

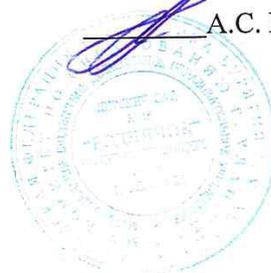
**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №16 «Родничок» общеразвивающего вида г. Улан-Удэ**

«Утверждаю»:

Заведующий МБДОУ

детский сад № 16 «Родничок»

А.С. Игумнова



***Рабочая программа  
для реализации в группе кратковременного присмотра и ухода  
по проекту  
«Нелинейная модель организации кратковременного присмотра и ухода  
за детьми-инвалидами с применением современных методов  
реабилитации и социализации»  
на 2019-2020 уч.год***

г. Улан-Удэ  
2019 г.

## **Содержание**

### **Раздел I Пояснительная записка**

- 1.1. Цель, задачи программы, методы работы
- 1.2. Характеристика контингента воспитанников
- 1.3. Характеристика возрастных особенностей детей
- 1.4. Оценка индивидуального развития детей

### **Раздел II**

- 2.1. Содержание психолого – педагогической работы по освоению образовательных областей
- 2.2. Социально – коммуникативное развитие
- 2.3. Познавательное развитие
- 2.4. Речевое развитие
- 2.5. Художественно-эстетическое развитие
- 2.6. Физическое развитие
- 2.7. Организация совместной деятельности специалистов (учителя-дефектолога, педагога-психолога, учителя-логопеда, инструктора по физическому воспитанию, музыкального руководителя) с родителями воспитанников

### **Список литературы**

### **Календарно - тематическое планирование.**

## Раздел I Пояснительная записка

Настоящая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года.– ООН 1990
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями от 2017 года.
- Указ Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы».
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ» (с изменениями на 21 декабря 2004 года).
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р о Стратегии развития воспитания до 2025 г.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р о Концепции дополнительного образования детей.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) N 1014 г от 30 августа 2013 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 19 декабря 2013 г. № 68 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3147-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к дошкольным группам, размещенным в жилых помещениях жилищного фонда».
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (с изменениями на 27 августа 2015 года).
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 N 1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»
- Приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н (ред. от 31.05.2011) «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел Квалификационные характеристики должностей работников образования».
- Письмо Минобрнауки России «Комментарии к ФГОС ДО» от 28 февраля 2014 г. № 08-249 // Вестник образования.- 2014. - Апрель. - № 7.
- Письмо Минобрнауки России от 31 июля 2014 г. № 08-1002 «О направлении методических рекомендаций» (Методические рекомендации по реализации полномочий субъектов Российской Федерации по финансовому обеспечению реализации прав граждан на получение общедоступного и бесплатного дошкольного образования).
- Письмо Минобрнауки РФ от 17.05.1995 № 61/19-12 «О психолого-педагогических требованиях к играм и игрушкам в современных условиях» (Текст документа по состоянию на июль 2011 года).
- Письмо Минобрнауки РФ от 15 марта 2004 г. № 03-51-46ин/14-03 «Примерные требования к содержанию развивающей среды детей дошкольного возраста, воспитывающихся в семье».
- Федеральный закон РФ от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (в ред. Федерального закона от 28.07.2012 № 139-ФЗ).

Содержание образовательного процесса, в зависимости от подгрупп, выстроено в соответствии с программами:

- «Коррекционно-развивающее обучение и воспитание детей дошкольного возраста с нарушением интеллекта» под редакцией Е.А. Екжановой, Е.А. Стребелевой, Москва, Просвещение 2005 г.
- Специализированная программа для детей с нарушением зрения «Коррекционная работа в детском саду» под редакцией Л.И. Плаксиной, 1997 г.

-Образовательной программой дошкольного образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет под редакцией Н.В. Нищевой, СПб. : ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016.

Календарно-тематическое планирование выстроено комплексно для подгрупп детей разноуровневого развития на основе результатов диагностических обследований.

Содержание программного материала учитывает общие принципы воспитания и обучения, принятые в дошкольной педагогике: научность, системность, доступность, концентричность изложения материала, повторяемость, единство требований к построению системы воспитания и обучения детей-дошкольников. При разработке программы учитывались современные тенденции дошкольного образования, нашедшие отражение в комплексных программах «Педагогическая коррекция и социальное развитие детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья» под редакцией авторского коллектива: Р.В. Мельникова, А. Н. Косогорова, Т.В. Бареева, И.А. Петрова и др. (2010г.) и «Особый ребёнок в детском саду» под редакцией Н.В. Верещагиной (2009г.).

Методической основой коррекционно-развивающего обучения и воспитания является личностно-центрированный подход к организации деятельности ребенка со взрослым и со сверстниками. Воспитание и развитие детей базируются также на природосообразном подходе к организации развивающей, здоровьесберегающей и воспитательной работы.

Учет закономерностей созревания детского организма, знание его физиологических особенностей, понимании особенностей индивидуального, физического и психического развития — все это принимается во внимание при использовании методов и приемов образовательно-воспитательной работы.

Принцип здоровьесберегающей, оздоровительной направленности воспитания является ведущим принципом при организации обучения и при построении всей системы коррекционно-педагогической работы. Учет индивидуальных особенностей и возможностей каждого из детей также является стратегической задачей обучения. Программа предназначена для проведения коррекционно-педагогической работы с детьми в возрасте от 3 до 7 лет.

На начальном этапе коррекционной работы важно формировать у ребенка готовность к усвоению общественного опыта через совместные действия взрослого и ребенка, действия по образцу и речевой инструкции, поисковые способы ориентировочно-познавательной деятельности (целенаправленные пробы, практическое примеривание, зрительная ориентировка).

### **Цель, задачи Программы.**

**Цель:** оказание комплексной коррекционно – психолого – педагогической помощи и поддержки детей-инвалидов, детей с особыми образовательными потребностями и их родителям (законным представителям); осуществление коррекции недостатков в физическом и психическом развитии детей.

#### **Задачи:**

- осуществление диагностики, определение путей профилактики и координации психических нарушений.
- определение особенностей организации образовательного процесса в соответствии с индивидуальными возможностями каждого ребёнка.
- определение способов постановки перед ребёнком воспитательно-образовательных задач, учитывая актуальные и потенциальные его возможности;
- всестороннее развитие всех психических процессов с учётом потребностей и интересов дошкольников;
- разработка и реализация индивидуальных образовательных маршрутов;
- развитие коммуникативных компетенции форм и навыков конструктивного личностного общения со сверстниками;
- оказание консультативной и методической помощи родителям(законным представителям) детей с особыми образовательными потребностями.

#### **Методы работы**

- методика психолого – педагогического обследования по Е. А. Стребелевой;

- игровой метод (развивающее, обучающее, воспитательные игровые занятия);
- метод контроля достижений (метод включает в себя задания и последующий контроль их выполнения);
- метод развития ручной моторики;
- методы работы на развитие зрительного восприятия;
- методы работы на развитие слухового внимания;
- методы работы на развитие моторно – двигательного внимания;
- с целью развития артикуляционной и мимической мускулатуры: Артикуляционная гимнастика;
- пальчиковая гимнастика;
- кинезеологические упражнения.

### **Характеристика контингента воспитанников**

Воспитанники группы кратковременного присмотра и ухода, были распределены по подгруппам:

- 1) подгруппа детей: выявлены затруднения в сформированности мышления, выявлены когнитивные особенности, замедленный темп формирования высших психических функций, а также задержка речевого развития.
- 2) подгруппа детей: выявлены нарушения эмоционально-волевой сферы (дети с искажённым развитием) представляют собой разнородную группу, характеризующуюся различными клиническими симптомами и психолого-педагогическими особенностями. Для данных детей было составлено календарно-тематическое планирование, которое будет способствовать социализации детей-инвалидов в открытое общество.

Имеющиеся у детей отклонения приводят к нарушению умственной работоспособности, недостаткам общей и мелкой моторики, трудностям во взаимодействии с окружающим миром, изменению способов коммуникации и средств общения, недостаточности словесного опосредствования, в частности — вербализации, искажению познания окружающего мира, бедности социального опыта, изменениям в становлении личности. Каждая категория детей с различными психическими, физическими нарушениями в развитии помимо общих закономерностей развития имеет специфические психолого-педагогические особенности, отличающие одну категорию детей от другой, которые необходимо учитывать при определении коррекционной работы в образовательном пространстве.

На основании индивидуальных особенностей детей учителем-дефектологом на каждого ребенка составлен ИОМ.

#### **1.1. Характеристика возрастных особенностей детей 4-6 лет**

Характеристика возрастных особенностей детей дошкольного возраста необходима для правильной организации образовательного процесса, как в условиях семьи, так и в условиях дошкольного образовательного учреждения (группы). Искажённое развитие – это тип дизонтогенеза, при котором наблюдаются сложные сочетания общего психологического недоразвития, задержанного, поврежденного и ускоренного развития отдельных психических функций, что приводит к ряду качественно новых патологических образований. Одним из клинических вариантов этого дизонтогенеза является ранний детский аутизм (РДА). Слово аутизм происходит от латинского слова *autos* – сам и означает отрыв от реальности, отгороженность от мира.

Основными признаками РДА при всех его клинических вариантах являются:

- ✓ недостаточное или полное отсутствие потребности в контактах с окружающими; отгороженность от внешнего мира;
- ✓ слабость эмоционального реагирования по отношению к близким, даже к матери, вплоть до полного безразличия к ним (аффективная блокада);
- ✓ неспособность дифференцировать людей и неодушевленные предметы.

Нередко таких детей считают агрессивными; недостаточная реакция на зрительные слуховые раздражители заставляет многих родителей обращаться к офтальмологу или сурдологу.

Но это ошибочное мнение, дети с аутизмом, наоборот, очень чувствительны к слабым раздражителям. Например, дети часто не переносят тиканье часов, шум бытовых приборов, капанье воды из водопроводного крана; приверженность к сохранению неизменности окружающего; неофобии (боязнь всего нового) проявляются у детей – аутистов очень рано. Дети не переносят смены места жительства, перестановки кровати, не любят новую одежду и обувь; однообразное поведение со склонностью к стереотипам, примитивным движениям; разнообразные речевые

нарушения при РДА; у детей с РДА наблюдаются различные интеллектуальные нарушения, чаще это умственная отсталость.

Нарушения функций опорно-двигательного аппарата могут носить как врожденный, так и приобретенный характер. Отклонения в развитии у детей с такой патологией отличаются значительной полиморфностью и диссоциацией в степени выраженности. При всем разнообразии врожденных и рано приобретенных заболеваний и повреждений опорно-двигательного аппарата у большинства больных детей наблюдаются сходные проблемы. Ведущим в клинической картине является двигательный дефект (задержка формирования, недоразвитие, нарушение или утрата двигательных функций). Двигательные расстройства у детей с ДЦП сочетаются с отклонениями в развитии сенсорных функций, познавательной деятельности, что связано с органическим поражением нервной системы. Очень часто отмечаются речевые нарушения, которые имеют органическую природу и усугубляются дефицитом общения. Потому эти больные помимо лечебной и социальной помощи нуждаются также в психолого-педагогической и логопедической коррекции. Остальные, как правило, не имеют отклонений в развитии познавательной деятельности и не требуют специального обучения и воспитания. Но все дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата нуждаются в особых условиях жизни, обучения и последующей трудовой деятельности.

Для психического развития при ДЦП характерна выраженность психоорганических проявлений — замедленность, истощаемость психических процессов. Отмечаются трудности переключения на другие виды деятельности, недостаточность концентрации внимания, замедленность восприятия, снижение объема механической памяти. По состоянию интеллекта дети с церебральным параличом представляют крайне разнородную группу: одни имеют нормальный или близкий к нормальному интеллект, у других наблюдается задержка психического развития, у части детей имеет место умственная отсталость. Дети без отклонений в психическом (в частности, интеллектуальном) развитии встречаются относительно редко. Основным нарушением познавательной деятельности является задержка психического развития, связанная как с ранним органическим поражением мозга, так и с условиями жизни.

Понятие «задержка психического развития» является психолого-педагогическим и характеризует прежде всего отставание в развитии психической деятельности ребёнка. Причиной такого отставания могут быть слабовыраженные органические поражения головного мозга, которые могут быть врождёнными или возникать во внутриутробном, природовом, а так же раннем периоде жизни ребёнка. Может наблюдаться и генетически обусловленная недостаточность центральной нервной системы. Интоксикации, инфекции, обменно-трофические расстройства и т. п. ведут к негрубым нарушениям темпа развития мозговых механизмов или вызывают лёгкие церебральные органические повреждения.

Для детей этой группы характерна значительная неоднородность нарушенных и сохранных звеньев психической деятельности, а так же ярко выраженная неравномерность формирования разных сторон психической деятельности. У детей с задержкой психического развития наблюдается низкий (по сравнению с нормально развивающимися сверстниками) уровень развития восприятия. Это проявляется в необходимости более длительного времени для приёма и переработки сенсорной информации; в недостаточности, фрагментарности знаний этих детей об окружающем мире; в затруднениях при узнавании предметов, находящихся в непривычном положении, контурных и схематических изображений. На этапе начала систематического обучения у детей с ЗПР выявляется неполноценность тонких форм зрительного и слухового восприятия, недостаточность планирования и выполнения сложных двигательных программ. У детей этой группы недостаточно сформированы и пространственные представления: ориентировка в направлениях пространства в продолжение довольно длительного периода осуществляется на уровне практических действий; часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации. В качестве наиболее характерных для детей с ЗПР особенностей внимания отмечаются его неустойчивость, рассеянность, низкая концентрация, трудности переключения.

Недостатки организации внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей, несовершенством навыков и умений самоконтроля, недостаточным развитием чувства ответственности и интереса к учению. Ещё одним характерным признаком задержки психического развития являются отклонения в развитии памяти. Отмечаются снижение

продуктивности запоминания процессе заучивания самоконтроля воспроизведения, организовывать свою работу; недостаточная познавательная активность и целенаправленность при запоминании и воспроизведении; слабое умение использовать рациональные приёмы запоминания; недостаточный объём и точность запоминания; преобладание механического преобладание наглядной памяти над словесной; низкий уровень неумение. Среди нарушений кратковременной памяти — повышенная тормозимость следов под воздействием помех и внутренней интерференции (взаимовлияние различных мнемических следов друг на друга); быстрое забывание материала и низкая скорость запоминания. Выраженное отставание и своеобразие обнаруживается и в развитии познавательной деятельности этих детей, начиная с ранних форм мышления — наглядно-действенного и наглядно-образного. Дети могут успешно классифицировать предметы по таким наглядным признакам, как цвет и форма, однако с большим трудом выделяют в качестве общих признаков материал и величину предметов, затрудняются в абстрагировании одного признака и сознательном его противопоставлении другим, в переключении с одного принципа классификации на другой. При анализе предмета или явления дети называют лишь поверхностные, несущественные качества с недостаточной полнотой и точностью. В результате дети с ЗПР выделяют в изображении почти вдвое меньше признаков, чем их нормально развивающиеся сверстники. Ещё одной особенностью мышления детей с задержкой психического развития является снижение познавательной активности. Одни дети практически не задают вопросов о предметах и явлениях окружающей действительности. Это медлительные, пассивные, с замедленной речью дети. Другие дети задают вопросы, касающиеся в основном внешних свойств окружающих предметов. Обычно они несколько расторможены, многословны. Особенно низкая познавательная активность проявляется по отношению к объектам и явлениям, находящимся вне круга, определяемого взрослым.

Ещё у детей с задержкой психического развития снижена потребность в общении как со сверстниками, так и со взрослыми. У большинства из них обнаруживается повышенная тревожность по отношению к взрослым, от которых они зависят. У дошкольников с ЗПР выделяется слабая эмоциональная устойчивость, нарушение самоконтроля во всех видах деятельности, агрессивность поведения и его провоцирующий характер, трудности приспособления к детскому коллективу во время игры и занятий, суетливость, частую смену настроения, неуверенность, чувство страха, манерничанье, фамильярность по отношению к взрослому.

Отмечается большое количество реакций, направленных против воли родителей, частое отсутствие правильного понимания своей социальной роли и положения, недостаточную дифференциацию лиц и вещей, ярко выраженные трудности в различении важнейших черт межличностных отношений. Всё это свидетельствует о недоразвитии у детей данной категории социальной зрелости. Одним из диагностических признаков задержки психического развития у детей рассматриваемой группы выступает несформированность игровой деятельности. У детей оказываются несформированными все компоненты сюжетно-ролевой игры: сюжет игры обычно не выходит за пределы бытовой тематики; содержание игр, способы общения и действия и сами игровые роли бедны. Диапазон нравственных норм и правил общения, отражаемый детьми в играх, очень невелик, беден по содержанию, а следовательно, недостаточен в плане подготовки их к обучению в школе. В становлении речи детей с ЗПР, низкую речевую активность, недостаточность динамической организации речи. У этих детей отмечается ограниченность словаря, неполноценность понятий, низкий уровень практических обобщений, недостаточность словесной регуляции действий. Наблюдается отставание в развитии контекстной речи; существенно запаздывает развитие внутренней речи, что затрудняет формирование прогнозирования, саморегуляции в деятельности.

Для умственно отсталых детей дошкольного возраста характерно: отсутствие или значительное снижение интереса к окружающему; общая патологическая инертность; крикливость, раздражительность, расторможенность; позднее формирование предпосылок к речи и предметным манипуляциям; недостаточная сформированность процесса восприятия; расстройства речи и др.

*Память:* замедленность запоминания; быстрота забывания; неточность воспроизведения; эпизодическая забывчивость; плохая переработка воспринимаемого материала.

*Внимание:* низкий уровень развития внимания; колебания психической активности; быстрая психическая истощаемость и др. произвольно. Оно характеризуется небольшим объёмом, неустойчивостью и нарушениями переключаемости, отвлекаемостью, импульсивностью, быстрым

переключением внимания с одного объекта на другой, т.е. наблюдается «полевое поведение». «Полевое поведение» - особый вид активности ребенка, при котором внешние стимулы среды управляют его поведением, внутренняя мотивация деятельности фактически отсутствует.

Невнимательность детей с недоразвитием интеллекта в определённой мере обусловлена слабостью их волевой сферы. Они не могут в должной мере сосредоточиться на выполняемой деятельности, работать, не отвлекаясь. Большое значение имеет также несформированность интересов умственно отсталых детей. Они склонны отождествлять в некоторой мере сходные предметы, например, кошку и белку, круг и овал. Не узнают изображения предметов в усложнённых условиях восприятия, например, перевёрнутыми. Нарушение пространственной ориентировки - один из ярко выраженных дефектов, встречающихся при умственной отсталости. Недостаточность всех уровней мыслительной деятельности: крайне низкий уровень развития мышления, что прежде всего объясняется неразвитостью основного инструмента мышления – речи. Из-за этого он плохо понимает мысли разговоров членов семьи, содержание сказок. Плохо удаётся взаимодействие со взрослыми и другими детьми. Они недостаточно понимают то, что говорят окружающие и, соответственно, ведут себя не так, как следовало бы. Эти дети не умеют связно высказывать свои предложения или просьбы. Обладая весьма ограниченным словарным запасом и не владея фразой, они не могут ни спросить о том, что их интересует, ни разумно ответить на заданный вопрос. Их общение проходит в условиях ограниченных, житейских, многократно повторяющихся ситуаций с помощью хорошо заученных, стандартных высказываний. Если оно выходит за такие рамки, то это обычно ставит ребенка в тупик и подчас побуждает его к нелепым ответам.

#### **Оценка индивидуального развития детей 4-6 лет**

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и произвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников (пункт 4.3 раздел 4 ФГОС ДО).

При реализации Программы, специалистом проводится оценка индивидуального развития детей 4-6 лет по программе «Коррекционно-развивающее обучение и воспитание детей дошкольного возраста с нарушением интеллекта» под редакцией Е.А. Екжановой, Е.А. Стребелевой; для изучения динамики в середине года - «Психолого – педагогическая диагностика развития детей раннего и дошкольного возраста» /Методическое пособие под ред. Е.А. Стребелевой и методическим рекомендациям к пособию «Практический материал для проведения психолого- педагогического обследования детей», Забрамной С. Д. и др.

В рамках педагогической диагностики (связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования. Результаты педагогической диагностики (мониторинга) используются исключительно для решения следующих образовательных задач:

-индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития); оптимизации работы с группой детей.

#### **Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:**

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по

совместной деятельности;

-ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

-ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

-ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

-у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

-ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены;

-ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

## **Раздел II**

### **2.1. Содержание психолого – педагогической работы по освоению образовательных областей**

Содержание Программы включает совокупность образовательных областей «Познавательное развитие», «Социально-коммуникативное развитие» которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям – физическому, социально-личностному, познавательно-речевому и художественно-эстетическому.

При построении Программы учитывается принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания дошкольного образования каждой образовательной области решаются и в ходе реализации других областей Программы. Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и может реализовываться в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности – как сквозных механизмах развития ребёнка).

### **2.2. Образовательная область «Социально – коммуникативное развитие»**

#### **Обучение игре**

В ходе дальнейшего обучения эти представления обогащаются знаниями детей о различных профессиях, о значимости каждой профессии для человеческого общества.

Большое место в становлении игровой деятельности занимает драматизация знакомых сказок, литературных произведений. Опора на художественные произведения, в которых четко выражен характер действующих персонажей и их эмоциональное состояние, позволяет детям приобретать собственный опыт эмоционально окрашенного реагирования на ту или иную ситуацию, обогащая их чувственную сферу.

В целом обучение игре должно способствовать возникновению у детей самостоятельной игровой деятельности, становлению сюжетно-ролевой игры.

#### **Задачи обучения и воспитания**

-Формировать у детей умение играть не только рядом, но и вместе, небольшими группами, объединяясь для решения игровой задачи.

- Обогащать представления детей о взаимоотношениях между людьми.
  - Формировать в игре представления детей о содержании деятельности взрослых на основе наблюдений за их трудом.
  - Учить детей решать в игре новые задачи: использовать предмет-заместитель, фиксирующую речь, носящую экспрессивный характер, в процессе игры.
  - Учить детей осуществлять перенос усвоенных способов игровых действий из ситуации обучения в свободную игровую деятельность.
  - Активизировать самостоятельную деятельность детей, насыщая сюжет игровыми ситуациями.
  - Учить детей самостоятельно принимать решения о выборе будущей игры, закладывая основы планирования собственной деятельности.
- Воспитывать у детей потребность в любви, доброжелательном внимании значимых взрослых и сверстников.
- Формировать у детей умение видеть настроение и различные эмоциональные состояния близких взрослых и детей (радость, печаль, гнев), умение выражать сочувствие (пожалеть, помочь).
  - Закрепить у детей умение называть своё имя и фамилию, имена близких взрослых и сверстников.
  - Учить детей называть свой возраст, день рождения, место жительства (город, посёлок).
  - Формировать у детей интересы и предпочтения в выборе любимых занятий и игр, игрушек, предметов быта.
  - Учить детей обращаться к сверстнику с элементарными предложениями, просьбами, пожеланиями («Давай будем вместе играть», «Дай мне игрушку» (машинку)).
  - Продолжать формировать у детей коммуникативные умения приветливо здороваться и прощаться по имени друг к другу, доброжелательно взаимодействовать.
  - Формировать у детей потребность, способы и умения участвовать в коллективной деятельности сверстников (игровой, изобразительной, музыкальной, театральной и др.).

### **2.3. Образовательная область «Познавательное развитие»**

Основная задача ознакомления с окружающим состоит в том, чтобы сформировать у детей целостное восприятие и представление о различных предметах и явлениях окружающей действительности. Ознакомление с окружающим обеспечивает существенные сдвиги в умственном развитии детей лишь в том случае, когда дети получают не отдельные знания о предмете или явлении, а определенную целостную систему знаний, отражающую существенные связи и зависимости в той или иной области.

Ознакомление с окружающим обогащает чувственный опыт ребенка — учит его быть внимательным к тому, что его окружает: смотреть и видеть, слушать и слышать, ощупывать и осязать. Обогащение чувственного опыта неразрывно связано с развитием чувственного познания — ощущений, восприятия, представлений. Формируя адекватные представления об окружающем, мы создаем чувственную основу для слова и подготавливаем ребенка к восприятию словесных описаний объектов, явлений и отношений (стихов, рассказов, сказок, песен).

Занятия по ознакомлению с окружающим включают в себя ознакомление с явлениями социальной жизни; ознакомление с предметным миром, созданным человеком; ознакомление с явлениями живой и неживой природы. Во время занятий детей знакомят с определенным типом свойств, связей и отношений, специфическим для каждого из четырех основных направлений коррекционно-педагогической работы, выделенных в программе: «Человек», «Предметный мир», «Живая природа», «Неживая природа». Ознакомление с явлениями социальной жизни вводит детей в мир социальных отношений и формирует представления о человеке, о строении его тела, об основных функциях организма, о видах деятельности человека, о его чувствах и взаимоотношениях в социуме. Таким образом, ребенок приобщается к нормам поведения в человеческом обществе. В ходе ознакомления с предметным миром, созданным руками человека, у детей формируются представления о функциональном назначении основных предметов, окружающих ребенка, и о способах действия с ними. В процессе ознакомления с природой у детей формируются представления о живом и неживом мире, о взаимосвязи и взаимозависимости объектов и явлений природы. Особое внимание обращается на зависимость жизни и деятельности человека от природных условий в постоянно меняющейся природной среде. Детей учат видеть и понимать реальные причинные зависимости. При этом большое внимание уделяется экологическому воспитанию детей.

В ходе коррекционно-развивающего обучения с детьми проводят занятия по направлениям

«Ознакомление с окружающим и развитие речи», «Социальное развитие и ознакомление с окружающим». Эти занятия носят интегрированный характер по тем задачам, которые на них решаются, по уровню постановки целей и методическому оснащению. Однако при планировании таких занятий должны быть четко определены специфические задачи по каждому направлению.

### **Задачи обучения и воспитания**

- Формировать у детей обобщенное представление о человеке тело, внутренние органы, чувства, мысли).
- Учить детей дифференцировать предметы и явления живой и неживой природы.
- Учить детей соотносить явления окружающей действительности и деятельность человека.
- Формировать у детей обобщенные представления о характерных признаках групп и категорий предметов.
- Формировать у детей обобщенные представления о явлениях природы.
- Учить детей пользоваться в активной речи словесными характеристиками и определениями, обозначающими качественное своеобразие изученных групп предметов.
- Формировать у детей временные представления (времена года: лето, осень, зима, весна; время суток: ночь, день).
- Учить детей расширять и дополнять выделяемые группы предметов однородными предметами на основе наблюдений, практического опыта действия с предметами, применяя имеющиеся знания и представления.

### **Формирование мышления**

Содержание коррекционно-педагогической работы по формированию мышления направлено на развитие ориентировочной деятельности, формирование познавательной активности, укрепление взаимосвязи между основными компонентами мыслительной деятельности: действием, словом и образом. Формирование мышления включает работу по развитию наглядно-действенного, наглядно-образного мышления и становлению элементов логического мышления.

На начальном этапе коррекционно-педагогическая работа направлена на развитие наглядно-действенного мышления. Именно ранняя форма мышления возникает у ребенка в тесной связи с практической деятельностью и направлена на ее обслуживание. В практической деятельности ребенок проявляет свое отношение к окружающему миру, осваивает его. Задачей педагога является активизация эмоционального отношения детей к самостоятельным предметным и предметно-игровым действиям. Для ее решения педагог использует совместные действия с ребенком, действия по подражанию, речевое сопровождение взрослым самостоятельных действий ребенка с их положительной оценки.

### **Задачи обучения и воспитания**

- Создавать предпосылки для развития у детей наглядно-образного мышления: формировать обобщенные представления о предметах-орудиях, их свойствах и качествах, роли в деятельности людей.
- Продолжать формировать у детей умение анализировать проблемно-практическую задачу.
- Продолжать формировать у детей зрительную ориентировку и основные функции речи (фиксирующую, сопровождающую, планирующую) в процессе решения проблемно-практических задач.
- Учить детей решать задачи наглядно-образного плана: предлагать детям сюжетные картинки с изображением ситуаций, знакомых из собственного практического опыта, стимулировать их высказывания, обобщения, раскрывающие смысл ситуаций.
- Формировать у детей восприятие целостной сюжетной ситуации, изображенной на картинках.
- Учить детей устанавливать причинно-следственные связи и зависимости между объектами и явлениями, изображенными на сюжетных картинках.
- Формировать у детей умения выполнять операции сравнения, обобщения, элементы суждения, умозаключения. Учить детей определять предполагаемую причину нарушенного хода явления, изображенного на сюжетной картинке; учить подбирать соответствующую предметную картинку (выбор из двух-трех). Учить детей определять последовательность событий, изображенных на картинках, раскладывать их по порядку.

### **Математика и развитие сенсорного восприятия**

Сенсорное восприятие в развитии внимания служат основой для развития у детей поисковых

способов ориентировки: методов проб и примеривания.

- Сенсорное восприятие является с одной стороны, основой для формирования у ребёнка всех психических процессов - внимания, памяти, сферы образов – представлений, мышления, речи и воображения; с другой – оно выступает фундаментальной предпосылкой для становления всех видов детской деятельности – предметной, игровой, продуктивной, трудовой.

- Сенсорное восприятие в своей основе направленно на формирование у детей ориентировочной деятельности, которая реализуется в виде перцептивных действий – действия рассматривания, выслушивания, ощупывания, а так же способствует обеспечению освоения систем сенсорных эталонов.

- Другой важной стороной сенсорного восприятия является своевременное и правильное соединение сенсорного опыта ребёнка со словом. Соединение того, что ребёнок воспринимает, со словом, обозначающие воспринятое, помогает закрепить в представлении образы предметов, их свойств и отношений, делает эти образы более чёткими, систематизированными и обобщёнными. Развитие восприятия во всех случаях идёт от различения предметов и их свойств, отношений к их восприятию на основе образа, а затем и фиксации образа в слове, т. е. к появлению образа – представления.

**Важно помнить**, что с детьми с особыми образовательными потребностями надо работать, не теряя с ними визуального и ситуативного контакта, накапливая и обобщая практический и чувственный опыт ребёнка.

Занятия по сенсорному восприятию направлены на:

- развитие зрительного восприятия и внимания, подражания, формирование целостного образа предметов;

- на развитие слухового внимания и восприятия;

- на развитие тактильно – двигательного восприятия;

- на развитие вкусового восприятия.

#### **Задачи обучения и воспитания**

-Учить детей соотносить действия, изображённые на картинке, с реальными действиями; изображать действия по картинкам

-Формировать у детей целостный образ предметов; учить самостоятельно складывать разрезные картинки из четырёх частей с разной конфигурацией разреза.

-Учить детей соотносить плоскостную и объёмную форму; выбирать объёмные формы по плоскостному образцу.

-Развивать у детей восприятие и памяти: вести отсроченный выбор предметов, различных по форме, цвету, величине с использованием образца (отсрочка по времени 10).

-Учить детей производить сравнение предметов по форме и величине, проверяя правильность выбора практическим примериванием.

-Учить детей вычленять цвет, форму, предмет как признак, отвлекаясь от назначения предмета и других признаков.

-Познакомить детей с пространственными отношениями между предметами: - низкий, выше – ниже; близко – далеко, ближе – дальше.

-Учить детей воспроизводить пространственные отношения по словесной инструкции.

-Учить детей опознавать предметы по описанию, с опорой на определяющий признак (цвет, форма, величина).

-Учить детей изображать целый предмет с опорой на разрезные картинки составление целого из частей в представлении.

-Развивать у детей координацию руки и глаза в процессе обучения способам обследования предметов: зрительно – тактильно – ощупывать, зрительно – двигательно – обводить по контуру.

- Учить детей передавать форму и величину предметов в лепке после зрительно – тактильного обследования.

- Учить детей воспринимать, различать бытовые шумы, шумы явлений природы ( сигнал машины, звонок телефона, дверной звонок, шум пылесоса, шум двигателя, шум стиральной машины, шум ветра, журчание воды, шуршание опавших листьев; шум воды, шум водопада, шум дождя.)

- Формировать представления у детей о звуках окружающей действительности.

- Продолжать развивать у детей вкусовую чувствительность и формировать представление о

разнообразных вкусовых качеств.

### **Развитие ручной моторики и подготовка руки к письму**

Развитие ручной моторики и тонкой моторики пальцев рук имеет выраженную коррекционно-развивающую направленность. Развитие ручной моторики тесно связано с речевым, психологическим и личностным развитием ребенка. Под влиянием интенсивной коррекционной работы активно развиваются высшие психические функции, активизируется межполушарное и межанализаторное взаимодействие.

Общеизвестно, что развитие ручной моторики зависит как от физической зрелости коры головного мозга, так и от условий воспитания, которые либо стимулируют ее развитие, либо задерживают.

Умственно отсталый ребенок оказывается очень чувствительным к условиям воспитания, и динамика его развития находится в тесной зависимости от своевременности коррекционного воздействия и содержания педагогической работы с ребенком.

У этих детей хватание без специального воздействия не возникает, что в сочетании с физиологической незрелостью ведет к несформированности ручных умений и навыков. Разнообразие форм хватания — от подгребания до пальцевого захвата — формируется только при непосредственном участии взрослого. При введении новых предметов и орудий с детьми проводят специальные занятия. При выполнении предметных ручных действий ребенок просто захватывает предмет без учета его функционального назначения и фиксированного способа употребления, выработанного в обществе, а при орудийных предметных действиях ребенок учитывает способ действия с данным конкретным предметом, свойства и качества предмета, который захватывается или берется в руки. Именно формирование орудийных действий является одной из основных задач коррекционно-педагогической работы с умственно отсталыми детьми.

Чтобы овладеть орудийными действиями, необходимо научить детей соотносить свои действия с конкретной практической задачей, научить захватывать предметы с учетом их свойств, в частности величины. Важно сформировать у детей различные типы хватания, сформировать умение оперировать каждой рукой, кистью руки, сформировать согласованность действий обеих рук, выделять каждый палец в отдельности. Овладение различными типами хватания — захват в кулак, хватание щепотью, противопоставление большого пальца всем остальным, использование «указательного захвата» (двумя пальцами — большим и указательным) — позволяет расширить регистр орудийных действий ребенка. Возможности ребенка при целенаправленном обучении существенно расширяются и активизируются. Руки ребенка подготавливаются к овладению учебными и трудовыми умениями и навыками. При этом моторно умелый ребенок имеет возможность продемонстрировать свою состоятельность, что повышает его самооценку и в конечном итоге гармонизирует личностное развитие.

Работа по развитию у детей ручной моторики, зрительно-двигательной координации, согласованных движений обеих рук, тонких пальцевых и кистевых движений начинается с первого года обучения. Целесообразно оборудовать специальную комнату по развитию у детей ручной и мелкой моторики. В ней необходимо собрать разнообразный материал для упражнений по развитию ручной моторики: мозаики, мелкий раздаточный материал, дидактический материал для формирования у детей навыков шнуровки, бинтовки, работы с различными видами вкладышей; рамки М. Монтессори, доски Сегена, пазлы и продукты для сортировки и нанизывания. Природный материал, собранный детьми во время прогулок, также должен быть рассортирован по специальным емкостям и коробкам.

#### ***Задачи обучения и воспитания***

Продолжать учить детей застегивать и расстегивать пуговицы, кнопки.

-Учить детей составлять из частей целый предмет (пристегивать части тела животных, элементы предметов к основной части: к середине цветка лепестки, к веточкам листья и т. д.).

- Формировать у детей умения выполнять шнуровку сверху вниз без перекрещивания шнурка (дождик, дорожка и т. д.) сначала в две дырочки, а затем увеличивать их число (действия по подражанию, по образцу).

-Учить детей размазывать пальцами пластилин по дощечке, по картону.

-Учить детей проводить непрерывную линию между двумя волнистыми линиями, повторяя изгибы (ширина между волнистыми линиями от 2,5 до 1,5 см).

-Учить детей проводить непрерывные линии между двумя ломаными линиями, повторяя их изгиб.

- Учить детей обводить по контуру простые предметы.
- Учить детей проводить линию, не отрывая карандаша от бумаги (сначала пальцем, а затем карандашом).
- Учить детей штриховать в одном направлении сверху вниз простые предметы (яблоко, груша, воздушный шар и т. д.).
- Формировать у детей индивидуальные предпочтения при выборе цвета при раскрашивании контурных сюжетных рисунков цветными карандашами.

#### **2.4. Образовательная область «Речевое развитие»**

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

Связанные с целевыми ориентирами задачи, представленные в ФГОС дошкольного образования:

- организовывать виды деятельности, способствующих развитию речи детей;
- развивать речевую деятельность;
- развивать способность к построению речевого высказывания в ситуации общения, создание условий для принятия детьми решений, выражения своих чувств и мыслей с помощью речи;
- формировать познавательные интересы и познавательные действия ребенка в речевом общении и деятельности;
- формировать предпосылки к грамотности.

#### **Цели Задачи**

Развитие речи:

- Развивать свободное общение со взрослыми и детьми, овладение конструктивными способами и средствами взаимодействия с окружающими.
- Развивать все компоненты устной речи детей: грамматического строя речи, связной речи — диалогической и монологической форм;
- Формировать словарь, воспитывать звуковую культуру речи.

Художественная литература:

- Способствовать овладению воспитанниками нормами речи.
- Воспитывать интерес и любовь к чтению; развивать литературную речь.
- Воспитывать желание и умение слушать художественные произведения, следить за развитием действия.

**Психолого-педагогические условия реализации** содержания образовательной работы в рамках образовательной области «Речевое развитие»

*Поощрение самостоятельной речевой деятельности детей:*

1. Поддерживают в стремлении находить различные способов решения проблем с помощью самостоятельных действий.
2. Уважительно относятся к детским высказываниям (вопросам, суждениям, умозаключениям, гипотезам).

*Взрослые поощряют познавательную инициативу ребенка:*

1. Поощряют инициативу ребенка в познании (проявление интереса к новым предметам, стремление обследовать предметы, высказывание гипотез, вопросы и др.).
2. Поощряют интерес к познавательной литературе и символическим языкам (энциклопедии, графические схемы, письмо и пр.).

*Взрослые поддерживают развитие творческих способностей детей в речевой деятельности:*

1. Поощряют поиск вариантов решения проблемных ситуаций, придумывание необычных идей.
2. Поощряют словотворчество, придумывание альтернативных окончаний историй и сказок.

*Взрослые поощряют детей в обращении к разнообразным источникам информации:*

1. Предоставляют возможность обмениваться информацией.
2. Поощряют детей использовать и называть источники информации, адекватные возрасту, индивидуальным возможностям, познавательным потребностям.

3. Обеспечивают возможности для обогащения словаря (знакомят с названиями предметов и явлений, действиями, свойствами и качествами, назначением, помогают освоить слова, обозначающие видовые и родовые обобщения, уточняют смысловые оттенки слов, переносны значений и т. д.).
4. Создают условия для овладения детьми грамматическим строем речи (освоение морфологической стороны речи, синтаксической структуры высказываний, овладение способами словообразования).
5. Развивают связную речь детей (совершенствуют диалогическую, монологическую речь).
6. Приобщают детей к культуре чтения художественной литературы (читают детям книги, организуют прослушивание пластинок, беседуют о прочитанном, поддерживают попытки самостоятельного чтения).
7. Развивают речевое творчество (изменение и придумывание слов, составление загадок, сочинение сказок и т. д.).

Часть, формируемая участниками образовательных отношений в рамках образовательной области «Речевое развитие» дополнена парциальной программой «Развитие речи» под редакцией О.С.Ушаковой, М., 2008г.

## **2.5 Образовательная область «Художественно-эстетическое развитие»**

Содержание образовательной деятельности (в том числе, осуществляемой в ходе режимных моментов и самостоятельной деятельности детей), направленные на:

- развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы;
- становление эстетического отношения к окружающему миру;
- формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора;
- стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений;
- реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

### **Цели, задачи.**

#### ***Художественно-эстетическое развитие:***

- Формировать интерес к эстетической стороне окружающей действительности, эстетического отношения к предметам и явлениям окружающего мира, произведениям искусства; воспитывать интерес к художественно-творческой деятельности.
- Развивать эстетические чувства детей, художественное восприятие, образных представлений, воображения, художественно-творческие способности.
- Развивать детское художественное творчество, интерес к самостоятельной творческой деятельности (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.); удовлетворять потребности детей в самовыражении.

#### ***Приобщение к искусству:***

- Развивать эмоциональную восприимчивость, эмоционального отклика на литературные и музыкальные произведения, красоту окружающего мира, произведения искусства.
- Приобщать детей к народному и профессиональному искусству (словесному, музыкальному, изобразительному, театральному, к архитектуре) через ознакомление с лучшими образцами отечественного и мирового искусства; воспитывать умение понимать содержание произведений искусства.
- Формировать элементарные представления о видах и жанрах искусства, средствах выразительности в различных видах искусства.

#### ***Изобразительная деятельность:***

- Развивать интерес к различным видам изобразительной деятельности; совершенствовать умения в рисовании, лепке, аппликации, художественном труде.
- Воспитывать эмоциональную отзывчивость при восприятии произведений изобразительного искусства.
- Воспитывать желание и умение взаимодействовать со сверстниками при создании коллективных работ.

### **Конструктивно - модельная деятельность:**

- Приобщать к конструированию; развивать интерес к конструктивной деятельности, знакомить с различными видами конструкторов.
- Воспитывать умение работать коллективно, объединять свои поделки в соответствии с общим замыслом, договариваться, кто какую часть работы будет выполнять.

### **Музыкальная деятельность.**

Приобщать к музыкальному искусству; формировать основы музыкальной культуры, знакомить с элементарными музыкальными понятиями, жанрами; воспитание эмоциональной отзывчивости при восприятии музыкальных произведений.

- Развивать музыкальные способности: поэтического и музыкального слуха, чувства ритма, музыкальной памяти; формировать песенный, музыкальный вкус.
- Воспитывать интерес к музыкально-художественной деятельности, совершенствовать умения в этом виде деятельности.

Развивать детское музыкально-художественное творчество, реализацию самостоятельной творческой деятельности детей; удовлетворять потребности в самовыражении. Образовательная область «Физическое развитие»

Содержание образовательной деятельности (в том числе, осуществляемой в ходе режимных моментов и самостоятельной деятельности детей), направленные на:

- приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость;
- способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны);
- формирование начальных представлений о некоторых видах спорта;
- овладение подвижными играми с правилами;
- становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;
- становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Работа по физическому развитию проводится в рамках образовательной деятельности в течение всего дня. В соответствии с состоянием здоровья воспитанников и спецификой дошкольного учреждения коллективом детского созданы особые условия для обеспечения физического развития и здоровьесбережения детей.

ФГОС дошкольного образования определяет цели, задачи и содержание физического развития детей дошкольного возраста в условиях ДОО. Их можно дифференцировать на два содержательных модуля: «Здоровье» и «Физическое развитие».

#### **Цели, задачи:**

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
- Формировать у детей начальные представления о здоровом образе жизни

#### **Раздел «Физическая культура»**

Цель: формирование у детей интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие.

Задачи:

- Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.
- Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.
- Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности.
- Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности,

способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

- Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Основная цель данной образовательной области в работе с детьми с ОВЗ: совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации.

В режиме предусмотрены занятия физкультурой, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются индивидуальные возможности детей в соответствии с ограничением здоровья. Работа по физическому воспитанию строится таким образом, чтобы решались и общие, и коррекционные задачи. Основная задача - стимулировать позитивные сдвиги в организме, формируя необходимые двигательные умения и навыки, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма. На занятиях по физической культуре, наряду с образовательными и оздоровительными, решаются специальные коррекционные задачи:

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет.

В работу включаются физические упражнения: построения и перестроения; различные виды ходьбы и бега, лазание, ползание, метание, общеразвивающие упражнения на укрепление мышц спины, плечевого пояса, на координацию движений, на формирование правильной осанки, на развитие равновесия. Проводятся подвижные игры, направленные на совершенствование двигательных умений, формирование положительных форм взаимодействия между детьми.

*Виды здоровьесберегающих технологий:*

1. Технологии сохранения и стимулирования здоровья (динамические паузы, подвижные и спортивные игры, релаксация, различные гимнастики).
2. Технологии обучения здоровому образу жизни (физкультурная образовательная деятельность, проблемно-игровая образовательная деятельность, коммуникативные игры)
3. Коррекционные технологии (технологии музыкального воздействия, сказкотерапия, цветотерапия, психогимнастика, фонетическая ритмика).

В совокупности обозначенные образовательные области обеспечивают решение общеразвивающих задач. Вместе с тем каждый из видов деятельности имеет свои коррекционные задачи и соответствующие методы их решения. Это связано с тем, что дети с ОВЗ имеют как общие, так и специфические особенности, обусловленные непосредственно имеющимися нарушениями. Содержание базовых направлений работы в программах воспитания и обучения сочетается со специальными коррекционными областями. Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и может реализовываться в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребёнка).

*Психолого-педагогические условия реализации содержания образовательной работы в рамках образовательной области «Физическое развитие».*

1. Взрослые предоставляют возможность детям самостоятельно использовать приобретенные умения и навыки в повседневной жизни и деятельности.
2. Предоставляют возможность самостоятельно отбирать способы действий по обеспечению здоровья в игровых ситуациях.
3. Поощряют самостоятельность в выполнении режимных процедур.
4. Предоставляют детям возможность практического овладения навыками соблюдения безопасности, как в помещении, так и на улице.
5. Поощряют самостоятельную двигательную активность детей, поддерживают положительные эмоции и чувство мышечной радости».
6. Взрослые поддерживают и развивают детскую инициативность.
7. Поддерживают стремление у детей научиться бегать, прыгать, лазать, метать и т.п..
8. Поддерживают инициативу детей в организации и проведении коллективных игр и физических упражнений в повседневной жизни.
9. Поддерживают стремление детей узнавать о возможностях собственного организма, о способах сохранения здоровья.
10. Взрослые поощряют творческую двигательную деятельность.
11. Предоставляют возможность детям использовать воображаемые ситуации, игровые образы (животных, растений, воды, ветра и т.п.) на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, физкультурных минутках и т. д.
12. Предоставляют возможность активно использовать предметы, спортивные снаряды, схемы и модели для самостоятельной двигательной деятельности.
13. Предоставляют возможность детям использовать элементы двигательной активности в разных видах детской деятельности (в сюжетно - ролевой игре, музыкальной, изобразительной и т. п.)
14. Предоставляют возможность детям видоизменять подвижные игры новым содержанием, усложнением правил, введением новых ролей. Взрослые поддерживают диалоги детей о событиях физической и спортивной жизни детского сада, села, страны, поощряют использование различных источников информации.

### **2.7. Организация совместной деятельности специалистов (учителя – дефектолога, педагога-психолога, учителя-логопеда, музыкального руководителя, инструктора по физическому воспитанию) и родителей**

Одно из наиболее важных направлений коррекционной работы с детьми, имеющими отклонения в развитии, это работа с родителями, так как большую часть времени дети находятся в семье. Поэтому важна совместная работа родителями. То, что ребенок видит, слышит и узнает в детском саду, обязательно должно закрепляться дома.

**Цель:** создание специальной коррекционно-развивающей среды для формирования социально-педагогической компетентности родителей в воспитании детей с ограниченными возможностями здоровья.

В соответствии с указанной целью поставлены следующие задачи: **задачи:**

1. Обучить родителей способам коммуникации и взаимодействию с ребенком в семье, приемам игровой и учебной деятельности;
2. Оказать психолого-педагогическую помощь родителям в осознании потенциальных возможностей собственного ребенка, в организации для него специальной коррекционно- развивающей среды, через организацию совместной досуговой деятельности.

#### **Методы изучения семьи:**

- анкетирование; наблюдение за ребенком;
- посещение семьи ребенка; обследование семьи с помощью проективных методик;
- беседа с ребенком;
- беседа с родителями проективные методики (рисунок семьи).

### **Формы работы с родителями дошкольников.**

Реальное участие родителей в жизни ДОУ.

Периодичность сотрудничества в проведении мониторинговых исследований:

- Анкетирование;
- Социологический опрос;
- Интервьюирование;
- «Родительская почта»;

В воспитательно-образовательном процессе ДОУ, направленном на установление сотрудничества и партнерских отношений с целью вовлечения родителей в единое образовательное пространство:

- Семейная гостиная;
- Дни открытых дверей;
- Дни здоровья;
- Недели творчества;
- Совместные праздники, развлечения;
- Встречи с интересными людьми;
- Клубы по интересам для родителей;
- Участие в творческих выставках, смотрах-конкурсах;
- Мероприятия с родителями в рамках проектной деятельности

#### **Цель** коррекционной работы:

- преодоление негативизма при общении и установлении контакта с ребенком с ОВЗ; развитие познавательной активности;

- смягчение характерного для детей с РАС сенсорного и эмоционального дискомфорта;

- повышение активности ребенка в процессе общения с взрослыми и детьми;

- преодоление трудностей в организации целенаправленного поведения. Коррекционно-развивающая работа строится с учетом особых образовательных потребностей ребенка с диагнозом и заключений психолого-медико-педагогической комиссии.

Организация образовательного процесса предполагает, соблюдение следующих позиций:

- регламент проведения и содержание занятий с ребенком с ОВЗ специалистами;
- регламент и содержание работы психолого-медико-педагогического консилиума (ПМПк).

Коррекционно-развивающая деятельность направлена на возможно более полную адаптацию ребенка с инвалидностью к жизни в обществе, на интеграцию в другие типы образовательных учреждений.

Приоритетным для ребенка - инвалида являются следующие направления:

1. Коррекция эмоциональной сферы.
2. Формирование поведения.
3. Социально-бытовая адаптация.

В процессе общения с ребенком следует придерживаться некоторых общих рекомендаций:

1. Необходимо хвалить ребенка за участие и внимание независимо от результатов, создавая тем самым предпосылки к дальнейшей положительной коммуникации.
2. По возможности разъяснять задание не с помощью словесной инструкции, а жестами; избегать резких движений, повышенного тона в разговоре, беспорядка на рабочем месте.
3. Учитывать в занятиях доминирующие для ребенка интересы, использовать для контактов его стереотипные пристрастия.
4. Помнить о том, что неадекватная реакция ребенка может означать переутомление либо недопонимание задания. В таком случае достаточно сократить или упростить задание для упорядочения поведения.

Коррекционная помощь детям с инвалидностью требует терпеливости, вдумчивости, изобретательности, систематичности, нешаблонного решения педагогических проблем.

**Основные принципы** коррекционно-развивающей работы:

- принцип преемственности: обеспечивает связь программы коррекционной работы с другими

разделами основной общеобразовательной программы;

- принцип комплексности: коррекционное воздействие охватывает весь комплекс психофизических нарушений;
- принцип постепенного усложнения заданий и речевого материала с учетом «зоны ближайшего развития»;
- принцип соблюдения интересов ребёнка: определяет позицию специалиста, который призван решать проблему ребёнка с максимальной пользой и в интересах ребёнка;
- принцип системности: обеспечивает единство диагностики, коррекции и развития, т.е. системный подход к анализу особенностей развития и коррекции нарушений у ребенка с ОВЗ, а также всесторонний многоуровневый подход специалистов различного профиля, взаимодействие и согласованность их действий в решении проблем ребёнка;
- принцип непрерывности: гарантирует ребёнку и его родителям (законным представителям) непрерывность помощи до полного решения проблемы или определения подхода к её решению;
- принцип вариативности: предполагает создание вариативных условий для получения образования детьми, имеющими недостатки в психическом развитии;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса.

### **Основные направления коррекционно-развивающей работы:**

**Диагностическая работа** включает:

- выявление особых образовательных потребностей ребенка с ограниченными возможностями здоровья при освоении основной образовательной программы;
- проведение комплексной социально-психолого-педагогической диагностики нарушений в психическом развитии ребенка с ограниченными возможностями здоровья;
- определение уровня актуального и зоны ближайшего развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья, выявление его резервных возможностей;
- изучение развития эмоционально-волевой, познавательной, речевой сферы и личностных особенностей ребенка;
- изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания ребёнка;
- изучение адаптивных возможностей и уровня социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья;
- системный разносторонний контроль за уровнем и динамикой развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья (мониторинг динамики развития, успешности освоения образовательных областей).

**Коррекционно-развивающая работа** включает:

- реализацию комплексного индивидуально-ориентированного социально-психолого-педагогического сопровождения в условиях воспитательно-образовательного процесса ребенка с ограниченными возможностями здоровья с учётом особенностей психофизического развития;
- выбор оптимальных для развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья коррекционных программ, методик, методов и приемов обучения и организацию и проведение индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих, необходимых для преодоления нарушений в речевом и психическом развитии;
- коррекцию и развитие высших психических функций, эмоционально-волевой, познавательной и речевой сферы;
- формирование способов регуляции поведения и эмоциональных состояний;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, коммуникативной компетенции.

Консультативная работа включает:

- выработку совместных обоснованных рекомендаций по основным направлениям работы с ребенком с ограниченными возможностями здоровья, единых для всех участников воспитательно-

образовательного процесса;

-консультирование специалистами педагогов по выбору индивидуально ориентированных методов и приёмов работы с ребенком с ограниченными возможностями здоровья;

-консультативную помощь семье в вопросах выбора стратегии воспитания и приёмов коррекционного обучения и воспитания ребёнка с ограниченными возможностями здоровья.

**Информационно-просветительская работа** предусматривает:

-информационную поддержку образовательной деятельности ребенка с особыми образовательными потребностями, их родителей (законных представителей), педагогических работников;

-различные формы просветительской деятельности (беседы, печатные материалы), направленные на разъяснение участникам образовательного процесса – родителям (законным представителям), педагогическим работникам – вопросов, связанных с особенностями образовательного процесса и сопровождения ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

**Коррекционно - развивающая работа** с детьми дошкольного возраста с ОВЗ ведется на основе программы 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 год.

#### Литературные источники:

1. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание детей дошкольного возраста с нарушением интеллекта. Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева
2. Практические рекомендации по организации коррекционно-развивающей работы с детьми с 2. множественными нарушениями в развитии. Н. В. Верещагина
3. Артикуляционные превращения: пособие для родителей и педагогов С. В. Ихсанова
4. Дидактические и сюжетно-ролевые игры. С. Г. Шевченко С.Г.
5. Организация коррекционно -развивающего восприятия дошкольников с задержкой психического развития (ЗПР). Л.С. Маркова.
6. Подготовка к школе детей с задержкой психического развития. Под общей ред. Шевченко С.Г. – М.: Школьная пресса, 2007.
7. Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. Коррекционно – развивающее обучение и воспитание дошкольников с нарушением интеллекта: Методические рекомендации. - М.: Просвещение, 2011.
8. Система работы со старшими дошкольниками с задержкой психического развития в условиях дошкольного образовательного учреждения: Программно- методическое пособие / Под ред. Т. Г. Неретиной. - М.: Баласс; РАО, 2004.
9. Пазухина И.А. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников 4 – 6 лет: пособие для практических работников детских садов- СПб.: «Детство-Пресс», 2010.
10. Войтова И.Д., Гуськова М.А., Лифанова С.Ю., Можейко А.В., Фирсова Л.Е. Психолого-педагогическое сопровождение детей 5 – 6 лет в условиях дошкольного образовательного учреждения/Под ред.А.В.Можейко. Тамбов, 2007
11. Шоплер Э., Ланзинг М., Ватерс Л. Поддержка аутичных и отстающих в развитии детей. Сборник упражнений для специалистов и родителей.Коррекционно-развивающее обучение и воспитание детей дошкольного возраста с нарушением интеллекта. Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева. – М.: Просвещение, 2003.
12. Особый ребёнок в детском саду: Практические рекомендации по организации коррекционно-развивающей работы с детьми с множественными нарушениями в развитии. / Верещагина Н.В. - СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2009.
13. Педагогическая коррекция и социальное развитие детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010.
14. Комплексное планирование для групп детей разноуровневого развития по программам М. А.

Васильевой, В. В. Гербовой, Т. С. Комаровой; Е. А. Екжановой, Е. А. Стребелевой; Т. Б. Филичевой, Г. В. Чиркиной / авт.-сост. Ж. И. Старовойтова [и др.]. – Волгоград: Учитель, 2010. – 95с.

15. Игротерапия в логопедии: артикуляционные превращения:: пособие для родителей и педагогов/ С. В. Ихсанова. – Ростов н/Д : Феникс, 2013.
16. Дидактические игры, упражнения в обучении детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Ознакомление с окружающим и развитие речи. И. В. Бурцева. ЗДОРОВЬЕ НАШИХ ДЕТЕЙ. «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДОШКОЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА», 20013.
17. «Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. Библиотека журнала» Выпуск 13 СМИ зарегистрировано МПТР РФ, Авторы: СГШевченко, канд. пед. наук; РД.Тригер, канд. психол. наук; педагоги-дефектологи И.Н.Волкова, Р.В.Былич, ИЛЛузнецова, И.К.Белова, Г.Н.Макс
18. Почитаем — поиграем. Составители Цыпина Н.А., Волкова И.Л. — М., 1995.
19. Селиверстов В.И. Речевые игры с детьми. — М., 1994.
20. Скажи по-другому./ Под ред. О.С. Ушаковой. — Самара, 1994. Тумакова Г.Л. 14. Ознакомление дошкольника со звучащим словом. — М., 1991.
21. Урунтаева Г.Л., Афонькина Ю.Л. Помоги принцу найти Золушку. — М., 1994.
22. Бондаренко Л.К. Дидактические игры в детском саду. — М., 1991.
23. Венгер Л.Л. и др. Игры и упражнения по развитию умственных способностей у детей дошкольного возраста. — М., 1989.
24. Максаков Л.И., Тумакова Г.Л. Учите играя. — М., 1983.
25. Мелик-Пашаев А.Л., Новлянская З.Н. Ступеньки к творчеству. — М., 1987.
26. Новотворцева Н.В. Развитие речи детей. — М., 1995.

**Календарно – тематическое планирование коррекционно-развивающих занятий  
образовательной области  
«Познавательное развитие»**

**Социально-коммуникативное развитие и ознакомление с окружающим миром.**

Дата	Тема	Содержание деятельности	Оборудование, игры
<b>Учебный план реализуется за 37 занятий</b>			
<b>Сентябрь</b>	Лето! Осенние изменения в природе». «Игрушки в группе». «Что такое овощи?». «Что такое фрукты?».	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закрепить знания по изученным материалам, развивать сообразительность, быстроту мышления.</li> <li>2. Учить ребёнка соотносить описание природы в стихах с определённым временем года, развивать внимание, быстроту мышления.</li> <li>3. Развиваем вниманием память.</li> <li>4. Закрепить знания о овощах о составе и названиях блюд, которые можно приготовить из овощей.</li> <li>5. Закрепить знания о внешнем виде вкусовых качествах, способов употребления в пищу фруктов, учить отгадывать загадки о фруктах.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Про что я говорю?».</li> <li>(Картинный материал)</li> <li>2. Сюжетные картины по теме. Небольшие стихотворения о временах года, об осени и изменениях осенью.</li> <li>«Какое время года?».</li> <li>3. «Угадай свою новую игрушку».</li> <li>Различные игрушки в количестве 6 -7 штук.</li> <li>4. Муляжи овощей, сюжетные картинки, по теме, предметы посуды.</li> <li>5. Муляжи фруктов, сюжетные картинки, по теме.</li> </ol>
<b>Октябрь</b>	«Грибы Ягоды». «Осень». Признаки осени. «Одежда» Головные уборы. «Обувь».	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Закрепить знания о внешнем виде, и строении грибов, ягод, название грибов, ягод.</li> <li>2. Закрепить знания детей о временах года. Систематизировать представления об осени на основе рассматривания сюжетных картинок, содержащих отличительные признаки (уменьшение продолжительности дня, похолодание, частые дожди). Закрепить знания детей о желтом, зеленом, красном цветах в природе её признаках. Осенние изменения.</li> <li>3. Уточнить названия, назначение головных уборов; формировать представление о головных уборах в соответствии со временем года. «Как</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наглядный материал по теме.</li> <li>2. . «Узнай по описанию?».</li> <li>Наглядный материал.</li> <li>3. Небольшие стихотворения о осени.</li> <li>«Какое время года?» Наглядный материал</li> <li>4. Предметные картинки. С.р.и. «Ремонт обуви».</li> </ol>

		закрепить знания о названии головных уборов, её деталей. 4. Уточнить названия, назначение обуви.	
--	--	---	--

1 час в неделю, учитель-дефектолог

<b>Ноябрь</b>	«Домашние животные». «Домашние птицы». « Признаки зимы».	<p>1. Закреплять знания о частях нашего тела и туалетных принадлежностях. Вызывание аморфных слов но (нос), понимание вопросов: «Где?», «У кого?».</p> <p>Рассматривание иллюстраций, натуральных предметов личной гигиены. Игра: «Умоем куклу Катю», «Что для чего нужно?». Опыт: «Мыльные пузыри».</p> <p>2. Уточнить и расширить представления детей о домашних животных (внешний вид, повадки, пища, польза, приносимая людям). Забота человека о домашних животных. Детеныши домашних животных.</p> <p>3. Домашние птицы. Познакомить детей с домашними птицами (внешний вид, чем питаются, какую пользу приносят). Сравнение домашних птиц. Учить находить признаки сходства и различия.</p> <p>4.Расширить представления детей о зиме. Учить сравнивать осень и зиму (дальнейшее сокращение дня, зимние морозы, снегопады, замерзание водоемов).</p>	<p>1. Иллюстрации с изображением туалетных принадлежностей. Наше тело.</p> <p>2.Таблицы «Домашние животные и их детеныши».</p> <p>Дидактические игры: «Узнай по описанию» , «Четвертый лишний», «У кого кто?».</p> <p>3. Иллюстрации с изображением домашних птиц. Дидактические игры: «Третий лишний», «Что забыл нарисовать художник?».</p> <p>4.Расширить представления детей о зиме. Познакомить с зимними месяцами.</p>
---------------	--	---	--

<p><b>Декабрь</b></p>	<p>«Зима». Признаки зимы. «Дикие птицы». «Дикие животные». «Новогодние праздники». «Новый год».</p>	<p>1. Декабрь — первый месяц зимы. Расширить представления детей о зиме. Учить сравнивать осень и зиму (дальнейшее сокращение дня, зимние морозы, снегопады, замерзание водоемов). Познакомить с зимними месяцами. 2. Закреплять знания об особенностях внешнего вида, образе жизни и жилищах диких птиц. Рассматривание предметных картинок с изображением диких птиц (воробья, синицы, снегиря, голубя). Способы их передвижения. Забота о птицах в зимнее время (кормушка, корм). 3. Закрепить знания об особенностях внешнего вида, образе жизни и жилищах диких животных. 4. Познакомить с Новогодними праздниками, понятие Новый год. Развивать внимание, память, сенсорные представления. 5. Закрепить знания о празднике Новый год.</p>	<p>1. Картина с изображением зимних явлений в природе. Дидактическая игра: «Угадай по описанию». Работа по стихотворению. Наглядный материал. «Это правда или нет?». 2. Предметные картинки. «Кто это?». 3. Наглядный материал. Загадки. «Узнай, назови, дом покажи». 4. Наглядные пособия (ёлочные игрушки), картинки «Какой игрушки не стало?». 5. Наглядные пособия (ёлочные игрушки).</p>
-----------------------	---	---	---

<p><b>Январь</b></p>	<p>«Зимние забавы».  «Город».  Дом, улица,  дорожная безопасность. «Транспорт».</p>	<p>1. Продолжать знакомить детей с зимними явлениями в природе. Расширить представления детей о зимних видах спорта. Закрепить понятие спортивная <b>одежда</b>. Развивать память, внимание, мышление, воображение. 2. Мой город, дом. Части дома: подъезд, лестница, лифт, квартира. Назначение города, комнат в квартире. Формировать понятия верх, низ, высокий, низкий, сверху, снизу. 3. Наземный транспорт. Познакомить детей с наземным транспортом (автомобиль, поезд, троллейбус, автобус, трамвай). Закрепить понятие наземный транспорт. Профессии людей, работающих на наземном транспорте. Познакомить с правилами перехода улицы.</p>	<p>1. Иллюстрации зимних видов спорта. Дидактические игры: «Не ошибись», «Где мы были, не скажем, а что делали, покажем». 2. Картины, «Предметы вокруг нас». Дидактические игры. 3. Иллюстрации наземного транспорта, игрушечный светофор, предметные картинки.</p>
----------------------	---	---	---

<b>Февраль</b>	«Посуда». «Продукты». «Защитники отечества».	<p>1. Название отдельных предметов и назначение. Сравнение столовой и кухонной посуды (назначение и материалы, из которых она сделана). Согласование прилагательных с существительными в роде, числе и падеже.</p> <p>2. Сформировать и закрепить знания о продуктах. Рассматривание картинок с основными продуктами питания. Расширение и активизация словаря по теме. Понимание вопросов (кто ест кашу? Что ест Вова?). Предложения со словами ХОЧУ, ДАЙ.</p> <p>3. Сформировать понятия о празднике День защитника Отечества.</p> <p>Рассматривание иллюстраций, фотографий с изображением пап, дедушек.</p>	<p>1. Предметные картинки. Дидактические игры: «Четвертый лишний», «Из чего сделано?», «Накроем стол к чаю».</p> <p>2. Сюжетно - ролевая игра: «Магазин». Наглядный материал.</p> <p>3. Наглядный материал: фотоальбомы, «Наши папы».</p>
<b>Март</b>	«Мамин праздник». «Признаки весны». «Бытовая техника». «Мебель».	<p>1. Беседа с детьми о предстоящем празднике, рассматривание иллюстраций, фотографий посвящённых Маминому празднику. Подготовка к утреннику.</p> <p>2. Расширить представления детей о весне, учить рассказывать о приметах наступающей весны. Учить составлять рассказ-описание.</p> <p>3. Расширить представления детей о весне, учить рассказывать о приметах наступающей весны. Признаки, изменения в природе весной. (днем с крыш капает капель, снег стал рыхлым, ярче светит солнце, звонче поют птицы). Учить составлять рассказ-описание.</p> <p>4. Расширять понятия о «бытовой технике» (холодильник, утюг, телевизор, компьютер, магнитофон, пылесос и т. д.) Рассматривание предметных картинок, беседа: «Что для чего нужно?».</p> <p>5. Уточнить и расширить знания детей об основных видах мебели. Сформировать умение правильно обставлять комнату. Воспитывать чувство красоты и бережного отношения к мебели. Закрепить значение названий предметов мебели,</p>	<p>1. Наглядный материал по теме.</p> <p>2. Иллюстрации весенних признаков в природе. Дидактические игры: «Доскажи словечко», «Какое время года?».</p> <p>3. Иллюстрации весенних признаков в природе. Дидактические игры: «Доскажи словечко», «Какое время года?».</p> <p>4. Предметные картинки. Сюжетно - ролевая игра: «Магазин бытовой техники».</p> <p>5. Игрушечная мебель, предметные картинки (кухня, спальная, гостиная). Дидактическая игра: «Назовите части»</p>

		умение правильно называть её части.	
<b><u>Апрель</u></b>	«Инструменты».  «Рыбки в аквариуме». «Комнатные растения». «Моё здоровье».	<p>1. Сформировать понятие инструменты (названием и назначением). Уточнить и расширить знания о инструментах. Научить узнавать и правильно показывать конкретные предметы на предметных картинках, относящиеся к этому понятию.</p> <p>2. Обобщающие понятия «рыбы» (живые существа, которые обитают в воде). Их характерные особенности: вместо конечностей – плавники, нет шеи, голова переходит в туловище, тело покрыто чешуёй, органы дыхания – жабры, дышат и видят в воде, не имеют голоса. Виды рыб, обитатели водоёмов (карась, щука, акула); аквариумные рыбки. Устройства аквариума. Использование рыб человеком. Питание рыб _хищные и не хищные).</p> <p>3. Расширение понятие и закрепление о комнатных растениях, их внешнем виде, особенностях ухода за ними. Название растений стоящих в группе, помещении. Расширение и активизация словаря по теме (растение, стебель, лист, корень, цветок, фиалка, бегония; ухаживать, протирать, поливать, красный, зелёный, сочный, яркий, нежный).</p> <p>4. Формировать привычки к здоровому образу жизни.</p>	<p>1. Предметные картинки Сюжетно - ролевая игра: «Построим дом».</p> <p>2. Картинки с рыбками. Игра: «Зоомагазин».</p> <p>3. Наглядный материал с цветочками. Упражнение: «Полей цветы».</p> <p>4. Наглядный материал.  Сюжетно - ролевая игра: «Доктор Айболит».</p>
<b><u>Май</u></b>	«Безопасность»  «Лето».	Закрепить знания по изученным материалам, развивать сообразительность, быстроту мышления.	

**Календарно – тематическое планирование коррекционно-развивающих занятий**  
**Математика и развитие сенсорного восприятия**  
 1 час в неделю. Педагог-психолог.

Дата	Содержание деятельности	Игры и упражнения
<b>Учебный план реализуется за 37 занятий</b>		
<b><u>Сентябрь</u></b>	1.Формирование умения раскладывать резко различающиеся предметы на две группы.	Д/и «Пирамидка» Д/и «Солнце-дождик»
	2.Формирование умения надевать кольца на стержень	Пирамидка Д/и «Подарки для кукол» Рассматривание иллюстраций тактильного альбома.
	3.Знакомство с желтым цветом.	Рассматривание желтого коллажа. Нахождение предметов желтого цвета в помещении.
	4. Учить проталкивать объемные геометрические формы в соответствующие прорези коробки, используя метод проб и ошибок.	Д/и «Почтовый ящик»
<b><u>Октябрь</u></b>	5. Учить различать величину (большой - маленький) предметов, проводя выбор из двух предметов с предъявлением образца.	Д/и «Веселый дом» Д/и «Найди похожий предмет по величине»
	6. Учить складывать разрезную предметную картинку.	Д/и «Грибочки» Д/и «Какой мяч больше?»
	7. Знакомство с красным цветом.	Рассматривание красного коллажа. Нахождение предметов красного цвета в классе.
	8. Учить раскладывать предметы по величине на две группы.	Д/и «Яблочки (вкладыши)» Д/и «Большой маленький»
	9. Закреплять умение детей проталкивать объемные геометрические формы в соответствующие прорези коробки.	Д/и «Волшебный мешочек» Д/и «Чего не стало?»
<b><u>Ноябрь</u></b>	10.Учить группировать предметы по цвету красный - желтый на две группы.	Д/и «Цветная карусель»
	11. Учить различать величину (большой - маленький) предметов по словесной инструкции.	Д/и «Расставь машины в гараж» Д/и «Разложи фигуры»
	12. Учить сличать геометрические фигуры.	Д/и «Чудесный мешочек»

	13. Знакомство с зеленым цветом, учить находить предметов данного цвета в классе.	Д/и «Разноцветные ленточки»
<b><u>Декабрь</u></b>	14. Продолжать учить различать величину (большой - маленький) предметов по словесной инструкции, складывать пирамиду, матрешку с учетом величины	Матрешки, пирамидки, цилиндры Д/и «Расставь по порядку»
	15. Учить выполнять группировку геометрических фигур на две группы	Д/и «Приходите на лужок» Д/и «Обведи пальчиком»
	16. Знакомство с геометрической фигурой квадрат	Д/и «Какой это формы?» Д/и «Закрой окошко»
	17. Учить группировать предметы по цвету «желтый-зеленый», «красный-зеленый», «желтый - красный»	Д/и «Подбери лепесток к цветку» Д/и «Разложи по цвету»
<b><u>Январь</u></b>	18. Закреплять умение складывать пирамиду, матрешку с учетом величины	Д/и «Матрешка» Д/и «Большой маленький»
	19. Учить называть величину предметов на картинках	Д/и «Большой маленький» Д/и «Какой это формы?»
	20. Учить выполнять группировку геометрических фигур «круг-треугольник», «круг-квадрат», «квадрат-треугольник»	Д/и «Блоки Дьенеша» Белый цвет.
<b><u>Февраль</u></b>	21. Знакомство с синим цветом  -учить находить предметы данного цвета в окружающей обстановке.	Д/и «Укрась мамин сарафан»  Подбор предметов по форме: овал-батон, треугольник-сыр и т. д.
	22. Учить располагать предметы по величине в ряд от самого большого к маленькому	Д/и «Выбери пуговицы» Д/и «Расставь игрушки по величине»
	23. Продолжать учить выполнять группировку предметов по цвету	Д/и «Цветная мозаика» Различение предметов по цвету.
	24. Закреплять умение располагать предметы в ряд от самого большого к маленькому	Д/и «Выбери пуговицы» Д/и «Расставь игрушки по величине»Сравнение двух предметов по длине. Длинный-короткий

<b><u>Март</u></b>	25. Учить находить предметы круглой и треугольной формы, называть форму	Д/и «Блоки Дьенеша» Д/и «Спрячь от дождика»
	26. Учить находить предметы треугольной формы, называть форму	Д/и «Геометрическое лото» Сравнение квадрата и треугольника.
	27. Закреплять умения детей различать и называть цвета (красный, желтый, синий, зеленый)	Д/и «Собери капельки в стакан» Прямоугольник.
	28. Закреплять умение раскладывать предметы в ряд по величине, использовать в речи «большой-маленький».	Д/и «Коробочки» Д/и «Волшебный мешочек» Сравнение двух предметов по цвету и величине.
<b><u>Апрель</u></b>	29. Закреплять знания и навыки детей по различению и называнию геометрических фигур, цвета, величины предмета.	Д/и «Найди дверь от домика» Д/и «Назови цвет, форму» Д/и «Сложи пирамидку» Прямоугольник
	30. Выполнять группировку предметов по заданному свойству.	Д/и «Помоги козлятам спрятаться от волка» Большой-поменьше-самый маленький.
	31. Находить одинаковые предметы, парные картинки, исчезнувший предмет.	Д/и «Найди такие же картинки» Д/и «Чего не стало?» Понятие «лёгкий-тяжёлый»
	32. Находить одинаковые предметы, парные картинки, исчезнувший предмет.	Д/и «Найди такие же картинки» Д/и «Чего не стало?» Классификация по форме и величине
	33. Закреплять умение собирать разрезную предметную картинку	Д/и «Разрезные картинки» Составление геометрических форм из частей.
<b><u>Май</u></b>	34. Закреплять знания и навыки детей.	Д/и «Назови цвет, форму» Д/и «Сложи пирамидку»
	35. по различению и называнию геометрических фигур, цвета, величины предмета «Группировка, цвет, фигуры». «Величина».	Соотнесение предметов по величине и форм. Закрепить знания по изученным материалам.

**Календарно - тематическое планирование  
индивидуальных коррекционно-развивающих занятий  
Развитие мелкой моторики и координации движений  
1 час в неделю. Учитель-дефектолог.**

Дата	Тема	Содержание деятельности
<b>Учебный план реализуется за 36 занятий</b>		
<b>Сентябрь</b>	<p>Учимся проводить прямые линии. («Волшебные обводилки») (листок располагается вертикально на магнитной доске; калька прикрепляется к рисунку; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, копирует рисунок фломастерами. Учимся проводить кривые и ломаные линии. «Волшебные обводилки») (листок располагается вертикально на магнитной доске; калька прикрепляется к рисунку; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, копирует рисунок фломастерами. Учимся проводить линии по точкам.</p>	<p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 5-10 раз.</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»), растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»); «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Упражнения: «Ладонь-кулак», «Лягушка».</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 10-15 раз. Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»), растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»); легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»); «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Упражнения: «Ладонь-кулак», «Лягушка».</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 15-20 раз. Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»), растирание боковых</p>

		<p>поверхностей сцепленных пальцев («расческа»);  легкие постукивания  пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку  в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»);  «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.  Упражнения: «Ладонь-кулак», «Лягушка».</p> <p>Расслабление: «Сухой листик».</p> <p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Локоть-нога/Шаги в море» - 20 и более раз. Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»), растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»); легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»); «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.  Упражнения: «Ладонь-кулак», «Лягушка».  Расслабление: «Сухой листик».</p>
<p><b><u>Октябрь</u></b></p>	<p>Едем с дачи домой.  Пишем буквы.  Дары осени.  Деревья осенью.  Дикие животные осенью.</p>	<p>Разминка «Тянемся к солнышку».</p> <p>Ритмирование: перекрестные движения «Перекрестные и односторонние движения» (по 8 р.)</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»), растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»); легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»); «силовое» мытье, пожатие рук;  «Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.  Упражнения: «Ладонь-кулак», «Лягушка», «Зеркальце и полочка».  Расслабление: «Травинка на ветру».</p> <p>Разминка «Потягивания».</p>

Ритмирование: перекрестные движения  
«Перекрестные и односторонние  
движения» (по 8 р.)

Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук,  
фаланг пальцев,  
потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»),  
растирание боковых  
поверхностей сцепленных пальцев («расческа»);  
легкие постукивания  
пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают  
зайчики»), одну ручку  
в кулачок - постукивания по ладони другой руки  
(«мишка ходит»);  
«силовое» мытье, пожатие рук;  
«Ушки»: массирующими движениями «вверх и  
назад» для верхней части  
уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.

Упражнения: «Ладонь-кулак»,  
«Лягушка», «Зеркальце и полочка».  
Расслабление: «Травинка на ветру».

Разминка «Потягивание».

Ритмирование: перекрестные движения  
«Перекрестные и односторонние  
движения» (по 8 р.)

Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук,  
фаланг пальцев,  
потягивания растирание ладоней («ручки замерзли»),  
растирание боковых  
поверхностей сцепленных пальцев («расческа»);  
легкие постукивания  
пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают  
зайчики»), одну ручку  
в кулачок - постукивания по ладони другой руки  
(«мишка ходит»);  
«силовое» мытье, пожатие рук; «Ушки»:

массирующими движениями «вверх и назад» для  
верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5

раз. Упражнения: «Ладонь-  
кулак», «Лягушка», «Зеркальце и полочка».

Расслабление: «Травинка на ветру». Разминка  
«Потягивание».

Ритмирование: перекрестные движения  
«Перекрестные и односторонние движения» (по 8 р.)  
Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук,  
фаланг пальцев, потягивания растирание ладоней

		<p>(«ручки замерзли»), растирание боковых поверхностей сцепленных пальцев («расческа»); легкие постукивания пальчиками одной руки по ладони другой («прыгают зайчики»), одну ручку в кулачок - постукивания по ладони другой руки («мишка ходит»);</p> <p>«силовое» мытье, пожатие рук;</p> <p>«Ушки»: массирующими движениями «вверх и назад» для верхней части уха и «строго вниз» - на мочках -5 раз.</p> <p>Упражнения: «Ладонь-кулак»,</p> <p>«Лягушка», «Зеркальце и полочка». Расслабление:</p> <p>«Травинка на ветру».</p> <p>Разминка «Потягивание». Ритмирование:</p> <p>«Цыганочка».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук;</p> <p>«Ушки».</p> <p>«Точки здоровья»: точка - «ума» (находится между бровей). Упражнения: «Зеркальце и полочка»,</p> <p>«Лезгинка» («Ладонь-кулак», «Лягушка» - повторить).</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево».</p>
<p><b><u>Ноябрь</u></b></p>	<p>Домашние животные. Пишем буквы. Зимушка- зима. (Пишем буквы.</p>	<p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью карандаша;</p> <p>«Ушки».</p> <p>«Точки здоровья»: точка - «ума» (находится между бровей).</p> <p>Упражнения: «Зеркальце и полочка», «Лезгинка» («Ладонь-кулак», «Лягушка» - повторить).</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево».</p> <p>Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка». Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью карандаша; «Ушки».</p>

		<p>«Точки здоровья»: точка - «ума» (находится между бровей). Упражнения: «Зеркальце и полочка», «Лезгинка» («Ладонь-кулак», «Лягушка» - повторить).</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево». Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Цыганочка».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью карандаша;</p> <p>«Ушки».</p> <p>«Точки здоровья»: точка - «ума» (находится между бровей). Упражнения: «Зеркальце и полочка», «Лезгинка» («Ладонь-кулак», «Лягушка» - повторить).</p> <p>карандашами; придумывает на основании узора рисунок - дорисовывает / штрихует / раскрашивает).</p> <p>Расслабление: «Раскачивающееся дерево». Разминка «Струночка».</p> <p>Ритмирование: «Движение под музыку».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью карандаша;</p> <p>«Ушки».</p> <p>«Точки здоровья»: точка «ума» (находится между бровей), точка «бодрости» (кончик носа).</p> <p>Упражнения: «Колечки» («Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь- кулак», «Лягушка» - повторить, пробовать с закрытыми глазами).</p> <p>Расслабление: «Дракон».</p>
<p><b>Декабрь</b></p>	<p>Птицы зимой. Пишем буквы. Зимняя одежда. Пишем буквы. Новый год.</p>	<p>Разминка «Звезда».</p> <p>Ритмирование: «Движение под музыку».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки</p>

Пишем буквы.  
Новогоднее  
поздравлени е.

замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое»  
мытьё, пожатие рук; с помощью ореха;

«Ушки». «Точки здоровья»: точка «ума», точка «бодрости». Упражнения: «Колечки» («Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь- кулак», «Лягушка» - повторить, пробовать с закрытыми глазами).

Расслабление: «Дракон».

Разминка «Звезда». Ритмирование: «Движение под музыку».

Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое»  
мытьё, пожатие рук; с помощью ореха;

«Ушки».

«Точки здоровья»: точка «ума», точка «бодрости».

Упражнения: «Колечки» («Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь- кулак», «Лягушка» - повторить, пробовать с закрытыми глазами).

Расслабление: «Дракон». Разминка «Звезда».

Ритмирование: «Движение под музыку».

Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое»  
мытьё, пожатие рук; с помощью ореха;

«Ушки».

«Точки здоровья»: точка «ума», точка «бодрости».

Упражнения: «Колечки» («Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь- кулак», «Лягушка» - повторить + закрытые глаза).

Расслабление: «Дракон». Разминка «Звезда».

Ритмирование: «Ушко-носик» (первый вариант без хлопка).

Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое»  
мытьё, пожатие рук; с помощью ореха;

«Ушки».

«Точки здоровья».

Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь» («Колечки»,

		<p>«Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - повторить + закрытые глаза). Расслабление: «Потянулись-сломались»/ «Кукл</p>
<p><b><u>Январь</u></b></p>	<p>Середина зимы. Пишем буквы. Зимние забавы детей. Игрушки. Пишем буквы.</p>	<p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (первый вариант без хлопка). Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью массажного мячика; «Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь» («Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - повторить + закрытые глаза). Расслабление: «Потянулись-сломались»/ «Куклы».</p> <p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (первый вариант без хлопка).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью массажного мячика; «Ушки».</p> <p>«Точки здоровья»: точка «ума» (находится между бровей), точка «бодрости» (кончик носа).</p> <p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь» («Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык).</p> <p>Расслабление: «Потянулись-сломались»/ «Куклы».</p> <p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (первый вариант без хлопка).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью массажного мячика; «Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p>

		<p>Упражнения: «Кулак-ребро-ладонь» («Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - закрытые глаза + легко прикушенный язык).</p> <p>Расслабление: «Потянулись-сломались»/ «Куклы».</p>
<p><b>Февраль</b></p>	<p><b>Животные Севера</b>  «Волшебные обводилки» (листок располагается вертикально на магнитной доске; калька прикрепляется к рисунку; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, копирует рисунок фломастера ми. Животные жарких стран.  «Волшебные обводилки» (листок располагается вертикально на магнитной доске; калька прикрепляется к рисунку; ребенок, стоя на расстоянии вытянутой руки, копирует рисунок фломастера ми «Закраши вание»  Поздравляе м наших пап.  «Рисование по клеточкам» - графический диктант.  Профессии людей.  «Рисование по клеточкам» - графический диктант.</p>	<p>Разминка «Растяжки для ног».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (второй вариант с хлопком).</p> <p>Массаж/само массаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью массажного мячика; «Ушки».</p> <p>«Точки здоровья»: точка «ума», точка «бодрости», точка «рыцарская» (впадина у основания шеи).</p> <p>Упражнения: («Кулак-ребро-ладонь», «Колечки», «Зеркальце и полочка», «Лезгинка», «Ладонь-кулак», «Лягушка» - повторять или все выученные или на выбор; закрытые глаза + легко прикушенный язык). Расслабление: «Поза покоя».</p> <p>Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (второй вариант с хлопком).</p> <p>Массаж/само массаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью толстой веревки; «Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p> <p>Упражнения: (повторять все выученные, закрытые глаза + легко прикушенный язык).</p> <p>Расслабление: «Поза покоя». Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (второй вариант с хлопком).</p> <p>Массаж/само массаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью толстой веревки; «Ушки».</p>

		<p>«Точки здоровья».</p> <p>Упражнения:(повторять все выученные; закрытые глаза + легко прикушенный язык).</p> <p>Расслабление: «Поза покоя». Разминка «Сбросим усталость».</p> <p>Ритмирование: «Ушко-носик» (второй вариант с хлопком).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью толстой веревки;</p> <p>«Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p> <p>Упражнения:(повторять все выученные, закрытые глаза + легко прикушенный язык/на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»).</p> <p>Расслабление: «Поза покоя».</p>
--	--	---

<p><b><u>Март</u></b></p>	<p>Пришла весна.«Рисование по клеточкам» -графический диктант.Мамин праздник. «Рисование по клеточкам» -графический диктант. Бытовые электроприборы «Рисование по клеточкам» - графический диктант. Помагаем маме. «Рисование по клеточкам» - графический диктант</p>	<p>Разминка «Сбросим усталость». Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью толстой веревки; «Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p> <p>«Мытье головы».</p> <p>Упражнения:(повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»).</p> <p>Расслабление: «Дракон» Разминка «Дракон».</p> <p>Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью шарика «суджок»; «Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p> <p>«Мытье головы».</p> <p>Упражнения:(повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»).</p> <p>Расслабление: «Дракон» Разминка «Дракон».</p> <p>Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук,</p>

		<p>фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью шарика «суджок»;</p> <p>«Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p> <p>«Мытье головы».</p> <p>Упражнения:(повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве»).</p> <p>Расслабление: «Дракон» Разминка</p> <p>«Дракон».Ритмирование: «Здравствуйте, ушки!».</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук, фаланг пальцев; «ручки замерзли», «расческа»; «прыгают зайчики», «мишка ходит»; «силовое» мытье, пожатие рук; с помощью шарика «суджок»;</p> <p>«Ушки».</p> <p>«Точки здоровья».</p> <p>«Мытье головы».</p> <p>Упражнения:(повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Расслабление: «Дракон»</p>
--	--	--

<p><b>Апрель</b></p>	<p>Любимые герои. «Рисование по клеточкам» - графический диктант.</p> <p>Космос. «Рисование по клеточкам» - графический диктант.</p> <p>Городской транспорт. «Рисование по клеточкам» - графический диктант.</p> <p>Домашние птицы. «Рисование по клеточкам» - графический диктант.</p>	<p>Разминка (любое из выученных упражнение по желанию). Ритмирование: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук (с помощью шарика «суджок»), ушей, «точек здоровья», головы.</p> <p>Упражнения: (повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Расслабление: (любое упражнение из выученных по желанию). Разминка (любое из выученных упражнение по желанию).</p> <p>Ритмирование: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук (с помощью шарика «суджок»), ушей, «точек здоровья», головы.</p> <p>Упражнения: (повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Расслабление: (любое упражнение из выученных по желанию). Разминка (любое из выученных упражнение по желанию).</p> <p>Ритмирование: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук (с помощью шарика «суджок»), ушей, «точек здоровья», головы.</p> <p>Упражнения: (повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Расслабление: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Разминка (любое из выученных упражнение по желанию). Ритмирование: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук (с помощью шарика</p>
----------------------	---	--

		<p>«суджок»), ушей, «точек здоровья», головы.</p> <p>Упражнения: (повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Расслабление: (любое упражнение из выученных по желанию).</p>
--	--	---

<p><b><u>Май</u></b></p>	<p><b>Цветы.</b>          Бабочки.          «Рисование по клеточкам» - графический диктант.</p> <p>Кто где живёт.          «Рисование по клеточкам» - графический диктант. Любимые герои.          «Рисование по клеточкам» - графический диктант.</p>	<p>Разминка (любое из выученных упражнение по желанию). Ритмирование: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук (с помощью шарика «суджок»), ушей, «точек здоровья», головы.</p> <p>Упражнения: (повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Расслабление: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Разминка (любое из выученных упражнение по желанию). Ритмирование: (любое упражнение из выученных по желанию).</p> <p>Массаж/самомассаж: подушечек пальцев и рук (с помощью шарика «суджок»), ушей, «точек здоровья», головы.</p> <p>Упражнения: (повторять все выученные, на каждое движение пальцем или рукой вслух произносить «хве» и «фи», чередуя их).</p> <p>Расслабление: (любое упражнение из выученных по желанию).</p>
--------------------------	--	---

**Календарно - тематическое планирование коррекционно-развивающих занятий**  
**Формирование мышления**  
 1 час в неделю. Педагог-психолог.

Дата	Содержание деятельности	Оборудование
<b>Учебный план реализуется за 37 занятий</b>		
<b><u>Сентябрь</u></b>	Формирование умения воспринимать изображённую на картинке ситуацию как целостную.	Сюжетная картинка
	Установление связи между предметами, изображёнными на картинке.	Сюжетная картинка
	Формирование умения группировать картинки	8 парных картинок
	Установление причинно-следственных связей между предметами, объектами и явлениями, изображёнными на картинках.	2 сюжетные картинки
<b><u>Октябрь</u></b>	Логическая последовательность при раскладывании картинок.	Сюжетные картинки
	Сюжеты со скрытым смыслом.	Сюжетная картинка
	Формирование обобщённых представлений о свойствах и качествах предметов.	10 карточек, разделённых пополам и окрашенных в два цвета, 10 цветных картинок с рисунками.
	Овладение действиями замещения.	Набор картинок, 10 полосок бумаги с различными значками, 6 полосок бумаги с различными формами
	Формирование умения группировать картинки	8 парных картинок
<b><u>Ноябрь</u></b>	Ориентировка в	Макет кукольной комнаты, 3-4 предмета кукольной

	пространстве.	мебели, геометрические фигуры, лист бумаги.
	Формирование умений находить предмет по словесному описанию.	Две большие картинки: двор и лес, трафареты животных, конверты
	Выбор сюжетной картинки по словесному описанию.	Две сюжетных картинки
	Сопоставление словесного текста с соответствующей иллюстрацией.	Четыре сюжетные картинки
<b>Декабрь</b>	Формирование умений выполнять классификацию	Картинки с изображением транспорта, посуды, мебели (8 штук). Восемь пар картинок (в ед. и мн. числе).
	Группировка предметов (картинок).	
	Настольные игры «Подбери недостающую картинку»	Приложение
	Словесные игры	«Что круглое, а что овальное?» «Летает – не летает» «Съедобное - несъедобное» «Живое - неживое» «Что вверху – что внизу?» «Что бывает сладким?» «Отвечай быстро» «Чем похожи?»
	Игры на исключение четвёртой «лишней» картинки.	Матрёшка, неваляшка, чашка, кукла. Стол, диван, цветок, стул. Ромашка, заяц, одуванчик, василёк. Волк, ворона, собака, лиса. Лошадь, автобус, трамвай, троллейбус.
	Формирование умения группировать картинки	8 парных картинок
<b>Январь</b>	Игры на исключение четвёртого «лишнего» слова.	Сравнение слов по слоговому составу. Кот, дом, нос, машина. Лягушка, бабушка, уточка, кот. Барабан, кран, машина, малина.
	Формирование умений выполнять систематизацию.	
	Учить раскладывать изображения предметов в определённой последовательности, ориентируясь на качество предметов.	Наборы карточек
<b>Февраль</b>	Формирование	«Что перепутал художник?» Две сюжетные картинки

	понимания скрытого смысла.	
	Формирование умения воспринимать изображённую на картинке ситуацию как целостную.	Сюжетная картинка

	24. Установление связи между предметами, изображёнными на картинке.	Сюжетная картинка
	Формирование умения группировать картинки	8 парных картинок
<b><u>Март</u></b>	Установление причинно-следственных связей между предметами, объектами и явлениями, изображёнными на картинках.	2 сюжетные картинки
	Логическая последовательность при раскладывании картинок.	Сюжетные картинки
	Сюжеты со скрытым смыслом.	Сюжетная картинка
	Формирование обобщённых представлений о свойствах и качествах предметов.	10 карточек, разделённых пополам и окрашенных в два цвета, 10 цветных картинок с рисунками.
<b><u>Апрель</u></b>	Овладение действиями замещения.	Набор картинок, 10 полосок бумаги с различными значками, 6 полосок бумаги с различными формами
	Ориентировка в пространстве.	Макет кукольной комнаты, 3-4 предмета кукольной мебели, геометрические фигуры, лист бумаги.
	Формирование умений находить предмет по словесному описанию.	Две большие картинки: двор и лес, трафареты животных, конверты
	Выбор сюжетной картинки по словесному описанию.	Две сюжетных картинки
	Сопоставление словесного текста с соответствующей иллюстрацией.	Четыре сюжетные картинки
<b><u>Май</u></b>	Формирование умений выполнять классификацию	Картинки с изображением транспорта, посуды, мебели (8 штук). Восемь пар картинок (в ед. и мн. числе).
	Группировка предметов (картинок).	
	Настольные игры «Подбери недостающую картинку»	Приложение
	Словесные игры	По выбору

	Закрепление пройденного материала	Закрепление пройденного материала
--	-----------------------------------	-----------------------------------

Содержание коррекционной работы  
учителя-логопеда

Период	Содержание работы
Сентябрь	Обследование состояния речи.
I период (Октябрь, Ноябрь)	<p>Развитие понимания речи;                      игры на развитие мелкой моторики, пальчиковая гимнастика;                      игры на развитие речевого дыхания;                      игры на развитие слухового внимания и восприятия (на материале неречевых звуков);                      игры на развитие зрительного внимания;                      артикуляционная гимнастика;                      расширение и уточнение словарного запаса в рамках лексических тем I периода;                      обучение пониманию смысла сюжетных картинок;                      преодоление речевого негативизма, вызывание желания говорить;                      формирование слоговой структуры слова;                      формирование и совершенствование грамматического строя речи;                      развитие просодической стороны речи.</p>
II период (декабрь, январь*, февраль)	<p>*Промежуточное обследование состояния речи;                      активизация движений речевого аппарата;                      развитие высоты и силы голоса;                      воспитание слухового внимания при слушании тихо и громко звучащих игрушек, тихой и громкой речи;                      развитие внимания к ритмической основе, слоговой структуре слова;                      пение гласных звуков (а, о, у, и, э), их слияний, слогов с согласными звуками (м, п, б, д, т, н, мь, пь, бь, дь, ть, нь), звукоподражаний;                      развитие интонационной выразительности речи;                      воспитание умеренного темпа речи;                      формирование умения различать гласные звуки (а, у, о, и, ы, э);                      расширение пассивного и активного словаря в рамках лексических тем II периода,                      введение в речь наречий, местоимений, простых предлогов <i>в, на, под</i>;                      усвоение и понимание глагольного словаря;                      развитие грамматического строя речи;                      формирование фразы с прямым дополнением;</p>

<p>III периода (Март, апрель, май)</p>	<p>Развитие артикуляционной и мелкой моторики;  различение не речевых сигналов, близких по звучанию;  развитие чувства темпа и ритма;  воспитание слухоречевой памяти;  развитие интонационной выразительности, ритмичности речи, модуляции голоса;  формирование умения воспроизводить гласные звуки на основе восприятия беззвучной артикуляции;  формирование умения различать гласные звуки (а, у, о, и, ы, э) и некоторых согласных звуков (м, п, б, д, т, в, ф) по принципу контраста;  различение существительных, сходных по звучанию и отличающихся одним звуком;  прохлопывание, отстукивание слогов в словах с определённой звуко-слоговой структурой;  расширение словарного запаса по лексическим темам III периода;  различение глаголов, противоположных по значению;  различение глаголов прошедшего времени по родам;  Обогащение активного словаря наречиями, обозначающими местонахождение предметов, сравнение, количество, оценку действий, ощущения;  развитие грамматического строя речи;  развитие умения передавать; содержание знакомой сказки по серии картин с помощью логопеда.</p>
--	--

**Планирование работы с детьми для детей с системным недоразвитием речи при ЗПР**

**Примерное годовое планирование**

<p>1 — 26 сентября</p>	<p>Первичное обследование состояния речи.</p>
<p>29 сентября — 28 ноября</p>	<p><b>Развитие слухового внимания.</b>  Игры с музыкальными инструментами, на музыкальных инструментах, игры с крупами, пуговицами, бросовым материалом. (Что звучит? Где звучит? Выбери что звучало? Что не звучало?)  Где позвонили? Скажи, выбери или покажи, что ты слышишь? Тихо громко? Продавец и покупатель Найди игрушку, Где звенит, Где постучали?, Жмурки с колокольчиком, голосом, Встречайте гостей и т.д  <b>Развитие слухового внимания (звуки речи)</b>  Игры «Присядь, когда услышишь?» «Хлопни</p>

	когда услышишь?», и т.д Развитие мелкой и артикуляционной моторики. Развитие речевого дыхания. Расширение словарного запаса. Развитие просодической стороны речи. Формирование грамматического строя речи.
1 декабря — 28 февраля	Развитие слухового внимания и восприятия. Развитие речевого дыхания. Развитие мелкой и артикуляционной моторики. Расширение и уточнение словарного запаса. Развитие просодической стороны речи. Развитие грамматического строя речи. Формирование связной речи.
12 — 23 января	Промежуточное обследование состояния речи
2 марта — 30 мая	Развитие фонематического восприятия. Развитие речевого дыхания. Развитие мелкой и артикуляционной моторики. Расширение и уточнение словарного запаса. Развитие просодической стороны речи. Совершенствование грамматического строя речи. Развитие связной речи.
1 — 12 июня	Итоговое обследование состояния речи

**Календарно-тематическое планирование**  
**Дети с ТНР**  
**тема «Звукопроизношение»**

Месяц	Неделя	Тема занятия
Сентябрь	1 — 4 неделя	Первичное обследование состояния речи
	3 неделя	Артикуляционная и пальчиковая гимнастика. Звук А
	4 неделя	Артикуляционная и пальчиковая гимнастика. Звук У
Ноябрь	1 неделя	Артикуляционная и пальчиковая гимнастика. Звук И
	2 неделя	Артикуляционная и пальчиковая гимнастика. Звук О
	3 неделя	Звук Э
	4 неделя	Звук Ы
Декабрь	1 неделя	Звук М-МЬ
	2 неделя	Звук П -ПЬ

	3 неделя	Звук Б-БЬ
	4 неделя	Звук Ф-ФЬ
Январь	3 неделя 4 неделя	Промежуточное обследование состояния речи
Февраль	3-4 неделя	Звук В-ВЬ
	1 неделя	Звук Т-ТЬ
	2 неделя	Звук Д-ДЬ
	3 неделя-4 неделя	Звук Н-НЬ
Март	1-2 неделя	Звук С-СЬ
	3 неделя	Звук З-ЗЬ
	4 неделя	Звук Ш
Апрель	1 -2 неделя	Звук Ж
	3-4 неделя	Звук Л-ЛЬ
Май	1 неделя	Звук Р
	2 неделя	Звук Р
	3 неделя 4 неделя	Итоговое обследование состояния речи

Календарно – тематическое планирование педагога-психолога  
коррекционно-развивающей работы

Тема	Цель	Содержание непосредственно образовательной деятельности	Время проведения
<p><b>Занятие № 1.</b></p>	<p>1. Развитие зрительного восприятия (форма, величина). 2. Закрепление словесного обозначения величин и навыков счета. 3. Развитие мышления, навыков конструирования по образцу. 4. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса, развитие умения пользоваться фразовой речью при ответах на вопросы). 5. Развитие внимания и памяти. 6. Совершенствование навыков общения. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с Белочкой.</li> <li>Упражнение «Комплименты»</li> <li>• Упражнение «Узнай, кто спрятался?»</li> <li>• Упр. «Большой круг – маленький круг»</li> <li>• Упр. с матрешкой</li> <li>• Конструирование по образцу</li> <li>• Упр. «Кто в домике живет?»</li> <li>• Игра «По порядку становись»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>Рефлексия.</li> </ul>	<p>1 неделя октября</p>
<p><b>Занятие №2.</b></p>	<p>1. Развитие зрительного восприятия (цвет, величина). 2. Развитие мышления (группировка предметов по цвету и величине). 3. Развитие речи</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Разноцветные карандаши»</li> <li>• Упр. «Угадай, кто спрятался»</li> <li>• Динамическая пауза</li> </ul>	<p>2 неделя октября</p>

	<p>(активизация и обогащение словарного запаса, упражнение в согласовании прилагательных с существительными, развитие умения задавать вопросы и отвечать на них).</p> <p>4. Развитие внимания и памяти.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим, развитие эмпатии.</p>	<p>«Гномы-великаны»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровая мотивация «Маленькие волшебники»</li> <li>• Раскрашивание по образцу</li> <li>• Упр. «Коробки с карандашами»</li> <li>• Аплодисменты для друга</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> </ul> <p>Рефлексия</p>	
<p><b>Занятие №3</b></p>	<p>1. Развитие зрительного восприятия (величина, цвет, форма).</p> <p>2. Закрепление навыков счета.</p> <p>3. Развитие мышления и воображения.</p> <p>4. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса, совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>5. Развитие целенаправленного внимания и зрительной памяти.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем – собачкой Жучкой.</li> <li>• Упр. «Что бывает круглым?», «Что бывает желтым?»</li> <li>• Упр. «Дружно в ряд» - выстраивание сериационного ряда геометрических фигур – персонажей (по образцу)</li> <li>• Упр. «Слушай внимательно»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> </ul> <p>Рефлексия</p>	<p>3 неделя октября</p>

	<p>6. Развитие мелкой моторики.</p> <p>7. Совершенствование навыков общения.</p> <p>Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>		
<b>Занятие №4.</b>	<p>1. Развитие внимания и восприятия.</p> <p>2. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса по теме «Домашние и дикие животные», совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>3. Развитие мелкой моторики.</p> <p>4. Развитие умения согласовывать свои действия с действиями взрослого.</p> <p>5. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем – Белкой и бельчонком.</li> <li>• Упр. «Найди одинаковые предметы»</li> <li>• Упр. «Кто где живет?»</li> <li>• Упр. «Две собачки»</li> <li>• Игра «Зеркало»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	4 неделя октября
<b>Занятие №5.</b>	<p>1. Развитие зрительной и слуховой памяти.</p> <p>2. Развитие мышления (классификация).</p> <p>3. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем – собачкой Жучкой.</li> <li>• Упр. «Картинки - Запоминалки»</li> <li>• Упр. «Какой предмет лишний?»</li> <li>• Упр. «Накорми домашних</li> </ul>	1 неделя ноября

	<p>совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>4. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Совершенствование навыков общения.</p> <p>Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>животных»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	
<b>Занятие № 6.</b>	<p>1. Развитие восприятия (форма).</p> <p>2. Развитие внимания и памяти.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие навыков счета.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование навыков общения.</p> <p>Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>4. Встреча с игровыми персонажами.</p> <p>5. Упр. «Я знаю, что бывает круглым»</p> <p>6. Упр. «Рисуем фигуры»</p> <p>7. Упр. «Пирамидки»</p> <p>8. Ритуал окончания занятия.</p> <p>9. Рефлексия</p>	2 неделя ноября
<b>Занятие № 7.</b>	<p>1. Развитие зрительного и тактильного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания, памяти, мышления.</p> <p>3. Развитие навыков счета.</p> <p>4. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса, совершенствование</p>	<p>6. Встреча с игровым персонажем.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упр. «Когда это бывает?»</li> <li>• Упр. «Узнай, назови, покажи»</li> <li>• Упр. «Помоги рыбкам»</li> <li>• Упр. «Пушистый – гладкий»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	3 неделя ноября

	<p>грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование навыков общения.</p> <p>Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>		
<p><b>Занятие № 8.</b></p>	<p>1. Развитие восприятия (цвет, форма, величина).</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие мышления и зрительно-двигательной координации.</p> <p>4. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса, совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование навыков общения.</p> <p>Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>4. Встреча с игровым персонажем.</p> <p>5. Упр. «Расскажи какая? (приметы времени года)»</p> <p>6. Упр. «Цветные кубики»</p> <p>7. Упр. «Горячий, холодный, теплый»</p> <p>8. Упр. «Собери целое»</p> <p>9. Упражнение «Домики»</p> <p>10. Ритуал окончания занятия.</p> <p>11. Рефлексия</p>	<p>4 неделя ноября</p>
<p><b>Занятие № 9.</b></p>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие зрительной памяти.</p>	<p>6. Встреча с игровым персонажем.</p> <p>7. Упр. «Когда это бывает?»</p> <p>8. Упр. «Загадки - отгадки»</p> <p>9. Упр. «Что изменилось?»</p> <p>10. Упр. «Сделай по</p>	<p>1 неделя декабря</p>

	<p>4. Развитие речи и мышления.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование коммуникативных навыков. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>образцу»</p> <p>11. Упр. «Найди отличия»</p> <p>12. Упр. Четвертый лишний»</p> <p>13. Динамическая пауза</p> <p>14. Ритуал окончания занятия.</p> <p>15. Рефлексия</p>	
<b>Занятие № 10</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Совершенствование невербальных средств общения.</p> <p>6. Воспитание нравственно-волевых качеств.</p>	<p>6. Встреча с игровым персонажем.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упр. «Когда это бывает»</li> <li>• Упр. «Паровоз с вагончиками»</li> <li>• Упр. «Соедини линиями одинаковые рисунки»</li> <li>• Игра «Паровозик»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	2 неделя декабря
<b>Занятие № 11</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие зрительной памяти.</p> <p>4. Развитие речи и мышления.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Развитие эмоциональной сферы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Времена года – месяцы»</li> <li>• Рисование по образцу</li> <li>• Упр. «Предмет, который мне нравится»</li> <li>• Игра «Кто летает?»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	3 неделя декабря

	7. Совершенствование коммуникативных навыков.		
<b>Занятие № 12</b>	<p>1. Развитие восприятия и воображения.</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Развитие эмоциональной сферы.</p> <p>6. Совершенствование коммуникативных навыков.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Предмет, который мне нравится»</li> <li>• Упр. «Горячий, холодный, теплый»</li> <li>• Игра «Кто самый внимательный?»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	1 неделя января
<b>Занятие № 13</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и памяти.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Развитие способности эффективно взаимодействовать в общении, совершенствование творческих способностей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Прятки с матрешками»</li> <li>• Упр. «Найди отличия»</li> <li>• Упр. «Фигуры и предметы – найди похожие»</li> </ul> <p>Ритуал окончания занятия.</p> <p>Рефлексия</p>	2 неделя января
<b>Занятие № 14</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и памяти!</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p>	<p>Встреча с игровым персонажем.</p> <p>Упр. «Запомни и нарисуй»</p> <p>Упр. «Классификация фигур»</p> <p>Упр. «Четвертый лишний»</p>	3 неделя января

	<p>4. Развитие общей и мелкой историкки.</p> <p>5. Совершенствование коммуникативных навыков, воспитание волевых качеств.</p>	<p>Упр. «Мамы и детки»</p> <p>Динамическая пауза</p> <p>«Замри!»</p> <p>Ритуал окончания занятия.</p> <p>Рефлексия</p>	
<b>Занятие № 15</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и воображения.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие интереса к партнерам по общению, воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>Встреча с игровым персонажем.</p> <p>Упр. «Фигуры и предметы»</p> <p>Упр. «Времена года»</p> <p>Игра «Отгадай, чей голосок»</p> <p>Ритуал окончания занятия.</p> <p>Рефлексия</p>	4 неделя января
<b>Занятие № 16</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и памяти.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой историкки.</p> <p>5. Развитие интереса к партнерам по общению, воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>Встреча с игровым персонажем.</p> <p>Упр. «Что мы делаем с утра?»</p> <p>Упр. «Части суток»</p> <p>Упр. «Рисуем по – порядку»</p> <p>Игра «Отгадай, чей голосок»</p> <p>Ритуал окончания занятия.</p> <p>Рефлексия</p>	1 неделя февраля
<b>Занятие № 17</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и памяти!</p>	<p>Встреча с игровым персонажем.</p> <p>Подвижная игра «Паровозик дружбы».</p>	2 неделя февраля

	<p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой историк.</p> <p>5. Совершенствование коммуникативных навыков, воспитание волевых качеств.</p>	<p>Задание «Прятки».</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p> <p>«Дружба».</p> <p>Задание «Пирамидка».</p> <p>Игра «Раздувайся, пузырь».</p> <p>Рефлексия.</p>	
<b>Занятие №18.</b>	<p>1. Развитие внимания и восприятия.</p> <p>2. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса по теме «Домашние и дикие животные», совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>3. Развитие мелкой моторики.</p> <p>4. Развитие умения согласовывать свои действия с действиями взрослого.</p> <p>5. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем – Белкой и бельчонком.»</li> <li>• Упр. «Найди одинаковые предметы»</li> <li>• Упр. «Кто где живет?»</li> <li>• Упр. «Две собачки»</li> <li>• Игра «Зеркало»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	3 неделя февраля
<b>Занятие №19</b>	<p>1. Развитие зрительной и слуховой памяти.</p> <p>2. Развитие мышления (классификация).</p> <p>3. Развитие речи (активизация и обогащение словарного</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем – собачкой Жучкой.</li> <li>• Упр. «Картинки - Запоминалки»</li> <li>• Упр. «Какой предмет лишний?»</li> </ul>	4 неделя февраля

	<p>запаса, совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>4. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Совершенствование навыков общения. Воспитание доброже- лательного отношения к окружающим.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упр. «Накорми домашних животных»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	
<b>Занятие № 20</b>	<p>1. Развитие восприятия (форма).</p> <p>2. Развитие внимания и памяти.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие навыков счета.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование навыков общения. Воспитание доброже- лательного отношения к окружающим.</p>	<p>10. Встреча с игровыми персонажами.</p> <p>11. Упр. «Я знаю, что бывает круглым»</p> <p>12. Упр. «Рисуем фигуры»</p> <p>13. Упр. «Пирамидки»</p> <p>14. Ритуал окончания занятия.</p> <p>15. Рефлексия</p>	1 неделя марта
<b>Занятие № 21</b>	<p>1. Развитие зрительного и тактильного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания, памяти, мышления.</p> <p>3. Развитие навыков счета.</p> <p>4. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса,</p>	<p>7. Встреча с игровым персонажем.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упр. «Когда это бывает?»</li> <li>• Упр. «Узнай, назови, покажи»</li> <li>• Упр. «Помоги рыбкам»</li> <li>• Упр. «Пушистый – гладкий»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	2 неделя марта

	<p>совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование навыков общения. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>		
<b>Занятие № 22</b>	<p>1. Развитие восприятия (цвет, форма, величина).</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие мышления и зрительно-двигательной координации.</p> <p>4. Развитие речи (активизация и обогащение словарного запаса, совершенствование грамматического строя, развитие связной речи).</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование навыков общения. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>12. Встреча с игровым персонажем.</p> <p>13. Упр. «Расскажи какая? (приметы времени года)»</p> <p>14. Упр. «Цветные кубики»</p> <p>15. Упр. «Горячий, холодный, теплый»</p> <p>16. Упр. «Собери целое»</p> <p>17. Упражнение «Домики»</p> <p>18. Ритуал окончания занятия.</p> <p>19. Рефлексия</p>	3 неделя марта
<b>Занятие № 23</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие зрительной</p>	<p>16. Встреча с игровым персонажем.</p> <p>17. Упр. «Когда это бывает?»</p> <p>18. Упр. «Что изменилось?»</p>	4 неделя марта

	<p>памяти.</p> <p>4. Развитие речи и мышления.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Совершенствование коммуникативных навыков. Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<p>19. Упр. «Найди отличия»</p> <p>20. Упр. Четвертый лишний»</p> <p>21. Ритуал окончания занятия.</p> <p>22. Рефлексия</p>	
<b>Занятие № 24</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>5. Совершенствование невербальных средств общения.</p> <p>6. Воспитание нравственно-волевых качеств.</p>	<p>7. Встреча с игровым персонажем.</p> <p>Упр. «Когда это бывает?»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Упр. «Рисуем по точкам»</li> <li>• Упр. «Паровоз с вагончиками»</li> <li>• Упр. «Соедини линиями одинаковые рисунки»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> </ul> <p>Рефлексия</p>	1 неделя апреля
<b>Занятие № 25</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и наблюдательности.</p> <p>3. Развитие зрительной памяти.</p> <p>4. Развитие речи и мышления.</p> <p>5. Развитие общей и мелкой моторики.</p> <p>6. Развитие</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Времена года – месяцы»</li> <li>• Рисование по образцу</li> <li>• Упр. «Игрушки – запоминалки»</li> <li>• Игра «Кто летает?»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	2 неделя апреля

	эмоциональной сферы. 7. Совершенствование коммуникативных навыков.		
<b>Занятие № 26</b>	1. Развитие восприятия и воображения. 2. Развитие внимания и наблюдательности. 3. Развитие речи и мышления. 4. Развитие общей и мелкой моторики. 5. Развитие эмоциональной сферы. 6. Совершенствование коммуникативных навыков.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Горячий, холодный, теплый»</li> <li>• Упр. «Прилетели птицы»</li> <li>• Игра «Кто самый внимательный?»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	3 неделя апреля
<b>Занятие № 27</b>	1. Развитие слухового и зрительного восприятия. 2. Развитие внимания и памяти. 3. Развитие речи и мышления. 4. Развитие общей и мелкой моторики. 5. Развитие способности эффективно взаимодействовать в общении, совершенствование творческих способностей.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Паровозик дружбы»</li> <li>• Упр. «На что похоже»</li> <li>• Упр. «Фигуры и предметы – найди похожие»</li> <li>• Упр. «Кто самый внимательный?»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	4 неделя апреля
<b>Занятие № 28</b>	1. Развитие слухового и зрительного восприятия. 2. Развитие внимания и памяти! 3. Развитие речи и	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Нарисуй также»</li> <li>• Упр. «Классификация фигур»</li> </ul>	1 неделя мая

	<p>мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой истории.</p> <p>5. Совершенствование коммуникативных навыков, воспитание волевых качеств.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упр. «Четвертый лишний»</li> <li>• Упр. «Мамы и детки»</li> <li>• Динамическая пауза «Замри!»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	
<b>Занятие № 29</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и воображения.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие интереса к партнерам по общению, воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Фигуры и предметы»</li> <li>• Упр. «Какое время года»</li> <li>• Игра «Отгадай, чей голосок»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	2 неделя мая
<b>Занятие № 30</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и памяти.</p> <p>3. Развитие речи и мышления.</p> <p>4. Развитие общей и мелкой истории.</p> <p>5. Развитие интереса к партнерам по общению, воспитание доброжелательного отношения к окружающим.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Части суток»</li> <li>• Упр. «Рисуем по – порядку»</li> <li>• Игра «Летает не летат»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> <li>• Рефлексия</li> </ul>	3 неделя мая
<b>Занятие № 31</b>	<p>1. Развитие слухового и зрительного восприятия.</p> <p>2. Развитие внимания и</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Встреча с игровым персонажем.</li> <li>• Упр. «Паровозик дружбы»</li> </ul>	4 неделя мая

	наблюдательности. 3. Развитие зрительной памяти. 4. Развитие речи и мышления. 5. Развитие общей и мелкой моторики. 6. Развитие эмоциональной сферы. 7. Совершенствование коммуникативных навыков.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упр. «Чья тень»</li> <li>• Упр. «Домашние и перелетные птицы»</li> <li>• Упр. «Кто самый внимательный?»</li> <li>• Ритуал окончания занятия.</li> </ul> Рефлексия	
--	--	--	--

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Лечебная физкультура для детей с ОВЗ**

У детей, с которыми я работаю, ограниченные возможности здоровья, (ОВЗ) а именно ДЦП, нарушение слуха, нарушение зрения, нарушение интеллекта, дети с ЗПР, с сочетанным дефектом, что требует коррекционной, индивидуальной работы с ними.

**Дети с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья)** – это дети, имеющие недостатки в физическом и (или) психическом развитии.

Работа по лечебной физкультуре направлена на создание в учреждении специальных условий воспитания, обучения, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Разработаны комплексы упражнений с учетом физических особенностей детей, их заболеваний, рекомендаций ПМПК.

**Лечебная физкультура (ЛФК)** — это система применения самых разнообразных средств физических упражнений - ходьба пешком, на лыжах, плавание, бег, игры, утренняя гимнастика и проч., - т. е. мышечных движений, являющихся стимулятором жизненных функций человека.

**Лечебная физическая культура** – самостоятельная научная дисциплина, использующая для лечения и профилактики различных заболеваний средства физической культуры.

В основе лечебного действия физических упражнений лежит систематическая, строго регламентированная тренировка, которая кроме местного воздействия на отдельные органы и системы оказывает на весь организм в целом, в связи с чем повышается общая устойчивость больного к неблагоприятным факторам, изменяются его реактивные свойства.

Особенностью физических упражнений, применяемых с лечебной целью, является их лечебная и педагогическая направленность. При этом учитывается несомненное воздействие нервной системы на возникновение и протекание патологических процессов, что приводит к необходимости назначения комплексного лечения, в котором среди других мероприятий общего лечебного характера одно из важнейших мест занимает лечебная физическая культура.

Лечебная физическая культура способствует более быстрому восстановлению

работоспособности после заболеваний, предохраняет от возникновения ряда патологических процессов. Лечебная физическая культура – является неотъемлемой частью реабилитационных мероприятий, для учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

В процессе обучения рекомендуется использовать такие методы обучения как: словесный, практический метод и метод наглядного восприятия. В практической части занятий целесообразным является использование различных способов выполнения упражнений (поточный, поочередный и одновременный). Основными формами организации занятий в целом являются: групповая, индивидуальная и фронтальная.

## ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА

Основная форма ЛФК — лечебная гимнастика — это метод лечения и, следовательно, должна применяться строго индивидуально, по назначению и под контролем врача.

Показания к ЛФК весьма обширны. Она может обеспечить наиболее эффективный процесс лечения и может способствовать восстановлению всех функций организма после того, как лечение закончено. Причем и в профилактике, и в лечении, и в реабилитации ЛФК действует и прямо, и опосредовано, одновременно оказывая положительное воздействие на многие другие системы и функции организма.

Одной из разновидностей лечебной гимнастики является корригирующая гимнастика, которая проводится с целью укрепления мышц, суставов и связок и, как следствие, исправления некоторых дефектов опорно-двигательного аппарата и лечения их начальных форм: нарушения осанки, искривления позвоночника, плоскостопия и др..

Корригирующие упражнения при деформациях позвоночника назначают обязательно в сочетании с дыхательными упражнениями.

Также действует лечебная физкультура и на органы дыхания, сердечно-сосудистую систему и даже зрение. ЛФК помогает предотвратить воспаление легких в послеоперационный период у "лежачих" больных, нормализовать артериальное давление у гипертоников и гипотоников, обеспечить физическую подготовку к родам и послеродовое восстановление и вообще решить очень много так называемых женских проблем. Помочь при ожирении, подагре, сахарном диабете, астме. С помощью ЛФК можно повысить потенцию у мужчин, восстановить психо-эмоциональный комфорт и многое-многое другое. Физические упражнения способствуют более совершенному психофизическому развитию здоровых детей и используются в яслях, детских садах, домашних условиях.

## ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Физические упражнения — это естественные и специально подобранные движения, применяемые в ЛФК. Их отличие от обычных движений заключается в том, что они имеют целевую направленность и специально организованы для укрепления здоровья, восстановления нарушенных функций.

### **Физические упражнения:**

8. стимулируют обмен веществ, тканевой обмен, эндокринную систему;
9. повышая иммунобиологические свойства, ферментативную активность, способствуют устойчивости организма к заболеваниям;
10. положительно влияют на психоэмоциональную сферу, улучшая настроение;
11. оказывают на организм тонизирующее, трофическое, нормализующее влияние и формируют компенсаторные функции.

Занятия ЛФК оказывают лечебный эффект только при правильном, регулярном, длительном применении физических упражнений. В этих целях разработаны методика проведения занятий, показания и противопоказания к их применению, учет эффективности, гигиенические требования к местам занятий. Нагрузка должна быть оптимальной и соответствовать функциональным возможностям больного. Для дозировки нагрузки, следует принимать во внимание ряд факторов, которые влияют на величину нагрузки, увеличивая или уменьшая ее.

3. Физические упражнения выполняют после их объяснения или показа. У больных пожилого возраста, с органическими поражениями ЦНС следует сочетать показ и словесное объяснение упражнений. Во время занятий должна быть спокойная обстановка, больного не должны отвлекать посторонние разговоры и иные раздражители.
4. Физические упражнения не должны усиливать болевых ощущений, так как боль рефлекторно вызывает спазм сосудов, скованность движений. Упражнения, вызывающие боль, следует проводить после предварительного расслабления мышц, в момент выдоха, в оптимальных исходных положениях. С первых дней занятий больного следует обучать правильному дыханию и умению расслаблять мышцы. Расслабление легче достигается после энергичного мышечного напряжения. При односторонних поражениях конечностей обучение расслаблению начинают со здоровой конечности. Музыкальное сопровождение занятий повышает их эффективность.

### **ПОКАЗАНИЯ, ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ И ФАКТОРЫ РИСКА В ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЕ**

ЛФК, как и массаж, широко применяются в комплексе с другими методами при заболеваниях и травмах, а также могут являться самостоятельными методами лечения многих хронических заболеваний и последствий травм: при параличах, парезах, искривлениях позвоночника, эмфиземе, последствиях перелома костей и др. Лечебная физкультура — показана в любом возрасте почти при всех заболеваниях, травмах и их последствиях.

#### **Общие противопоказания к проведению ЛФК**

16. острые инфекционные и воспалительные заболевания с высокой температурой тела и общей интоксикацией;
17. острый период заболевания и его прогрессирующее течение;
18. злокачественные новообразования до их радикального лечения, злокачественные новообразования с метастазами;
19. острые нарушения коронарного и мозгового кровообращения;
20. острые тромбозы и эмболии;
21. нарастание сердечно-сосудистой недостаточности с декомпенсацией кровообращения и дыхания;
22. кровотечения;
23. общее тяжелое состояние больного;
24. значительно выраженный болевой синдром;
25. отрицательная динамика ЭКГ, свидетельствующая об ухудшении коронарного кровообращения;

#### **Временные противопоказания к проведению ЛФК:**

4. обострение хронических заболеваний;
5. осложнение в течение заболевания;

6. сопутствующие заболевания инфекционного или воспалительного характера;
7. острые повреждения;
8. появление признаков, свидетельствующих о прогрессировании заболевания и ухудшении состояния больного;
9. сосудистый криз (гипертонический, гипотонический или при нормальном АД);
10. нарушение ритма сердечных сокращений: синусовая тахикардия (свыше 100 уд./мин), брадикардия (менее 50 уд./мин), приступ пароксизмальной или мерцательной аритмии, экстрасистолы с частотой более чем 1:10.

Осторожность следует соблюдать после переломов, чтобы не допустить возникновения ложного сустава, артроза. При аневризме грудной или брюшной аорты не следует применять упражнения с усилием, сопротивлением.

Упражнения лечебной физической культуры дают результаты только тогда, когда они проводятся систематически, длительно и непрерывно. Выполнять их необходимо в соответствии с методическими указаниями. Неправильное положение тела или неверное выполнение движений часто переносит нагрузку с мышц, которые необходимо тренировать, на другие мышечные группы.

Общеразвивающие упражнения и упражнения дыхательной гимнастики, упражнения на координацию движений, на выработку навыка правильной осанки применяют независимо от индивидуальных особенностей развития ребенка. Но при проведении занятий необходимо учитывать функциональные возможности организма учащихся, потому что в группе могут быть ученики различной физической подготовленности и физического развития. Поэтому с целью правильного дозирования нагрузки следует применять индивидуальный и дифференцированный подход в обучении.

Перед тем как приступать к самостоятельным занятиям дети должны уметь правильно выполнять упражнения. Это также является одной из главных задач лечебной физической культуры в начальных классах.

#### **Комплекс упражнений для профилактики и лечения начальных форм плоскостопия.**

20. И.П.- стоя, руки на пояс. 1-правая на носок, 2-на пятку, 3-на носок, 4-и.п. 5-6-то же с другой ноги.
21. И.П.- стоя, руки на пояс. 1-подняться на носки перекатом, 2-перекатом на пятки.
22. И.П.- стоя руки на пояс. Правое колено вперед, круговые движения стопой вправо и влево, то же с другой ноги.
23. И.П.- стоя на краю коврика. Зафиксировав пятки на месте, пальцами ног собирать коврик одновременно или поочередно.
24. Ходьба перекатом с пятки на носок.
25. Ходьба на носках, на пятках.
26. Ходьба на наружных сводах стопы.
27. Подскоки толчком двумя без максимальных усилий.
28. Подскоки поочередно без максимальных усилий.
29. Прыжки приставными шагами правым и левым боком без максимальных усилий.
30. Ходьба по гимнастической палке.
31. И.П.- сед в упоре сзади. 1-согнуть стопу, 2-разогнуть, одновременно.
32. И.П.- сед в упоре сзади. 1-согнуть стопы одновременно, 2- разогнуть одновременно.
33. И.П.- сед в упоре сзади. 1-одновременно развести пальцы ног «веером», 2- сжать в «кулачек».

34. И.П.- сед в упоре сзади. 1-правая нога пальцы «веером», 2- левая в «кулачек», 3-4-наоборот.
35. И.П.- сидя (стоя). Поворот стопы внутрь с оттягиванием носка, правая и левая поочередно.
36. И.П.- стоя на наружных сводах стоп. 1-подняться на носки, 2- вернуться в исходное положение.
37. И.П. стоя на наружных сводах стоп. 1-полуприсед, 2- вернуться в исходное положение.
38. И.П.- основная стойка, руки на пояс. 1-пальцы ног вверх, 2- вернуться в исходное положение.
39. И.П.- стоя носками вовнутрь, пятками наружу. 1- подняться на носки, 2- вернуться в исходное положение.
40. И.П.- ноги врозь, руки в стороны. 1- присесть на всей ступне, 2- вернуться в исходное положение.

#### **Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.**

23. И.П.- основная стойка. 1-руки вверх потянуться, подняться на носки – вдох, 2- вернуться в исходное положение – выдох (вдох через нос, выдох через рот).
24. И.П.- ноги врозь, руки в стороны максимально отведены назад, ладони вперед, пальцы разведены. 1- руки резко скрестить на груди, кисти на лопатки, выдох (резкий); 2- медленно вернуться в исходное положение, вдох.
25. И.П.- стоя на носках прогнувшись, ноги на ширине плеч, руки в стороны-вверх. 1- опуститься на стопы, наклон вперед, округлить спину, руки махом через стороны скрестить перед грудью, больно хлестнуть кистями по лопаткам (громкий выдох). 2-3- плавно руки развести в сторны и снова скрестить перед грудью, 2-3 раза хлестнуть кистями по лопаткам, продолжать выдох. 4- вернуться в исходное положение, диафрагмальным выдохом выпячивая круглый живот.
26. И.П.- стоя на носках прогнувшись, ноги на шириине плеч, руки вверх-назад, пальцы в замок (держа топор). 1- опуститься на стопы, быстрый наклон вперед, округлив спину, хлыст руками вперед-вниз-назад (выдох); 2- плавно вернуться, диафрагмальным вдохом выпячивая живот.
27. И.П.- стоя на носках, наклонившись вперед, руки вперед-вверх, кисти в кулак. На каждый счет гребок баттерфляем, опускаясь на стопы, руки вниз-назад к бедрам, увеличить наклон (выдох); руки вперед через стороны вверх-вперед в исходное положение (диафрагмальный вдох).
28. И.П.- упор лежа. 1- упор присев, выдох; 2- вернуться в исходное положение, диафрагмальный вдох (все сделать за 1 сек.).
29. Ходьба на руках (в парах) с диафрагмальным дыханием.

#### **Комплекс упражнений в положении сидя.**

9. И.П.- сед в упоре сзади. 1-нога вверх, тянуть носок, 2- вернуться в исходное положение, 3-4- то же с другой ноги (ноги не сгибать, можно регулировать высоту положения ноги вверх).
10. И.П.- сед в упоре сзади. 1- прямые ноги вверх, 2- вернуться в исходное положение.
11. И.П.- сед в упоре сзади. 1- согнуть ноги, 2- выпрямить вперед-вверх, 3- согнуть ноги, 4- вернуться в исходное положение.
12. И.П.- сед в упоре сзади. 1-3- наклоны туловища максимально вперед, 4- вернуться в исходное положение.
13. И.П.- сед в упоре сзади. 1- ноги вверх, 2- ноги в стороны, 3- ноги соединить, 4-

вернуться в исходное положение.

14. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки на пояс. 1-2- наклоны туловища вправо, 3-4- влево.
15. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки на пояс. 1-2- повороты туловища вправо, 3-4- влево.
16. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки на пояс. 1-3- пружинящие наклоны туловища вперед, руки вперед, 4- исходное положение.
17. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки за голову. 1- локти вперед, округлить спину, выдох; 2- вернуться в исходное положение (локти максимально в стороны, прогнуться), вдох.

#### **Комплекс упражнений в положении стоя.**

3. И.П.- стойка ноги врозь, руки вверх в замок, ладонями наружу. Рывки руками над головой.
4. И.П.- стойка ноги врозь, руки за голову. 1-округлить спину, локти максимально вперед, 2- вернуть в исходное положение, локти максимально в стороны, прогнуться.
5. И.п.- стойка ноги врозь, руки к плечам. 1-4- круговые движения руками вперед, 5-8- назад.
6. И.П.- основная стойка. 1- правая рука вверх назад, левая вниз назад, захват кистями рук за спиной, прогнуться, зафиксировать положение, 2- исходное положение, 3-4- поменять положение рук.
7. И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс. 1- локти вперед, округлить спину, голова вперед-вниз, выдох; 2- локти назад, прогнуться, голова вверх, вдох.
8. И.П.- стойка ноги врозь, руки за голову. Наклоны и повороты туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
9. И.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. Наклонить туловище вперед, прогибая спину - выдох, и.п. - вдох. При наклоне голову поднимать, локти отводить назад ноги прямые, темп медленный. 3-8 раз.
10. И.п - стойка ноги врозь, руки за головой. Наклонить туловище влево выдох, и.п. - вдох. То же в другую сторону.
11. И.п. - широкая стойка ноги врозь, ступни параллельно. Повернуть туловище влево с наклоном к левой ноге, отводя руки в стороны. То же в другую сторону. Ноги прямые, темп медленный, повторить 2-5 раз.
12. И.п. - широкая стойка ноги врозь, руки вверх «в замок». Круговые движения туловищем в одну и в другую сторону, темп медленный, повторить 2-3 раза в каждую сторону.

#### **Комплекс упражнений в положении лежа.**

##### **Упражнения для укрепления мышц спины:**

4. И.п. - лежа на животе, подбородок на кистях рук. Поднять голову и плечи, руки на пояс (живот от пола не отрывать, Лопатки соединить), держать 3-4 секунды .
5. То же, но руки к плечам, за голову.
6. То же, но руки назад, в стороны.
7. То же, но руки вверх.
8. Поднять голову и плечи. Движение руками к плечам, в стороны, к плечам, И.П.
9. Поднять голову и плечи. Руки в стороны - сжимание и разжимание пальцев.
10. Поднять плечи и голову. Руки вверх - два хлопка, и.п.

11. То же, но руки в стороны - небольшие круговые движения в плечевых суставах.
12. Движения руками как при плавании способом брасс на груди.
13. Движение руками в стороны, к плечам, вверх. и.п.
14. Движения руками, имитация «бокса».
15. И.П. – то же. Движение руками вверх, за голову, вверх, и.п. Держать 4 счета в каждом положении.
16. И.П. - лежа на животе, руки вверх. Передача теннисного мяча, эстафетной палочки из рук в руки до конца шеренги. Все занимающиеся держат рукиверху до окончания передачи.
17. То же, но передача предмета слева направо.
18. И.П. - лежа на животе, руки под подбородком. Поочередное поднимание ноги вверх.
19. То же, но движения ногами как при плавании кролем на груди.
20. И.П. - то же. Поднимание обеих ног вверх.
21. И.П. - тоже. Поднять правую, присоединить левую, опустить правую, затем левую.
22. Поднять ноги, развести в стороны, соединить и опустить.
23. На гимнастической скамейке, лежа продольно на животе, движения ногами, как при плавании способом брасс на груди.
24. И.П. - то же, но движения руками и ногами.
25. И.п. - лежа на животе, руки согнуты, кисти под подбородком. Поднять левую руку вперед, а правую назад вдоль туловища, опустить голову и потянуться, проделать то же, меняя положение рук. Темп медленный.
26. «Лягушонок». И.П. - то же. Поднять голову вверх, руки к плечам ладонями вперед, сводя лопатки, прогнуться спину с небольшим подниманием груди от пола. Прогибая спину, отводить голову назад, избегать сильного прогиба в пояснице, темп медленный.
27. И.п. - лежа на животе, упор ладонями у плеч, голова опущена. Поочередное поднимание ног назад-вверх с прогибом спины и отклонением головы назад. Прогибаясь, не отрывать грудь от пола, темп средний.

#### **Упражнения для укрепления мышц живота:**

5. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное поднимание ног на 45°.
6. Согнуть обе ноги в коленях, разогнуть под углом 90° и опустить.
7. «Велосипед».
8. Движение ногами, как при плавании кроль на спине.
9. Одновременное поднимание и опускание прямых ног.
10. Согнуть обе ноги в коленях, выпрямить их под углом 45°, развести их в стороны и, опуская, соединить.
11. Движения ногами, как при плавании способом брасс на спине.
12. Поднимание и опускание прямых ног с разной скоростью.
13. Круговые движения ногами.
14. Поднимание и опускание ног в коленях с зажатым между коленями волейбольным или набивным мячом.
15. Руки вперед, ноги согнуть в коленях, головой коснуться колен.
16. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное сгибание ног в

коленных суставах. Спина прямая, прижата к полу, темп медленный.

17. И.П. - лежа на спине, руки за головой. Делать попеременные движения прямыми ногами вверх-вниз - «ножницы». Затылок и плечи плотно прижаты к полу, темп средний, 4-10 раз каждой ногой.
18. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднимание прямых ног вверх. Носки вытянуты, темп медленный.
19. И.П. - лежа на спине, руки согнуты, ладони над головой. Поднимание прямых ног вверх, разведение их в стороны и опускание вниз в И.п. Локти плотно прижаты к полу, а ноги прямые, темп медленный, повторить.
20. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища, ладони повернуты к полу.
21. Сесть, опираясь руками в пол, выпрямить спину, отвести прямые руки назад и вернуться в И.П. Ноги в се время прямые, сидя, отводить голову назад, темп средний.

#### **Упражнения для формирования и закрепления правильной осанки.**

5. Стоя, принять правильную осанку, касаясь стены (без плинтуса) или гимнастической стенки. При этом затылок, лопатки, ягодичная область, икры ног и пятки должны касаться стены.
6. Принять правильную осанку (1упр.). Отойти от стены на один шаг, сохраняя правильную осанку.
7. Принять правильную осанку у стены. Сделать 2 шага вперед, присесть, встать, вновь принять правильную осанку.
8. Принять правильную осанку у стены. Сделать один шаг вперед -два шага вперед, расслабить последовательно мышцы шеи, плечевого пояса, рук и туловища. Принять правильную осанку.
9. Стоя у гимнастической стенки, принять правильную осанку, приподняться на носки, удержаться в таком положении 3-4 сек. Вернуться в И.П.
10. То же упражнение, но без гимнастической стенки.
11. Принять правильную осанку, присесть, разводя колени в стороны и сохраняя прямое положение головы и позвоночника. Медленно встать и принять И.П.
12. Сидя на гимнастической скамейке у стены, принять правильную осанку (затылок, лопатки и ягодицы прижать к стене).
13. И.П.- как упр.8.расслабить мышцы шеи, наклонить голову, расслабить плечи, мышцы спины, вернуться в и.п.
14. И.П. – лежа на спине. Голова, туловище и ноги должны составлять прямую линию, руки прижаты к полу. Встать, принять правильную осанку, придавая поясничной области тоже положение, которое было принято в положение лежа.
15. И.П.- лежа на полу. Прижать поясничную область к полу. Встать, принять правильную осанку.
16. Принять правильную осанку в положение стоя. Ходьба по залу с остановками, с сохранением правильной осанки.
17. Стоя, правильная осанка, мешочек с песком на голове. Присесть, стараясь не уронить мешочек. Встать в И.П.
18. Ходьба с мешочком на голове с сохранением правильной осанки.
19. Ходьба с мешочком на голове с перешагиванием через препятствие(гимнастическую скамейку, скакалка), сохраняя и.п.
20. Ходьба с мешочком на голове с одновременным выполнением различных

упражнений (ходьба в полуприседе, с высоким подниманием колен, и т.д.).

### **Упражнения с гимнастической палкой.**

6. И.П.- основная стойка, палка хватом сверху вниз. 1-палка вверх, подняться на носки, потянуться, 2- И.П.
7. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху вниз. 1- палка верх, 2- на плечи назад, 3- вверх, 4- И.П.
8. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху на плечи. 1-2- повороты туловища вправо, 3-4- то же влево.
9. И.П.- то же. 1-2- наклоны туловища вправо, 3-4- влево.
10. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху на лопатки. 1-3- прогнувшись наклоны туловища вперед, 4- И.П.
11. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху вперед. Повороты гимнастической палки вправо и влево.
12. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху вниз. 1- палка вперед, 2- палка вверх, 3- палка вперед, 4- И.П.
13. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом руками сзади (локтевыми изгибами). Повороты туловища вправо и влево поочередно.
14. И.П.- стойка ноги врозь, палка сзади-внизу хватом снизу. Рывки руками вверх за спиной, сохраняя правильную осанку, не наклоняясь вперед.
15. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху. 1-3- пружинящие наклоны вперед, палка вперед, 4- И.П.
16. И.П.- стойка ноги врозь, палка вверх, хватом сверху. 1-2- наклоны туловища вправо, 3-4- влево.
17. И.П.- то же. Круговые движения туловищем вправо, влево.
18. И.П.- сед, палка хватом сверху на ногах. 1- мах руками с палкой вверх, 2- И.П.
19. И.П.- сед с палкой в руках. Пружинящие наклоны туловища вперед, ноги прямые.
20. То же ноги врозь.
21. И.П.- сед, палка на плечи. Повороты туловища вправо и влево.
22. То же, наклоны туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
23. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, палка на плечи. Повороты туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
24. То же, наклоны туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
25. То же, пружинящие наклоны туловища вперед.
26. И. П. - лежа на животе, гимнастическая палка в согнутых руках. Поднять голову и туловище, палку на грудь, вверх, И.П.
27. И.п. - то же. Поднять голову и туловище, палку вверх, за голову, вверх, И.П.
28. То же, палку вверх, на лопатки, вверх, И.П.
29. И.П. - лежа друг против друга палка на груди. Броски и ловля палки хватом рук сверху и снизу.
30. И.П.- лежа на спине, палка хватом сверху вверх. 1- ноги вперед, палка вперед, 2- И.П.
31. И.П.- лежа на спине, палка хватом сверху на бедрах. 1- ноги и палка вперед одновременно, 2- И.П.

32. И.П.- лежа на спине, палка хватом сверху вверх. 1- палка вперед, правая нога вперед, 2- И.П., 3-4- с другой ноги.
33. И.И.- то же. 1- максимально потянуться, вдох, 2- расслабиться, выдох.
34. И.П.- стойка ноги врозь, палка на лопатки, хватом сверху. Приседания на месте, не отрывая пяток от пола и сохраняя правильную осанку.

### **Упражнения стоя на четвереньках и упражнения в равновесии.**

6. И.П.- опора на кисти рук и колени. 1-опустить голову, округлить спину, 2- поднять голову, прогнуться.
7. И.П.- то же. 1- правая рука вперед, левая нога назад, 2- И.П., 3-4- то же другой рукой и ногой.
8. И.П.- сед на пятках с опорой на кисти рук. 1- касаясь грудью пола выйти в положение «упор лежа прогнувшись», 2- обратно.
9. Перекаты в группировке из упора присев.
10. Перекат в стойку на лопатках из упора присев.
11. Мост из положения лежа на спине (или полумост с опорой на плечи).
12. Передвижение вперед и назад стоя на четвереньках с опорой на стопы и кисти рук.
13. И.п. - о.с., руки в стороны - движение прямой ногой вперед, в сторону, назад. То же, но руки за голову, к плечам.
14. И.п. - о.с. Поднять колено вверх, руки в стороны. То же, но руки вперед, вверх.  
3.И.п. - о.с., руки на пояс. Поднимание на носки.
15. И.п. – о.с., руки в стороны. Подняться на носки, повернуть голову налево, направо,
16. Из упора присев встать (выпрямиться), согнуть правую ногу, руки в стороны. То же левой .
17. И. п. - упор присев. Встать, подняться на носки, руки в стороны.
18. То же, но подняться на носок одной ноги, другую ногу согнуть в колене с различными положениями рук
19. Ходьба с остановками на одной ноге (по сигналу). То же, но с мешочком на голове.
20. И.п. - стойка ноги врозь правой. Подняться на носки с различными движениями рук.
21. Ходьба по начерченной линии.
22. И.п. – о.с., руки в стороны. Стоя на одной ноге, захватить ступню обеими руками.
23. Бег, по сигналу присед .
24. Из о.с. прыжки с поворотом налево (направо) на 90°, 180°, 360°. Удержаться после приземления в и.п.
25. И.п. - о.с., руки в стороны. Равновесие на правой (левой) ноге - («ласточка» ).
26. Стоя лицом друг к другу, взявшись за руки - равновесие на правой (левой) ноге.
27. И.п. - то же. Приседания на одной ноге.
28. Равновесие на правой (левой) ноге и повороты на носке.
29. Равновесие на левой ноге, прыжком равновесие на правой ноге.
30. Стоя на одной ноге, наклон в сторону с подниманием свободной ноги в противоположную сторону («горизонтальное равновесие»).

## **Лечебная физкультура для детей с ОВЗ**

У детей, с которыми я работаю, ограниченные возможности здоровья, (ОВЗ) а именно ДЦП, нарушение слуха, нарушение зрения, нарушение интеллекта, дети с ЗПР, с сочетанным дефектом, что требует коррекционной, индивидуальной работы с ними.

**Дети с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья)** – это дети, имеющие недостатки в физическом и (или) психическом развитии.

Работа по лечебной физкультуре направлена на создание в учреждении специальных условий воспитания, обучения, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Разработаны комплексы упражнений с учетом физических особенностей детей, их заболеваний, рекомендаций ПМПК.

**Лечебная физкультура (ЛФК)** — это система применения самых разнообразных средств физических упражнений - ходьба пешком, на лыжах, плавание, бег, игры, утренняя гимнастика и проч., - т. е. мышечных движений, являющихся стимулятором жизненных функций человека.

**Лечебная физическая культура** – самостоятельная научная дисциплина, использующая для лечения и профилактики различных заболеваний средства физической культуры.

В основе лечебного действия физических упражнений лежит систематическая, строго регламентированная тренировка, которая кроме местного воздействия на отдельные органы и системы оказывает на весь организм в целом, в связи с чем повышается общая устойчивость больного к неблагоприятным факторам, изменяются его реактивные свойства.

Особенностью физических упражнений, применяемых с лечебной целью, является их лечебная и педагогическая направленность. При этом учитывается несомненное воздействие нервной системы на возникновение и протекание патологических процессов, что приводит к необходимости назначения комплексного лечения, в котором среди других мероприятий общего лечебного характера одно из важнейших мест занимает лечебная физическая культура.

Лечебная физическая культура способствует более быстрому восстановлению работоспособности после заболеваний, предохраняет от возникновения ряда патологических процессов. Лечебная физическая культура – является неотъемлемой частью реабилитационных мероприятий, для учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

В процессе обучения рекомендуется использовать такие методы обучения как: словесный, практический метод и метод наглядного восприятия. В практической части занятий целесообразным является использование различных способов выполнения упражнений (поточный, поочередный и одновременный). Основными формами организации занятий в целом являются: групповая, индивидуальная и фронтальная.

## **ЛЕЧЕБНАЯ ГИМНАСТИКА**

Основная форма ЛФК — лечебная гимнастика — это метод лечения и, следовательно, должна применяться строго индивидуально, по назначению и под контролем врача.

Показания к ЛФК весьма обширны. Она может обеспечить наиболее эффективный процесс лечения и может способствовать восстановлению всех функций организма после того, как лечение закончено. Причем и в профилактике, и в лечении, и в реабилитации ЛФК действует и прямо, и опосредовано, одновременно оказывая положительное воздействие на многие другие системы и функции организма.

Одной из разновидностей лечебной гимнастики является корригирующая гимнастика, которая проводится с целью укрепления мышц, суставов и связок и, как следствие, исправления некоторых дефектов опорно-двигательного аппарата и лечения их начальных форм: нарушения осанки, искривления позвоночника, плоскостопия и др..  
Корригирующие упражнения при деформациях позвоночника назначают обязательно в сочетании с дыхательными упражнениями.

Также действует лечебная физкультура и на органы дыхания, сердечно-сосудистую систему и даже зрение. ЛФК помогает предотвратить воспаление легких в послеоперационный период у "лежачих" больных, нормализовать артериальное давление у гипертоников и гипотоников, обеспечить физическую подготовку к родам и послеродовое восстановление и вообще решить очень много так называемых женских проблем. Помочь при ожирении, подагре, сахарном диабете, астме. С помощью ЛФК можно повысить потенцию у мужчин, восстановить психо-эмоциональный комфорт и многое-многое другое. Физические упражнения способствуют более совершенному психофизическому развитию здоровых детей и используются в яслях, детских садах, домашних условиях.

## ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Физические упражнения — это естественные и специально подобранные движения, применяемые в ЛФК. Их отличие от обычных движений заключается в том, что они имеют целевую направленность и специально организованы для укрепления здоровья, восстановления нарушенных функций.

### **Физические упражнения:**

12. стимулируют обмен веществ, тканевой обмен, эндокринную систему;
13. повышая иммунобиологические свойства, ферментативную активность, способствуют устойчивости организма к заболеваниям;
14. положительно влияют на психоэмоциональную сферу, улучшая настроение;
15. оказывают на организм тонизирующее, трофическое, нормализующее влияние и формируют компенсаторные функции.

Занятия ЛФК оказывают лечебный эффект только при правильном, регулярном, длительном применении физических упражнений. В этих целях разработаны методика проведения занятий, показания и противопоказания к их применению, учет эффективности, гигиенические требования к местам занятий. Нагрузка должна быть оптимальной и соответствовать функциональным возможностям больного. Для дозировки нагрузки, следует принимать во внимание ряд факторов, которые влияют на величину нагрузки, увеличивая или уменьшая ее.

5. Физические упражнения выполняют после их объяснения или показа. У больных пожилого возраста, с органическими поражениями ЦНС следует сочетать показ и словесное объяснение упражнений. Во время занятий должна быть спокойная обстановка, больного не должны отвлекать посторонние разговоры и иные раздражители.
6. Физические упражнения не должны усиливать болевых ощущений, так как боль рефлекторно вызывает спазм сосудов, скованность движений. Упражнения, вызывающие боль, следует проводить после предварительного расслабления мышц, в момент выдоха, в оптимальных исходных положениях. С первых дней занятий больного следует обучать правильному дыханию и умению расслаблять мышцы. Расслабление легче достигается после энергичного мышечного напряжения. При односторонних поражениях конечностей обучение расслаблению начинают со здоровой конечности. Музыкальное сопровождение занятий повышает их эффективность.

## **ПОКАЗАНИЯ, ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ И ФАКТОРЫ РИСКА В ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЕ**

ЛФК, как и массаж, широко применяются в комплексе с другими методами при заболеваниях и травмах, а также могут являться самостоятельными методами лечения многих хронических заболеваний и последствий травм: при параличах, парезах, искривлениях позвоночника, эмфиземе, последствиях перелома костей и др. Лечебная физкультура — показана в любом возрасте почти при всех заболеваниях, травмах и их последствиях.

### **Общие противопоказания к проведению ЛФК**

26. острые инфекционные и воспалительные заболевания с высокой температурой тела и общей интоксикацией;
27. острый период заболевания и его прогрессирующее течение;
28. злокачественные новообразования до их радикального лечения, злокачественные новообразования с метастазами;
29. острые нарушения коронарного и мозгового кровообращения;
30. острые тромбозы и эмболии;
31. нарастание сердечно-сосудистой недостаточности с декомпенсацией кровообращения и дыхания;
32. кровотечения;
33. общее тяжелое состояние больного;
34. значительно выраженный болевой синдром;
35. отрицательная динамика ЭКГ, свидетельствующая об ухудшении коронарного кровообращения;

### **Временные противопоказания к проведению ЛФК:**

11. обострение хронических заболеваний;
12. осложнение в течение заболевания;
13. сопутствующие заболевания инфекционного или воспалительного характера;
14. острые повреждения;
15. появление признаков, свидетельствующих о прогрессировании заболевания и ухудшении состояния больного;
16. сосудистый криз (гипертонический, гипотонический или при нормальном АД);
17. нарушение ритма сердечных сокращений: синусовая тахикардия (свыше 100 уд./мин), брадикардия (менее 50 уд./мин), приступ пароксизмальной или мерцательной аритмии, экстрасистолы с частотой более чем 1:10.

Осторожность следует соблюдать после переломов, чтобы не допустить возникновения ложного сустава, артроза. При аневризме грудной или брюшной аорты не следует применять упражнения с усилием, сопротивлением.

Упражнения лечебной физической культуры дают результаты только тогда, когда они проводятся систематически, длительно и непрерывно. Выполнять их необходимо в соответствии с методическими указаниями. Неправильное положение тела или неверное выполнение движений часто переносит нагрузку с мышц, которые необходимо тренировать, на другие мышечные группы.

Общеразвивающие упражнения и упражнения дыхательной гимнастики, упражнения на координацию движений, на выработку навыка правильной осанки применяют независимо от индивидуальных особенностей развития ребенка. Но при проведении занятий

необходимо учитывать функциональные возможности организма учащихся, потому что в группе могут быть ученики различной физической подготовленности и физического развития. Поэтому с целью правильного дозирования нагрузки следует применять индивидуальный и дифференцированный подход в обучении.

Перед тем как приступать к самостоятельным занятиям дети должны уметь правильно выполнять упражнения. Это также является одной из главных задач лечебной физической культуры в начальных классах.

#### **Комплекс упражнений для профилактики и лечения начальных форм плоскостопия.**

41. И.П.- стоя, руки на пояс. 1-правая на носок, 2-на пятку, 3-на носок, 4-и.п. 5-6-то же с другой ноги.
42. И.П.- стоя, руки на пояс. 1-подняться на носки перекатом, 2-перекатом на пятки.
43. И.П.- стоя руки на пояс. Правое колено вперед, круговые движения стопой вправо и влево, то же с другой ноги.
44. И.П.- стоя на краю коврика. Зафиксировав пятки на месте, пальцами ног собирать коврик одновременно или поочередно.
45. Ходьба перекатом с пятки на носок.
46. Ходьба на носках, на пятках.
47. Ходьба на наружных сводах стопы.
48. Подскоки толчком двумя без максимальных усилий.
49. Подскоки поочередно без максимальных усилий.
50. Прыжки приставными шагами правым и левым боком без максимальных усилий.
51. Ходьба по гимнастической палке.
52. И.П.- сед в упоре сзади. 1-согнуть стопу, 2-разогнуть, одновременно.
53. И.П.- сед в упоре сзади. 1-согнуть стопы одновременно, 2- разогнуть одновременно.
54. И.П.- сед в упоре сзади. 1-одновременно развести пальцы ног «веером», 2- сжать в «кулачек».
55. И.П.- сед в упоре сзади. 1-правая нога пальцы «веером», 2- левая в «кулачек», 3-4-наоборот.
56. И.П.- сидя (стоя). Поворот стопы внутрь с оттягиванием носка, правая и левая поочередно.
57. И.П.- стоя на наружных сводах стоп. 1-подняться на носки, 2- вернуться в исходное положение.
58. И.П. стоя на наружных сводах стоп. 1-полуприсед, 2- вернуться в исходное положение.
59. И.П.- основная стойка, руки на пояс. 1-пальцы ног вверх, 2- вернуться в исходное положение.
60. И.П.- стоя носками вовнутрь, пятками наружу. 1- подняться на носки, 2- вернуться в исходное положение.
61. И.П.- ноги врозь, руки в стороны. 1- присесть на всей ступне, 2- вернуться в исходное положение.

#### **Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.**

30. И.П.- основная стойка. 1-руки вверх потянуться, подняться на носки – вдох, 2- вернуться в исходное положение – выдох (вдох через нос, выдох через рот).
31. И.П.- ноги врозь, руки в стороны максимально отведены назад, ладони вперед, пальцы разведены. 1- руки резко скрестить на груди, кисти на лопатки, выдох (резкий);

2- медленно вернуться в исходное положение, вдох.

32. И.П.- стоя на носках прогнувшись, ноги на ширине плеч, руки в стороны-вверх. 1- опуститься на стопы, наклон вперед, округлить спину, руки махом через стороны скрестить перед грудью, больно хлестнуть кистями по лопаткам (громкий выдох). 2-3- плавно руки развести в стороны и снова скрестить перед грудью, 2-3 раза хлестнуть кистями по лопаткам, продолжать выдох. 4- вернуться в исходное положение, диафрагмальным выдохом выпячивая круглый живот.
33. И.П.- стоя на носках прогнувшись, ноги на ширине плеч, руки вверх-назад, пальцы в замок (держа топор). 1- опуститься на стопы, быстрый наклон вперед, округлив спину, хлыст руками вперед-вниз-назад (выдох); 2- плавно вернуться, диафрагмальным вдохом выпячивая живот.
34. И.П.- стоя на носках, наклонившись вперед, руки вперед-вверх, кисти в кулак. На каждый счет гребок баттерфляем, опускаясь на стопы, руки вниз-назад к бедрам, увеличить наклон (выдох); руки вперед через стороны вверх-вперед в исходное положение (диафрагмальный вдох).
35. И.П.- упор лежа. 1- упор присев, выдох; 2- вернуться в исходное положение, диафрагмальный вдох (все сделать за 1 сек.).
36. Ходьба на руках (в парах) с диафрагмальным дыханием.

#### **Комплекс упражнений в положении сидя.**

18. И.П.- сед в упоре сзади. 1-нога вверх, тянуть носок, 2- вернуться в исходное положение, 3-4- то же с другой ноги (ноги не сгибать, можно регулировать высоту положения ноги вверх).
19. И.П.- сед в упоре сзади. 1- прямые ноги вверх, 2- вернуться в исходное положение.
20. И.П.- сед в упоре сзади. 1- согнуть ноги, 2- выпрямить вперед-вверх, 3- согнуть ноги, 4- вернуться в исходное положение.
21. И.П.- сед в упоре сзади. 1-3- наклоны туловища максимально вперед, 4- вернуться в исходное положение.
22. И.П.- сед в упоре сзади. 1- ноги вверх, 2- ноги в стороны, 3- ноги соединить, 4- вернуться в исходное положение.
23. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки на пояс. 1-2- наклоны туловища вправо, 3-4- влево.
24. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки на пояс. 1-2- повороты туловища вправо, 3-4- влево.
25. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки на пояс. 1-3- пружинящие наклоны туловища вперед, руки вперед, 4- исходное положение.
26. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, колени максимально в стороны. Руки за голову. 1- локти вперед, округлить спину, выдох; 2- вернуться в исходное положение (локти максимально в стороны, прогнуться), вдох.

#### **Комплекс упражнений в положении стоя.**

13. И.П.- стойка ноги врозь, руки вверх в замок, ладонями наружу. Рывки руками над головой.
14. И.П.- стойка ноги врозь, руки за голову. 1-округлить спину, локти максимально вперед, 2- вернуть в исходное положение, локти максимально в стороны, прогнуться.
15. И.п.- стойка ноги врозь, руки к плечам. 1-4- круговые движения руками вперед, 5-8- назад.
16. И.П.- основная стойка. 1- правая рука вверх назад, левая вниз назад, захват кистями

рук за спиной, прогнуться, зафиксировать положение, 2- исходное положение, 3-4- поменять положение рук.

17. И.П.- стойка ноги врозь, руки на пояс. 1- локти вперед, округлить спину, голова вперед-вниз, выдох; 2- локти назад, прогнуться, голова вверх, вдох.
18. И.П.- стойка ноги врозь, руки за голову. Наклоны и повороты туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
19. И.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. Наклонить туловище вперед, прогибая спину - выдох, и.п. - вдох. При наклоне голову поднимать, локти отводить назад ноги прямые, темп медленный. 3-8 раз.
20. И.п - стойка ноги врозь, руки за головой. Наклонить туловище влево выдох, и.п. - вдох. То же в другую сторону.
21. И.п. - широкая стойка ноги врозь, ступни параллельно. Повернуть туловище влево с наклоном к левой ноге, отводя руки в стороны. То же в другую сторону. Ноги прямые, темп медленный, повторить 2-5 раз.
22. И.п. - широкая стойка ноги врозь, руки вверх «в замок». Круговые движения туловищем в одну и в другую сторону, темп медленный, повторить 2-3 раза в каждую сторону.

### **Комплекс упражнений в положении лежа.**

#### **Упражнения для укрепления мышц спины:**

28. И.п. - лежа на животе, подбородок на кистях рук. Поднять голову и плечи, руки на пояс (живот от пола не отрывать, Лопатки соединить), держать 3-4 секунды .
29. То же, но руки к плечам, за голову.
30. То же, но руки назад, в стороны.
31. То же, но руки вверх.
32. Поднять голову и плечи. Движение руками к плечам, в стороны, к плечам, И.П.
33. Поднять голову и плечи. Руки в стороны - сжимание и разжимание пальцев.
34. Поднять плечи и голову. Руки вверх - два хлопка, и.п.
35. То же, но руки в стороны - небольшие круговые движения в плечевых суставах.
36. Движения руками как при плавании способом брасс на груди.
37. Движение руками в стороны, к плечам, вверх. и.п.
38. Движения руками, имитация «бокса».
39. И.П. – то же. Движение руками вверх, за голову, вверх, и.п. Держать 4 счета в каждом положении.
40. И.П. - лежа на животе, руки вверх. Передача теннисного мяча, эстафетной палочки из рук в руки до конца шеренги. Все занимающиеся держат рукиверху до окончания передачи.
41. То же, но передача предмета слева направо.
42. И.П. - лежа на животе, руки под подбородком. Поочередное поднимание ноги вверх.
43. То же, но движения ногами как при плавании кролем на груди.
44. И.П. - то же. Поднимание обеих ног вверх.
45. И.П. - тоже. Поднять правую, присоединить левую, опустить правую, затем левую.
46. Поднять ноги, развести в стороны, соединить и опустить.

47. На гимнастической скамейке, лежа продольно на животе, движения ногами, как при плавании способом брасс на груди.
48. И.П. - то же, но движения руками и ногами.
49. И.п. - лежа на животе, руки согнуты, кисти под подбородком. Поднять левую руку вперед, а правую назад вдоль туловища, опустить голову и потянуться, проделать то же, меняя положение рук. Темп медленный.
50. «Лягушонок». И.П. - то же. Поднять голову вверх, руки к плечам ладонями вперед, сводя лопатки, прогнуться спину с небольшим подниманием груди от пола. Прогибая спину, отводить голову назад, избегать сильного прогиба в пояснице, темп медленный.
51. И.п. - лежа на животе, упор ладонями у плеч, голова опущена. Попеременное поднятие ног назад-вверх с прогибом спины и отклонением головы назад. Прогибаясь, не отрывать грудь от пола, темп средний.

#### **Упражнения для укрепления мышц живота:**

22. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поочередное поднятие ног на 45°.
23. Согнуть обе ноги в коленях, разогнуть под углом 90° и опустить.
24. «Велосипед».
25. Движение ногами, как при плавании кроль на спине.
26. Одновременное поднятие и опускание прямых ног.
27. Согнуть обе ноги в коленях, выпрямить их под углом 45°, развести их в стороны и, опуская, соединить.
28. Движения ногами, как при плавании способом брасс на спине.
29. Поднятие и опускание прямых ног с разной скоростью.
30. Круговые движения ногами.
31. Поднятие и опускание ног в коленях с зажатым между коленями волейбольным или набивным мячом.
32. Руки вперед, ноги согнуть в коленях, головой коснуться колен.
33. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Попеременное сгибание ног в коленных суставах. Спина прямая, прижата к полу, темп медленный.
34. И.П. - лежа на спине, руки за головой. Делать попеременные движения прямыми ногами вверх-вниз - «ножницы». Затылок и плечи плотно прижаты к полу, темп средний, 4-10 раз каждой ногой.
35. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища. Поднятие прямых ног вверх. Носки вытянуты, темп медленный.
36. И.П. - лежа на спине, руки согнуты, ладони над головой. Поднятие прямых ног вверх, разведение их в стороны и опускание вниз в И.п. Локти плотно прижаты к полу, а ноги прямые, темп медленный, повторить.
37. И.П. - лежа на спине, руки вдоль туловища, ладони повернуты к полу.
38. Сесть, опираясь руками в пол, выпрямить спину, отвести прямые руки назад и вернуться в И.П. Ноги в се время прямые, сидя, отводить голову назад, темп средний.

#### **Упражнения для формирования и закрепления правильной осанки.**

21. Стоя, принять правильную осанку, касаясь стены (без плинтуса) или гимнастической стенки. При этом затылок, лопатки, ягодичная область, икры ног и пятки должны касаться стены.
22. Принять правильную осанку (1упр.). Отойти от стены на один шаг, сохраняя

правильную осанку.

23. Принять правильную осанку у стены. Сделать 2 шага вперед, присесть, встать, вновь принять правильную осанку.
24. Принять правильную осанку у стены. Сделать один шаг вперед -два шага вперед, расслабить последовательно мышцы шеи, плечевого пояса, рук и туловища. Принять правильную осанку.
25. Стоя у гимнастической стенки, принять правильную осанку, приподняться на носки, удержаться в таком положении 3-4 сек. Вернуться в И.П.
26. То же упражнение, но без гимнастической стенки.
27. Принять правильную осанку, присесть, разводя колени в стороны и сохраняя прямое положение головы и позвоночника. Медленно встать и принять И.П.
28. Сидя на гимнастической скамейке у стены, принять правильную осанку (затылок, лопатки и ягодицы прижать к стене).
29. И.П.- как упр.8.расслабить мышцы шеи, наклонить голову, расслабить плечи, мышцы спины, вернуться в и.п.
30. И.П. – лежа на спине. Голова, туловище и ноги должны составлять прямую линию, руки прижаты к полу. Встать, принять правильную осанку, придавая поясничной области тоже положение, которое было принято в положение лежа.
31. И.П.- лежа на полу. Прижать поясничную область к полу. Встать, принять правильную осанку.
32. Принять правильную осанку в положение стоя. Ходьба по залу с остановками, с сохранением правильной осанки.
33. Стоя, правильная осанка, мешочек с песком на голове. Присесть, стараясь не уронить мешочек. Встать в И.П.
34. Ходьба с мешочком на голове с сохранением правильной осанки.
35. Ходьба с мешочком на голове с перешагиванием через препятствие(гимнастическую скамейку, скакалка), сохраняя и.п.
36. Ходьба с мешочком на голове с одновременным выполнением различных упражнений (ходьба в полуприседе, с высоким подниманием колен, и т.д.).

#### **Упражнения с гимнастической палкой.**

35. И.П.- основная стойка, палка хватом сверху вниз. 1-палка вверх, подняться на носки, потянуться, 2- И.П.
36. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху вниз. 1- палка верх, 2- на плечи назад, 3- вверх, 4- И.П.
37. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху на плечи. 1-2- повороты туловища вправо, 3-4- то же влево.
38. И.П.- то же. 1-2- наклоны туловища вправо, 3-4- влево.
39. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху на лопатки. 1-3- прогнувшись наклоны туловища вперед, 4- И.П.
40. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху вперед. Повороты гимнастической палки вправо и влево.
41. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху вниз. 1- палка вперед, 2- палка вверх, 3- палка вперед, 4- И.П.
42. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом руками сзади (локтевыми изгибами). Повороты туловища вправо и влево поочередно.

43. И.П.- стойка ноги врозь, палка сзади-внизу хватом снизу. Рывки руками вверх за спиной, сохраняя правильную осанку, не наклоняясь вперед.
44. И.П.- стойка ноги врозь, палка хватом сверху. 1-3- пружинящие наклоны вперед, палка вперед, 4- И.П.
45. И.П.- стойка ноги врозь, палка вверх, хватом сверху. 1-2- наклоны туловища вправо, 3-4- влево.
46. И.П.- то же. Круговые движения туловищем вправо, влево.
47. И.П.- сед, палка хватом сверху на ногах. 1- мах руками с палкой вверх, 2- И.П.
48. И.П.- сед с палкой в руках. Пружинящие наклоны туловища вперед, ноги прямые.
49. То же ноги врозь.
50. И.П.- сед, палка на плечи. Повороты туловища вправо и влево.
51. То же, наклоны туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
52. И.П.- сед согнув ноги, упором в стопы, палка на плечи. Повороты туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
53. То же, наклоны туловища вправо и влево, сохраняя правильную осанку.
54. То же, пружинящие наклоны туловища вперед.
55. И. П. - лежа на животе, гимнастическая палка в согнутых руках. Поднять голову и туловище, палку на грудь, вверх, И.П.
56. И.п. - то же. Поднять голову и туловище, палку вверх, за голову, вверх, И.П.
57. То же, палку вверх, на лопатки, вверх, И.П.
58. И.П. - лежа друг против друга палка на груди. Броски и ловля палки хватом рук сверху и снизу.
59. И.П.- лежа на спине, палка хватом сверху вверх. 1- ноги вперед, палка вперед, 2- И.П.
60. И.П.- лежа на спине, палка хватом сверху на бедрах. 1- ноги и палка вперед одновременно, 2- И.П.
61. И.П.- лежа на спине, палка хватом сверху вверх. 1- палка вперед, правая нога вперед, 2- И.П., 3-4- с другой ноги.
62. И.И.- то же. 1- максимально потянуться, вдох, 2- расслабиться, выдох.
63. И.П.- стойка ноги врозь, палка на лопатки, хватом сверху. Приседания на месте, не отрывая пяток от пола и сохраняя правильную осанку.

#### **Упражнения стоя на четвереньках и упражнения в равновесии.**

31. И.П.- опора на кисти рук и колени. 1-опустить голову, округлить спину, 2- поднять голову, прогнуться.
32. И.П.- то же. 1- правая рука вперед, левая нога назад, 2- И.П., 3-4- то же другой рукой и ногой.
33. И.П.- сед на пятках с опорой на кисти рук. 1- касаясь грудью пола выйти в положение «упор лежа прогнувшись», 2- обратно.
34. Перекаты в группировке из упора присев.
35. Перекат в стойку на лопатках из упора присев.
36. Мост из положения лежа на спине (или полумост с опорой на плечи).
37. Передвижение вперед и назад стоя на четвереньках с опорой на стопы и кисти рук.
38. И.п. - о.с., руки в стороны - движение прямой ногой вперед, в сторону, назад. То

же, но руки за голову, к плечам.

39. И.п. - о.с. Поднять колено вверх, руки в стороны. То же, но руки вперед, вверх.  
3.И.п. - о.с., руки на пояс. Поднимание на носки.
40. И.п. – о.с., руки в стороны. Подняться на носки, повернуть голову налево, направо,
41. Из упора присев встать (выпрямиться), согнуть правую ногу, руки в стороны. То же левой .
42. И. п. - упор присев. Встать, подняться на носки, руки в стороны.
43. То же, но подняться на носок одной ноги, другую ногу согнуть в колене с различными положениями рук
44. Ходьба с остановками на одной ноге (по сигналу). То же, но с мешочком на голове.
45. И.п. - стойка ноги врозь правой. Подняться на носки с различными движениями рук.
46. Ходьба по начерченной линии.
47. И.п. – о.с., руки в стороны. Стоя на одной ноге, захватить ступню обеими руками.
48. Бег, по сигналу присед .
49. Из о.с. прыжки с поворотом налево (направо) на 90°, 180°, 360°. Удержаться после приземления в и.п.
50. И.п. - о.с., руки в стороны. Равновесие на правой (левой) ноге - («ласточка» ).
51. Стоя лицом друг к другу, взявшись за руки - равновесие на правой (левой) ноге.
52. И.п. - то же. Приседания на одной ноге.
53. Равновесие на правой (левой) ноге и повороты на носке.
54. Равновесие на левой ноге, прыжком равновесие на правой ноге.
55. Стоя на одной ноге, наклон в сторону с подниманием свободной ноги в противоположную сторону («горизонтальное равновесие»).

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### МОДУЛЬНАЯ ПРОГРАММА музыкальное развитие детей ОВЗ

**Цель:** Развитие музыкальности, раскрытие максимального потенциала личности ребенка на основе оценки индивидуальных качеств личности дошкольника

**Задачи:**

1. Создавать условия, стимулирующие интерес к развитию разных форм эмоционального общения взрослого и ребенка в музыкальной деятельности.
2. Формировать слуховые и зрительные ориентировки, развивать слуховое и зрительное восприятие за счет специфического сенсорного притока.
3. Стимулировать развитие перцептивных (лат. *percipere* – воспринимать) действий, процесс появления мыслительных операций в музыкально-игровой деятельности.
4. Стимулировать понимание речи и обогащать пассивный словарь словами и выражениями, связанными с музыкой, музыкально-игровым взаимодействием.
5. Создавать специальные условия, способствующие появлению активной речи, развитию ее коммуникативной функции; развитию слухового восприятия и внимания на неречевые звуки.

**Мероприятия:** Ребенок учится слушать музыку, выполнять музыкально-ритмические движения, петь, обучается музыкально-дидактическим играм и игре на музыкальных инструментах. Образовательное содержание адаптируется на основе диагностических данных и обогащается коррекционно-развивающими заданиями, направленными на развитие слухового восприятия, ориентировки в пространстве, чувства ритма, двигательных качеств (плавности движений, их координации и др.)

**Формы организации коррекционно – развивающей деятельности:**

- диагностика актуального уровня развития ребенка;
- образование и развитие ребенка по программам дошкольного образования;
- проведение образовательной деятельности на индивидуальных занятиях;
- проведение образовательной деятельности в малых подгруппах;
- консультирование родителей;

**Содержание:** У дошкольников данной категории отмечается несовершенство

познавательной деятельности, а также, как правило, недостаточно сформированы восприятие, анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция. Поэтому музыкальное воспитание включает ряд специальных коррекционных задач. В раздел музыкально-ритмических упражнений введены специальные задания на развитие мелкой моторики рук и ног, формирование ориентировки. Значительное внимание уделяется развитию ориентировки в пространстве, формированию точности и координации движений.

### **1. Артикуляционная гимнастика.**

Цель: формирование и развитие артикуляционной моторики до уровня минимальной достаточности для постановки звука.

*для свистящих:* «Улыбка», «Заборчик», «Лопатка», «Желобок», «Щёточка», «Футбол», «Фокус»;

*для шипящих:* «Тубочка», «Вкусное варенье», «Чашечка», «Грибок», «Погреем руки»;

*для Р,Р':* «Болтушка», «Маляр», «Индюк», «Лошадка», «Грибок», «Барабанищик», «Гармошка», «Пулемёт»;

*для Л:* «Улыбка», «Лопатка», «Накажем язык».

### **2. Дыхательная гимнастика.**

Цель: нормализация тонуса дыхательных мышц, закрепление навыка правильного дыхания.

Упражнения: «Фокус», «Футбол», «Задувай свечу», «Понюхай цветочек», «Шторм в стакане» и др.

### **3. Пальчиковая гимнастика.**

Цель: активизация речевой зоны путём воздействия на пальцы ребёнка методами пальчиковой гимнастики и массажа Су-джок.

### **4. Развитие слухового внимания, фонематического восприятия.**

Цель: развитие умения различать в произношении звуки, сходные по артикуляции или по звучанию.

Проводится параллельно с коррекцией звукопроизношения на отработанном в произношении материале.

### **5. Постановка звука.**

Цель: Вызывание отсутствующего звука или исправление искажённого звука.

**Постановка звуков** в такой последовательности:

Работа по постановке звуков проводится только индивидуально.

**6. Музыкально-ритмические упражнения.** Обязательными являются упражнения на расслабление. Занятия музыкально-ритмическими упражнениями способствуют коррекции не только психомоторного, но и речевого, эмоционального и общего психомоторного развития

### **7. Музыкальные подвижные игры.**

#### **План индивидуальной работы.**

месяц	цель	содержание
СЕНТЯБРЬ	Развитие артикуляционного аппарата	Тактильно-вибрационное слушание музыки, «подпевание», Игра «Делай как я», Фонетическая ритмика, Песенки со звукоподражаниями
ОКТАБРЬ	Развитие мелкой моторики	Игра на детских муз. инструментах. Танцевальные движения Ритмопластика Фонетическая ритмика
НОЯБРЬ	Развитие слухового восприятия	Тактильно-вибрационное слушание музыки, Игра на

		детских муз. инструментах, слушание себя и друг друга, Игры на различение музыкальных ритмов, Дид. упр. «Угадай на чём играю» - развитие тембрового слуха.
ДЕКАБРЬ	Развитие артикуляционного аппарата	Тактильно-вибрационное слушание музыки, «подпевание», Игра «Делай как я», Фонетическая ритмика, Песенки со звукоподражаниями
ЯНВАРЬ	Слухо-зрительное восприятие	Тактильно-вибрационное восприятие, Муз.-ритм. упр с музыкальными инструментами, Использование табличек
ФЕВРАЛЬ	Обучение произношению	Участие в драматизации, Подпевание. Песенки со звукоподражаниями
МАРТ	Развитие мышления, памяти, внимания, восприятия	Муз-ритм. игры «Делай как я», Игра на детских муз. инструментах. Танцевальные движения Ритмопластика Фонетическая ритмика
АПРЕЛЬ	Обучение произношению	Развитие мышления, памяти, внимания, восприятия Тактильно-вибрационное слушание музыки, Игра на детских муз. инструментах, слушание себя и друг друга, Игры на различение музыкальных ритмов, Дид. упр. «Угадай на чём играю» - развитие тембрового слуха.
МАЙ	Обучение произношению	Развитие мышления, памяти, внимания, восприятия. Тактильно-вибрационное слушание музыки, Игра на детских муз. инструментах, слушание себя и друг друга, Игры на различение музыкальных ритмов, Дид. упр. «Угадай на чём играю» - развитие тембрового слуха

**Планируемые результаты:**

-Ребёнок на доступном для него уровне усвоил нормы и ценности, принятые в обществе, включая моральные и нравственные ценности. Умеет подчиняться правилам и социальным нормам поведения в разных видах деятельности.

– Формируются навыки общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Ребенок адекватно использует вербальные и невербальные средства общения, владеет конструктивными способами взаимодействия с детьми и взрослыми.

- Эмоционально отзывается, сопереживает. Откликается на эмоции взрослых и детей, сопереживает персонажам сказок. Эмоционально реагирует на музыкальные и художественные произведения.
- Самостоятельно выбирает себе род занятий, участников по совместной деятельности.
- Включается в творческую активность. Может предложить собственный замысел и воплотить его в танце, театрализованной деятельности и др.
- Формируются первичные представления о культурных ценностях нашего народа, народном творчестве, традициях и праздниках.
- Владеет речью как средством общения для выражения своих мыслей, чувств и желаний: использует вербальные и невербальные средства коммуникации.
- Сформирован пассивный и активный словарь в соответствии с его индивидуальными возможностями.
- Формируется положительное отношение к произведениям музыкального искусства, миру природы, фольклору. Он готов к элементарному восприятию музыки.
- Участвует в разных видах творческой деятельности и может проявлять самостоятельную творческую активность.
- Контролирует свои движения и управляет ими.

### **Литература:**

1. «Музыкально-ритмические занятия с глухими детьми» Яхнина Е.З. Пособие для учителя. М.: « Российское педагогическое агентство», 1997.
2. «Музыка против глухоты» Белик И.С. Методические рекомендации к индивидуальным занятиям музыкой с неслышащими детьми.- М.: «Владос», 2000
3. «Методика музыкально – ритмических занятий с детьми, имеющими нарушения слуха». Яхнина Е.З .,М.: «Владос» 2003
4. «Музыкальное воспитание глухих дошкольников» Яшунская Г.И. Пособие для музыкального руководителя детского сада. М. «Просвещение», 1977
5. «Дидактические игры для дошкольников с нарушениями слуха» под ред. Л.А. Головниц. -М.: ООО УМИЦ «Граф пресс», 2003
6. «Оркестр в детском саду» Меркулова Л.Р . Программа формирования эмоционального сопереживания и осознания музыки через музицирование. – М., 1999
7. «Музыкальное воспитание дошкольников» Радынова О.П., Катинене А.И., Палавандишвили М.П.. – М.: Издательский центр «Академия», 2000
8. «Музыкальное воспитание в детском саду» Ветлугина Н.А . – М.: «Просвещение», 1981
9. «Музыкальное воспитание дошкольников» Новикова Г.П. –М.: АРКТИ 2000
10. Фольклор – музыка – театр» Программы и конспекты занятий для педагогов дополнительного образования, работающих с дошкольниками: Программ.-метод. Пособие под ред. С. И. Мерзляковой. – М.: « ВЛАДОС», 2000
11. «Развитие музыкальных способностей детей» Михайлова М.А. Пособие для педагогов и родителей. Ярославль «Академия развития» 1997
12. « Музыкальное воспитание младших дошкольников» Пособие для воспитателя и муз.руководителя дет. сада. (из опыта работы) М.: Просвещение , 1985
13. «Фонетическая ритмика» Т.М. Власова, А.Н.Пфафенродт - М. Владос, 1996г
14. «Методика развития слухового восприятия у детей с нарушение слуха» Назарова Л. П. М; «ВЛАДОС»; 2001 г.
15. Методика развития речи дошкольников с нарушениями слуха» Л.П. Носкова, Л.А. Головниц М.: Владос, 2004г.
16. «Топ хлоп, малыши» Т. Сауко, И.А. Буренина; СПб 2001г.
17. «Са-фи-дансе» (танцевально-игровая гимнастика) Фирилева Ж.Е., Сайкина; СПб, Детство-Пресс, 2000
18. «Настольная книга музыкального руководителя» И. П. Равчеева-Волгоград «Учитель» ФГОС ДО