение, беседа с родителями)
<b>2</b>	<b>Развитие моторики с помощью спортивных снарядов и упражнений</b>	<b>20</b>	-	<b>20</b>	Контрольные задания по методике выявления умений самостоятельных действий с предметами
2.1	Упражнения с мячом	5	-	5	
2.2	Упражнения с обручем	5	-	5	
2.3	Упражнения с фитболом	5	-	5	
2.4	Упражнения с нетрадиционным оборудованием	5	-	5	
<b>3</b>	<b>Упражнения со специальным оборудованием</b>	<b>15</b>	-	<b>15</b>	Педагогическое наблюдение «Отношение к занятиям»
3.1	Стабилоплатформа	5	-	5	
3.2	Иппотренажер	4	-	4	
3.3	Тактильно-развивающее оборудование	6	-	6	
<b>4</b>	<b>Развитие координации и мозжечковой стимуляции</b>	<b>15</b>	-	<b>15</b>	
4.1	Упражнения на балансирах	9	-	9	
4.2	Упражнения с балансирами для рук	6	-	6	
<b>5</b>	<b>Упражнения для наработки межполушарного взаимодействия</b>	<b>16</b>	-	<b>16</b>	
<b>6</b>	<b>Итоговые занятия</b>	<b>3</b>	-	<b>3</b>	Диагностика Контрольные упражнения на выявление уровня сформированности двигательной активности (тест)
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	-	<b>72</b>	

### Схема проведения занятий по видам деятельности

1-я и 3-я недели месяца (нечётные недели)			2-я и 4-я недели месяца (чётные недели)		
	Виды деятельности	Время проведения	Виды деятельности	Время проведения	
Занятие №1,3	Развитие моторики с помощью спортивных снарядов и упражнений / Подвижные игры	30 мин	Развитие моторики с помощью спортивных снарядов и упражнений/ Подвижные игры	30 мин	Занятие №5,7
Занятие №2,4	Упражнения со специальным оборудованием/ упражнения для межполушарного взаимодействия/ координация	30 мин	Упражнения со специальным оборудованием/ упражнения для межполушарного взаимодействия/ координация	30 мин	Занятие №6,8

### Содержание учебного (тематического) плана

#### Раздел 1. Обследование детей. Определение первичного уровня развития. (3ч.)

#### Раздел 2. Развитие моторики с помощью спортивных снарядов (20ч.)

*Комментарии к разделу.* Развитие крупной моторики. Целенаправленность выполнения действий и движений по инструкции педагога (броски в цель, выполнение движений по показу педагога). Согласованность действий и движений разных частей тела (повороты и броски, наклоны и повороты). Развитие и координация движений кисти рук и пальцев. Обучение целенаправленным действиям по инструкции педагога, состоящей из двух-трех звеньев. Координация движений (игры та «Тир», игры с мячом, обручем). Развитие согласованности движений на разные группы мышц (броски в цель, «Кольцеброс»). Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением.

#### Тема 2.1. Упражнения с мячом

*Практика.* Бросание и ловля, метание укрепляют мышцы плечевого пояса, туловища, мелкие мышцы рук, способствуют развитию глазомера, меткости. Они требуют также хорошей координации движений. Игры с мячом развивают ловкость, ритмичность и точность движений.

#### *Комплекс упражнений с мячом*

- ИП - стоя. Держать мяч в правой руке. На счет «один, два» поднять руки через стороны вверх, потянуться - вдох, переложить мяч в левую руку; на счет «три, четыре» через стороны опустить - выдох. Смотреть на мяч, не поворачивая головы. Повторить 6-8 раз.
- ИП - стоя. Держать руки с мячом впереди. Круговые движения руками. Смотреть на мяч, дыхание произвольное. Повторите 6—8 раз в каждом направлении.

- ИП - стоя. Держать мяч впереди в согнутых руках. Сгибая ногу, коленом ударить по мячу. Повторить 8-30 раз каждой ногой.
- ИП - стоя. Держать мяч в правой руке. На счет «раз» сделать мах правой ногой вперед и вверх, мяч из правой руки в левую переложить под ногой; на счет «два» опустить ногу; на счет «три, четыре» то же, перекладывая мяч из левой руки в правую под левой ногой. Повторить 8—10 раз каждой ногой.
- ИП - сидя на полу, упор руками сзади, зажать мяч между стопами, ноги подняты. Круговые движения ногами, смотреть на мяч. Повторить 8-10 раз в каждом направлении.
- ИП - лежа на животе, мяч в руках. На счет «раз» поднять руки с мячом, приподнять голову и плечи; на счет «два, три» держать; на счет «четыре» опустить руки. Повторить 8-10 раз.
- ИП - лежа на животе, кисти рук на полу у плеч, мяч зажат между стоп. На счет «раз» согнуть ноги в коленных суставах, распрямить руки, прогнуться, головой постараться коснуться мяча; на счет «два» вернуться в ИП Повторить 8-10 раз
- ИП- стоя на полу, мяч в руках. Подкинуть мяч и поймать 10 раз.
- ИП- стоя на полу, мяч в руках. Подкинуть мяч, хлопок и поймать 10 раз.
- ИП- стоя на полу, мяч в руках. Подкинуть мяч, хлопок под коленкой и поймать 10 раз.
- ИП- стоя на полу, мяч в руках. Ударить мяч в пол и поймать 10 раз.
- ИП- стоя на полу, мяч в руках. Ударить мяч в пол, хлопок, поймать 10 раз.
- ИП- стоя на полу, мяч в руках. Набиваем мяч об пол правой рукой 10 раз.

## **Тема 2.2. Упражнения с обручем**

*Практика.* Упражнения с комментариями:

- Соедините между собой четыре обруча так, чтобы полученная фигура была похожа на цветок. Положите ее на землю. Задание такое: нужно кидать монетки или камешки в импровизированный цветок, стараясь при этом, попасть в центр. Если попали в центр между обручами – 3 очка, если в круг одного обруча – 1 очко. Победитель тот, у кого наберется больше очков.
- Взрослый держит хула-хуп вертикально земли. Ребенок должен пролезть через него ногами вперед, опираясь на руки сзади. После удачной попытки задание можно усложнить – пролезть через хула-хуп сначала одним боком, а потом другим.
- Ребенок должен постараться попасть небольшим мячиком в центр хула-хупа, который вы держите в вытянутой руке.
- «Кто быстрее пройдет по дорожке» Дети делятся на две команды. Командам дается задание, например, «В обруч смело ты шагай, четко фрукты (страны, имена) называй». По сигналу дети начинают перешагивать из обруча в обруч и на каждый шаг называют один из фруктов. Выигрывает тот, чья дорожка окажется длиннее (кто дальше пройдет от линии старта).
- «Катание на лошадке» Проводится аналогично игре «Перевези утопающего», только здесь первый игрок стоит в обруче. По команде добегают до стойки, обегает

ее, возвращается к старту. Следующие игроки цепляются руками за ободок обруча, «салятся в тележку».

### **Тема 2.3. Упражнения с фитболом**

*Практика.* 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.

#### **1-й комплекс**

- ИП - сидя на фитболе, руки к плечам. 1 – руки на фитболе; 2 - вернуться в ИП
- ИП - стоя лицом к фитболу, руки за спину, ноги врозь. 1-2 – наклон вперед не сгибая ног, ладони на фитбол; 3-4 – вернуться в ИП (Повторить 5 раз).
- ИП - сидя на фитболе, руки с двух сторон на фитболе сбоку. 1-2 – правую ногу согнуть и поставить стопой на фитбол; 3-4 – вернуться в ИП То же другой ногой. (Повторить 3-5 раз).
- ИП - сидя на фитболе, руки на поясе. 1-2 – наклон вперед, рукой коснуться правой ноги; 3-4 – вернуться в ИП То же в другую сторону. (Повторить 3-4 раза).
- ИП - сидя на полу спиной к фитболу, придерживая фитбол руками. 1-2 – выпрямить ноги; 3-4 – согнуть ноги. (Повторить 4-6 раз).
- Подскоки с ноги на ногу вокруг фитбола и ходьба на месте. Смена направлений.

#### **2-й комплекс**

- «Хлопок». ИП – стоя лицом к фитболу. 1-2 – руки через стороны вперед, хлопнуть, сказать: «ХЛОП»; 3-4 – вернуться в ИП (Повторить 6 раз).
- Через стороны вверх, наклон вперед, коснуться носков - выдох; 3-4 – вернуться в ИП – вдох. (Повторить 3-5 раз).
- «Приседание». ИП – стоя лицом к фитболу. 1-2 – поднимая пятки и разводя колени, присесть, руки прямые на фитболе, спина прямая; 3-4 - вернуться в ИП (Повторить 6 раз).
- «Поворот». ИП – спиной к фитболу, руки на пояс. 1-2 – поворот направо, правой рукой коснуться фитбола; 3-4 – вернуться в ИП То же влево. Ноги не сгибать, смотреть в сторону поворота. (Повторить 3-4 раза).
- «Ноги врозь» ИП – сидя на полу, лицом к фитболу, ноги врозь, руки в упоре сзади. 1 – согнуть ноги ближе к себе; 2 – ноги врозь, не задевая фитбола. (Повторить 4-6 раз).
- «Шаги и прыжки». ИП – стоя боком к фитболу. Сделать 10-12 шагов, не отрывая носков ног, прыжки вокруг фитбола, ходьба на месте. (Повторить 3-4 раза).

### **Тема 2.4. Упражнения с нетрадиционным оборудованием**

*Практика.*

#### **Шаги в коробку и из неё**

- Огромная коробка, в которую ребёнок влезает целиком и закрывает себя крышкой.
- Или коробка с высотой по колено, в которую он заходит и выходит.
- Или коробки от обуви, которым выложен витиеватый маршрут по кабинету.

### ***Ползание по туннелю***

Игры с преодолением узкого, субъективно закрепощающего, пространства крайне важны для детей с ОВЗ. Замечено, что такие ребята часто плохо и поздно осваиваются с нагибанием к полу и ползанием под предметами.

### ***Полоса препятствий с произвольными заданиями***

Вот пример сложной полосы препятствий, для которой нужен минимум инструментов и приспособлений:

- Имитация разной ходьбы: как уточка на корточках, как краб, перебирая руками и ногами, в стиле лягушки – отрывочными прыжками.
- Взять скакалку, выложить ею линию и ступать по линии «ёлочкой», как ходят балерины.
- В завершении подниматься на лестнице, скатываться по горке с парой прыжков через нарисованные мелом линии.

## **Раздел 3. Упражнения со специальным оборудованием (15ч.)**

### **Тема 3.1. Стабилоплатформа**

*Практика.* Тренажер содержит комплекс игр со сказочным сюжетом и дружелюбными персонажами, реагирующими на действия ребенка.

Посредством игр происходит:

- Тренировка слухо-моторной координации.
- Улучшение регуляции психоэмоционального состояния.
- Развитие способности ребенка планировать свою деятельность.
- Развитие равновесия и координации движений.
- Повышение чувствительности стоп.
- Тренировка тонкого управления мышцами баланса.
- Развитие физической ловкости и навыков владения телом.

### **Тема 3.2. Иппотренажер**

*Практика.* Занятия на иппотренажере, тренирующими мускулатуру, увеличивающие подвижность суставов, развивающие чувство равновесия и координацию движений. Суть методики: движения тренажера точно воспроизводят ход лошади, ребенок стремится удерживать равновесие, и в работу автоматически включаются практически все группы мышц.

*Особенности и основные задачи иппотренажера*

Работая на тренажере, происходит стремление удерживать равновесие, автоматически включая в работу практически все важнейшие группы мышц. Таким образом, иппотренажер выполняет комплекс следующих задач:

- тренировка мускулатуры и увеличение подвижности суставов на рефлекторном уровне с поддержанием общего тонуса организма;
- повышение гибкости и подвижности;
- развитие координации движений и тренировка вестибулярного аппарата;
- укрепление мышечной массы, необходимой для ходьбы, в том числе и внутренней;
- формирование мышечного корсета вокруг позвоночника;
- обретение чувства движения и совершенствование навыков управления мышцами;

- снятие стресса, синдрома хронической усталости и подъем настроения, улучшение подтянутости кожи.

### **Тема 3.3. Тактильно-развивающее оборудование**

*Практика.* Выполнение упражнений на следующих тренажерах:

- *Сенсорная тропинка* - коррекция двигательной функции, совершенствование координации движений, корригирующий эффект для стопы, усиление тактильной чувствительности
- *Качели-скорлупа* - универсальная игрушка стимулирующего характера. Можно качаться, поворачиваться, пружинить. Способствует развитию вестибулярной системы.
- *Лабиринт для опорно-двигательного аппарата* - предназначен для развития двигательных навыков.
- *Балансировочная доска* - предназначена для развития вестибулярного аппарата, физической силы, равновесия, координации движений. Доска подходит для парных упражнений.

### **Раздел 4. Развитие координации и мозжечковой стимуляции (15 часов)**

*Комментарии к разделу:* для тренировки координации с стимуляции мозжечка применяются различные балансиры в том числе доска Белгау. Поверхность доски имеет специальную разметку, а угол наклона платформы регулируется рокерами, имеющими радиус от 5 до 50 градусов. В зависимости от уровня наклона изменяется уровень сложности упражнений.

*Балансир* – это тренажер, который учит ребенка чувствовать расположение и вес тела, контролировать равновесие. Он представляет собой неустойчивую поверхность, сделан из пластика или дерева.

Дети воспринимают тренировку на балансирах, как увлекательную и смешную игру. Но кроме веселого времяпровождения, он приносит существенную пользу для здоровья ребенка: развитие координации; улучшение работы мозга; тренировка чувства равновесия; укрепление мышц всего тела.

#### **Тема 4.1. Упражнения на балансирах**

*Практика. Комментарии к упражнениям:*

- Доска располагается перед ребенком. Встать на доску, покачаться на ней.
- Залезть и слезть с доски: а) спереди; б) сзади; в) справа; г) слева
- Ребенок в положении стоя медленно покачивается вперед-назад.
- Встать на доску, закрыть глаза и медленно покачаться на доске.
- Сесть на доску и медленно покачаться вправо-влево.
- Сидя на доске на коленях, имитировать плавательные двумя движения руками. Затем только правой рукой и только левой рукой.
- Сесть на доску по «турецки» и покачаться вправо-влево.
- Сесть на доску по «турецки» и имитировать плавательные движения сначала двумя руками, потом только правой, левой и поочередно.
- Встать на доску на колени, зафиксировать взгляд на одном предмете и производить вращательные движения головой в разные стороны.
- Упражнения с балансирами для рук

- Стоя на полу, ребенок держит в руках балансир для рук и катит мячик по лабиринту балансира.
- Стоя на правой ноге, а затем на левой ноге ребенок прокатывает шарик по рисунку балансира.
- Упражнение «футбол». В руках у ребенка балансир в виде футбольного поля. Задаче ребенка закатить мячик в одни, а затем в другие ворота.

#### **Тема 4.2. Упражнения с балансирами для рук**

*Практика. Комментарии к упражнениям:* Упражнения с мешочками. Мешочки, разные по весу, кидаются ребенку. Он принимает их от ведущего одной или двумя руками. Подкидывание мешочков вверх сначала одной рукой, затем двумя, поочередно. Мяч. Подвешенный мяч отбивается правой, потом левой, далее двумя руками. Мишень. Упражнение на меткость – мишень для мешочков на полу или на стене. Стараться попасть в цель. Отбивание мячика на резинке от наклонной доски. Отбивание летящего мяча ракеткой или палкой. Залезать и слезать с доски с разных сторон: сзади, спереди, сбоку.

- стоя на балансирах у магнитной доски, ребенок раскрашивает контурные картинки (как пальцами, так и карандашами и кисточкой); выкладывает магнитные мозаики по заданию; производит счетные математические действия; работает с буквами и цифрами (физические упражнения усложняются совмещением с дыхательными (действие ребенок сопровождает звуками)).

#### **Раздел 5. Упражнения для наработки межполушарных связей (16ч.)**

*Практика. Комментарии к упражнениям.* Выполнение упражнений.

Сидя за столом, ребенок проходит лабиринт для двух рук одновременно.

- Рисование различных знаков, геометрических фигур, букв и т.д. двумя руками одновременно
- Раскрашивание двумя руками одновременно.
- Упражнение «кулак-ребро-ладонь».
- Упражнение «нос-ухо».
- Упражнение «Лизгинка».
- Упражнение «Зайчик- лисичка».
- Упражнение «ушки-рожки-вилка».

#### **Раздел 6. Итоговые занятия. Диагностика (3ч.)**

*Практика.* Диагностика уровня сформированности моторных процессов у детей.

#### **Планируемые результаты**

*Предметные результаты:*

- повысится уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующего возрастно-половым нормативам;
- разовьются умения ходить и бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление движения по желанию или команде;
- сформируется умение прыгать в длину с места не менее 40 см, энергично отталкиваясь на двух ногах в прыжках;
- сформируется навык выполнять упражнения с различными снарядами по команде педагога на достаточном уровне.

*Метапредметные результаты:*

*познавательные:*

- усвоение основных приемов при выполнении упражнений, устных инструкций, этапов логических действий;

*коммуникативные:*

- умение взаимодействовать с педагогом,
- проявление положительных эмоций,
- проявление своих действий в соответствии с задачами и условиями коммуникации,
- умение исключать ошибки при выполнении практической работы,
- умение транслировать навыки в реализации своих физических возможностей;

*регулятивные:*

- умение выполнять задание в соответствии с поставленной целью;
- умение преодолевать возникающие трудности;
- умение выполнять логические действия, соотнесения к известным движениям.

*Личностны результаты:*

- осознанный интерес, мотивация учебной деятельности,
- понимание значимости обучения для здоровья,
- проявление положительных эмоций при физической активности, в самостоятельной двигательной деятельности.

## Комплекс организационно-педагогических условий

### Условия реализации программы

#### Календарный учебный график

Год обучения	1 полугодие	ОП	Зимние праздники	2 полугодие	ОП	Летние каникулы	Всего год
1	01.09-31.12	16 недель	01.01.-08.01	09.01-31.05	20 недель	01.06-31.08	36 недель

Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.14 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; предусмотрены индивидуальные занятия и занятия в подгруппах.

#### Условия реализации программы

- *особенности организации образовательного процесса - очное обучение;*
- *методы обучения:* наглядный, практический, словесный, игровой;
- *методы воспитания -* стимулирование деятельности и поведения (поощрение, создание ситуации успеха, убеждение);
- *форма организации образовательного процесса –* индивидуальная, групповая;
- *формы обучения и виды занятий:* игра, упражнение, беседа;
- *педагогические технологии:* игровые; здоровьесберегающие; коррекционные;
- *алгоритм учебного занятия –* краткое описание алгоритма занятия и его этапов.

#### Алгоритм занятия

Каждое занятие имеет 3 этапа работы:

- ритуал «Приветствие»
- основной вид двигательной активности: упражнения со спортивными снарядами/упражнения со специальным оборудованием/подвижные игры. В зависимости от потребностей и особенностей детей педагог планирует содержание занятия на основе упражнений из блоков программы.
- ритуал окончания занятия.

#### Формы и методы обучения

Учебное занятие может проводиться с помощью комбинированных методов и приёмов.

- Словесный метод: объяснение.
- Практический метод: выполнение упражнений и игр.
- Наглядный метод: демонстрация упражнения педагогом.
- Игровой метод.
- Коррекционный метод: коррекция индивидуальных нарушений обучающихся.

#### Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в просторном помещении с хорошим освещением с соблюдением санитарно-гигиенических норм и правил, с учетом возрастных особенностей ребёнка. Для проведения занятий по профилю данной программы имеется следующее оборудование: спортивное оборудование, тактильно-развивающее оборудование, иппотренажер, стабиллоплатформа.

#### Педагогические кадры

Реализацию данной программы обеспечивает педагог дополнительного образования первой категории с высшим профессиональным образованием, стажем работы с обучающимися младшего, среднего школьного возраста и детьми с ОВЗ.

### **Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

#### **Мониторинг освоения образовательной программы**

Для отслеживания результативности применяется:

- **педагогический мониторинг** включает тестовые задания, диагностику уровня личностного роста ребенка, анкетирование, ведение журнала учёта. Изучаются особенности каждого обучающегося с использованием психологическое тестирования и анкетирования. Применяется сравнительный анализ и результаты педагогического наблюдения.
- **мониторинг образовательной деятельности детей** включает оформление фотоотчёта.

**Формы аттестации** разрабатываются согласно индивидуальному образовательному маршруту ребенка и отражают цели и задачи программы. Результаты усвоения общеобразовательной программы измеряются согласно педагогическим наблюдениям, диагностическим и тестовым заданиям.

#### **Формы контроля:**

- тесты;
- педагогический анализ;
- открытое занятие.

#### **Виды контроля:**

- Вводный контроль осуществляется на первых занятиях.
- Текущий контроль – контроль усвоения знаний и умений на каждом занятии.
- Итоговый контроль осуществляется через проведение итоговых тестов по окончании изучения образовательной программы.

**Способы определения результативности** – *пакет диагностических методик, позволяющих определить достижения обучающимся планируемых результатов.*

В образовательном процессе применяются следующие методы отслеживания результативности в ходе педагогического наблюдения: тестовые задания, выполнение обучающимися диагностических заданий, наблюдение за активностью ребёнка на занятиях. Система оценочных средств позволяет контролировать каждый уровень обучения, измерять его и оценивать.

Оценивание проводится по трехбалльной системе.

3 балла – высокий уровень

2 балла - средний уровень

1 балл – низкий уровень

3 балла – результаты ребенка укладываются в нормативы или выше. Ребенок охотно занимается на занятиях, радуется новым или знакомым упражнениям. Правильно и четко выполняет задание.

2 балла – по 1-4 показателям результаты ниже нормативов. Ребенок выполняет упражнения, но спокойно, не выражая особых эмоций. Задание выполняет правильно, но с некоторыми ошибками, которые старается тут же исправить. Отталкивается одной ногой или слабо. Ловит мяч только один раз.

1 балл – почти по всем (5-6) показателям результаты ниже нормативов. Ребенок выражает недовольство занятиями, неохотно выполняет упражнения. С трудом перестраивается при смене направления движения по команде, не справляется с заданием.

**Основные критерии педагогического анализа:**

- Эмоциональное состояние.
- Поведение ребенка в момент расставания и встречи родных.
- Отношение к предметному миру и игре.
- Двигательная активность.
- Общее состояние организма.
- Взаимодействие со взрослыми и детьми.

## Список литературы

### Нормативные документы:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ.;
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Санитарные требования 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28);
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18 ноября 2015 № 09-3242;
6. Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества» от 01.06.2021г. № 450;
7. Локальные нормативные акты МАОУ ДО «ДДТ».

### Литература, используемая при разработке программы:

1. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для дошкольников. -М.: Просвещение, 2011.
2. Реутский С.В. Физическое развитие ребенка. Физкультурные комплексы, растущие вместе с детьми. -М.: Просвещение, 2003.
3. Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание. Программа дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта. –М.: Просвещение, 2005.
4. РИПа М.Д. Кинезотерапия. Культура двигательной активности: учебное пособие/ М.Д. РИПа, И.В.Кулькова. - М.: КНОРУС,2013.
5. Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. -М.: 1976.
6. Овчинникова Т. С., Потапчук А. А. Двигательный игротренинг для дошкольников. - М.: Сфера,2003.
7. Грабенко Т.Н., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. СПб., 2002.
8. Карабапова О. А. Игра и коррекция психического развития ребенка. -М., 2007.
9. Катаева А. А., Стреблева Е. А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников. -М., 2003.

### Интернет-ресурсы для родителей детей с ОВЗ:

1. Форум для родителей «Особые дети – могут!»  
<http://forum.littleone.ru/forumdisplay.php?f=36>
2. Форум родителей «Особые дети» <http://www.kid.ru/forum/index.php?showforum=82>
3. ЦПП. Сайт центра лечебной педагогики <http://www.ccp.org.ru/>
4. Электронная библиотека <http://www.autism.ru/library.asp?sort=3>

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МАРШРУТ**

Фамилия, имя ребенка \_\_\_\_\_

Родители (законные представители) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Контакты \_\_\_\_\_

Характер трудностей (со слов родителей или медицинское заключение)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Цель индивидуального образовательного маршрута \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Формы деятельности, методы и средства для реализации цели \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Периодичность занятий \_\_\_\_\_

Длительность \_\_\_\_\_

Планируемый результат \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Результат по факту \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Взаимодействие с родителями \_\_\_\_\_

## Входная диагностика детей

Тесты для обследования	Результаты выполнения тестов ребёнком
1) Сидение на стуле	(для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата)
2) Вставание со стула	(для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата)
3) Стояние	(для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата)
4) Ходьба	(особенности движения)
5) Манипуляции кистью: – резко ограничены; – частично ограничены; – не ограничены.	ведущая рука
сжать пальцы в кулак	
поднять кисти вверх	
опустить кисти вниз	
хватательные движения пальцами (сжать с силой указательные пальцы инструктора в кулачках)	
6) Манипуляции руками: - вытянуть руки в стороны - поднять руки вверх - согнуть руки в локтях, кисти к плечам	
7) Тест на ручную умелость (намотать верёвку длиной 2 метра, с кеглей на конце, на палку поворачивая палку пальцами рук - время определить по секундомеру)	
8. Бросать мяч, подвешенный на резинке, о стену двумя руками от груди и ловить его после броска	
9. Поворот туловища, лёжа на коврике	с живота на спину – со спины на живот –
10 Приседания, руки на поясе	
11. Наклоны туловища вперёд-вниз из положения стоя, руки подняты вверх –достать руками пальцы ног	
12. Работа ног на велотренажёре (дети первого года обучения не обследуются на этот тест, т.к. ноги не достают до педалей)	
13. Ползание по скамейке, лёжа на животе	вперёд, подтягиваясь руками – назад, толкаясь руками –
14. Подъём и спуск по гимнастической лестнице	

**Схема обследования уровня сформированности моторных процессов у детей  
(итоговая диагностика)**

**1. Оценка состояния общей моторики** (диагностические задания Н. И. Озерцкого, М. О. Гуревича):

Оценка статического равновесия

— сохранить равновесие в течение не менее 6—8 с (средний уровень, удовлетворительный результат) в позе «аист»: стоя на одной ноге, другую согнуть в колене так, чтобы ступня касалась коленного сустава опорной ноги, руки на поясе. Ребенок должен сохранять равновесие и не допускать дрожания конечностей.

Оценка динамического равновесия

— преодолеть расстояние 5 м прыжками на одной ноге, продвигая перед собой носком ноги коробок спичек. Отклонение направления движения не должно быть при этом более 50 см.

**Оценка выполнения любого задания оценивается по трем качественным критериям:**

— «хорошо» — если ребенок выполняет задание самостоятельно и правильно, объясняя его, полностью следуя инструкции, допуская иногда незначительные ошибки;

— «удовлетворительно» — если имеются умеренные трудности, ребенок самостоятельно выполняет только легкий вариант задания, требуется помощь разного объема при выполнении основного задания и комментировании своих действий;

— «неудовлетворительно» — задание выполняется с ошибками при оказании помощи или учащийся совсем не справляется с заданием, испытывает значительные затруднения в комментировании своих действий.

На коррекционные занятия зачисляются ученики, результаты выполнения заданий у которых оценены как «удовлетворительно» и «неудовлетворительно».

### Методика выявления умений самостоятельно действовать с предметами

Подгруппе детей (5-6 человек) предлагается в игровой форме выполнить следующие движения:

- пройти по наклонной доске высотой 30-35 см.
- перепрыгнуть на двух ногах через 3-4 предмета (высота 4-5 см).
- влезть на гимнастическую стенку (высота 10-15метров).
- прокатить мяч в ворота или между предметами (ширина 50 см.)

*Для оценки используется 4-х балльная система.*

4 балла. Все действия выполняет самостоятельно и правильно

3 балла. Выполняет все правильно, но с большой помощью педагога

2 балла. Только 50% действий выполняет самостоятельно и правильно и с помощью педагога.

1 балл. Все действия выполняет с помощью педагога.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997366

Владелец Караульщикова Людмила Юрьевна

Действителен с 05.09.2024 по 05.09.2025