**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ СТАЦИОНАРНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ СИСТЕМЫ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯСЕРАФИМОВСКИЙ ДЕТСКИЙ ДОМ ИНТЕРНАТ ДЛЯ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ДЕТЕЙ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено  на заседании МС  Протокол №1 от « \_\_\_» августа 20\_\_г.  Принята к утверждению на заседании ПС  Протокол № 1  от «\_\_\_» августа 20\_\_г. | Согласовано и.о.зам. директора по ВРР  «\_\_» августа 20\_\_г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Л.Н. Ягудина | Утверждаю  И.о.директора  ГБСУСОССЗН СДДИ  \_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Г. Усманова  приказ №\_\_\_  от «\_\_\_» августа 20\_\_\_г. |

**АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

**«Спортландия»**

Возраст обучающихся: 6-17лет

Срок реализации: 2024-2025 гг.

Составитель:

Юнусова Оксана Николаевна,

Воспитатель высшей категории

с. Серафимовский, 2024г

**1.Пояснительная записка**

**Статус документа**

Рабочая программа разработана на основе следующих нормативно-правовых инструктивно-методических документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012№ 273-ФЗ;
2. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г.№ 1008;
3. Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г. № 1726-р;
4. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14, утвержденные Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г.;
5. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, СанПиН 2.4.2.3286-15, утвержденные Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 г. № 26 (вступил в действие с 01.09.2016г.).
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242;
7. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 года № ВК- 641/09;
8. Положение о порядке разработки и утверждения адаптированных дополнительных общеразвивающих программ для обучающихся с умственной отсталостью (ИН) и ТМНР, ГБСУСОССЗН СДДИ Пр№157/3 от 19.05.2017 г.
9. Развивающий уход за детьми с тяжелыми и множественными нарушениями развития Информационно-методический сборник для специалистов. Под редакцией А.Л. Битовой, директора РБОО «Центр лечебной педагогики», О.С. Бояршиновой, канд. биол. наук.

**Направленность (профиль) программы** - физкультурно-спортивная.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в последние годы значительно повысился уровень популяризации спортивной деятельности лиц с МН и ТМНР.

Адаптивная физическая культура – это вид физической культуры, которая, с одной стороны, адаптирована, в данном случае, для детей с двигательными, ментальными расстройствами и пр. Она увеличивает возможность адаптации ребят с отклонениями в здоровье, благодаря занятиям в группе, подгруппе или индивидуально. Способствует взаимодействию с педагогом и сверстниками. В ходе занятий улучшаются навыки коммуникации и социализации.

За счет развития мышечной и сенсорных систем улучшается самоконтроль и управление своим телом, что положительно сказывается на освоении социально-бытовых навыков и самостоятельности.

**Отличительные особенности программы:**

В основе программы заложены игровые действия, т.к. у детей с МН и ТМНР всё проходит через игру. Все действия и упражнения на занятии проходят с помощью игровых технологий.

Программа направлена на коррекцию двигательных нарушений Специальные упражнения совершенствуют движения и одновременно развивают речь и интеллект. Так же идет формирование, связанной с моторикой вегетативной системы.

**Адресат программы**

Программа ориентирована на детей с ментальными нарушениями (ИН) и ТМНР, проживающих в Серафимовском детском доме-интернате в возрасте от 5 до 18 лет. Дети, проживающие на 6 посту 2 отделения, имеют разные формы опорно-двигательных нарушений неврологического генеза и как следствие, частичную зависимость от посторонней помощи в передвижении, самообслуживании и предметной деятельности. У большинства детей проявляется интерес к общению и взаимодействию, что позволяет их обучать пользоваться спортивным инвентарем, оборудованием.

**Объем программы*.*** 78 часов, на 1 год обучения.

**Формы обучения**

Занятия в реабилитации умственно отсталых детей имеют свою специфику. Для этой категории целесообразно использовать индивидуальную, подгрупповую, форму занятий. Все это связано с особенностями контингента и степени детей с МН и ТМНР.

**Методы обучения**

Воспитание и обучение детей с МН при всем многообразии подходов, обусловленных своеобразием их физической и психической сферы, имеет ряд общих методов, совокупность которых характеризует любой физкультурной деятельности. К ним относятся:

-метод наблюдения (в ходе которого педагог определяет физическое состояние каждого ребёнка к конкретному упражнению);

-метод формирования занятий;

-метод обучения двигательной деятельности;

-метод развития физических способностей;

-метод воспитания личности;

-метод организации взаимодействия педагога и занимающегося;

-метод регулирования психического состояния детей.

Так же в реабилитации детей с МН и ТМНР, используют 2 группы методов: *реабилитационно-педагогические и спортивно-педагогические*

К реабилитационно-педагогическим относятся:

-компенсация – метод формирования заменителей,

-коррекция – метод устранения нарушений,

-подкрепление – метод сохранения достигнутого уровня.

Из спортивно-педагогических используют:

-метод строго регламентированного упражнения, т.е. упражнений, выполняемых по определенной схеме и дозировке в занятиях;

-игровой метод.

**Тип занятия:** комбинированный, теоретический, практический, диагностический.

**Формы проведения занятий:** занятие-игра, эстафета, игровая программа, открытые занятия, мероприятия.

*Все занятия строятся по коммуникативному принципу:*

1.Подготовительная часть (разминка) – подготовка опорно-двигательного аппарата к работе.

2.Основная часть – упражнения, согласно учебному плану.

3.Заключительная – восстановление дыхания, упражнение на расслабление, самомассаж.

4.Рефлексия.

**Этапы и сроки реализации программы**

Срок реализации программы кружка «Спортландия» – 1 год. Количество часов на год обучения – 78.

*I организационный этап -* составляет 4 часа (Сентябрь). Направлен на диагностику воспитанников, актуального состояния их возможностей и индивидуальных особенностей детей.

*II практический этап -* составляет 9 учебных месяцев (сентябрь- май), направлен на реализацию программы по организации коррекционно-развивающей работе, с детьми с МН и ТМНР, проживающих в ГБСУСОССЗН СДДИ.

*III заключительный этап -* составляет 4 часа, выходная диагностика (Май). Он направлен на мониторинг результатов программы, внесение корректив, согласно полученных результатов.

**Режим занятий**: 2 раз в неделю, 39 недель.

Длительность одного занятия от 15 до 25 минут (в зависимости от психофизического состояния детей). Занятия проводятся группами, при необходимости, могут проводиться и индивидуально, чтобы воспитатель мог уделить каждому ребенку достаточное количество времени и внимания.

Программа предполагает возможность вариативного содержания. В зависимости от особенностей развития воспитанников педагог может вносить изменения в содержание занятий, дополнять практические задания новыми заданиями.

**Методики для диагностики результативности реализации программы**

Диагностика опирается на методику, разработанную рецензентами: Шалгинова В.И., к.пед.н., доцент; Шурышев Н.А., к.пед.н., доцент;

Швалева Т.А., к.пед,н., доцент, зав.кафедрой физической культуры и спорта ХГУ им. Н.Ф. Катанова; Матонина О.П. инструктор по физической культуре МДОУ ЦРР –д/с «Дельфин». «Диагностика физической подготовленности дошкольников». / Швалева Т.А. ,Матонина О.П. –Абакан, Из-во, 2008г. С-(Приложение 2).

Диагностика проводится два раза в год, в начале и в конце учебного года (сентябрь, май).

Цель диагностики: выявление уровня развития общей моторики, двигательных навыков у детей с МН и ТМНР.

Цель диагностики на начало учебного года: выявить исходный уровень развития общей моторики и двигательных способностей детей.

Цель диагностики на конец учебного года: выявить уровень развития общей моторики и двигательных способностей детей, определить эффективность программы.

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе занятий в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий.

На конец года делается мониторинг результатов освоения программы. По результатам мониторинга проводится анализ, и определяются задачи на новый учебный год.

**Цель и задачи обучения**

**Цель программы:** коррекция физического развития  детей с МН и ТМНР, посредством занятий адаптивной физкультурой.

**Задачи**:

*Воспитательные:*

* воспитать целеустремленность, волю, дисциплинированность, исполнительность;
* способствовать социальной адаптации детей с МН и ТМНР в обществе;
* воспитать культуру общения и поведения;
* сформировать установку на здоровый образ жизни.

*Коррекционно- развивающие:*

* способствовать развитию двигательных качеств у детей с МН и ТМНР;
* развить навыки общения и сотрудничества в коллективе;
* сформировать интерес к занятиям адаптивной физкультурой и к здоровому образу жизни;
* формировать умения понимать причины успеха/неуспеха в учебной деятельности.

*Коррекционно-обучающие:*

* сформировать интерес к занятиям адаптивной физкультурой;
* обучить детей основам техники игры различных видов спорта;
* сформировать двигательные навыки.

**2.Содержание программы**

**Учебно - тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название разделов | Краткое описание | Количество часов |
| 1 | Входная диагностика | Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. | 4 |
| 2 | Игры с модулем.  Упражнения на матах | Гимнастический инвентарь:  Модули, маты | 7 |
| 3 | Прыжки на батуте | Используется комнатный батут | 5 |
| 4 | Ходьба | Используется игровой комплекс | 22 |
| 5 | Игры с мячом | Используются мячики разных размеров и текстуры | 25 |
| 6 | Упражнения на координацию | Используются обруч, гимнастическая палка | 6 |
| 7 | Хороводные игры | Используются упражнения в стихотворной форме | 5 |
| 8 | Итоговая диагностика | Выявление уровня итоговой подготовки детей в данном виде деятельности. | 4 |
| Итого | | | 78ч |

**Предполагаемый возможный результат**

Дети возможно научатся:

-разным видам двигательной активности;

-адекватно реагировать на предложение заниматься;

-выполнять упражнения с предметами и без;

-играть в хороводные игры

-прыгать на батуте;

-положительно относиться к результатам своей деятельности;

-помогать готовить физкультурный инвентарь для физических упражнений, убирать его на место.

Возможные личностные результаты освоения рабочей программы включают:

-обогащение опыта эмоционально-чувственного восприятия окружающей действительности;

-развитие зрительного и других видов восприятия, внимания;

получение удовольствия от занятий;

развитие интереса к взаимодействию с окружающими;

умение взаимодействовать с взрослым в процессе совместной деятельности.

**3. Методическое обеспечение программы**

Оборудование и материал, используемый на занятиях:

* спорткомплекс из мягких модулей,
* набор мягких модулей для спортивных игр и соревнований,
* гимнастическая лестница, дорожки,
* мячи резиновые (различного диаметра),
* обруч пластмассовый плоский,
* гимнастические палки,
* кегли,
* набивные мячи (с песком, ватой),
* мячи для метания (пластмассовые),
* игровые предметы.

**Информационные ресурсы**

* Сайт ГБСУСОССЗН СДДИ
* интернет-серверы: Google, Яндекс.

**4.Список литературы**

1. Гамидова С. К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий / Гамидова Светлана Константиновна ; [Смол. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма]. - Смоленск, 2012.
2. Герасимова Т. В. Формирование навыков здорового способа жизни методами оздоровительной физической культуры // Педагогика, психология и медико-биол. проблемы физич. воспитания и спорта. – 2009. - № 10.
3. Кирпиченков А. А. Оздоровительно-развивающие занятия на основе комплексного применения физических упражнений. - Смоленск, 2012.
4. Литвинова О. П. Влияние оздоровительной аэробики на развитие двигательных качеств // Педагогика, психология и медико-биол. проблемы физич. воспитания и спорта. – 2009. - № 10.
5. Свечкарёв В. Г. Использование машины адаптивного воздействия в практике оздоровительной физической культуры / В. Г. Свечкарёв, В. В. Гурин // Кубан. науч. мед. вестн. - 2006. - № 11.
6. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы. - М.: Советский спорт, 2010.
7. Ростомашвили Л.Н.: Адаптивное физическое воспитание детей со сложными нарушениями развития. - М.: Советский спорт, 2009
8. В.А. Лисовский, С.П. Евсеев, В.Ю. Голофеевский, А.Н. Мироненко; Под ред. С.П. Евсеева; Рец.: О.С. Насонкин, Е.Н. Ткаченко: Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и инвалидов. - М.: Советский спорт, 2001.

**Интернет – ресурсы**

http://sport.minstm.gov.ru

И-Р 2

[www.wikipedia.com](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.wikipedia.com%2F)

И-Р 3

[http://www.mossport.ru](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.mossport.ru%2F)

И-Р 4

[http://mamutkin.ucoz.ru](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fmamutkin.ucoz.ru%2F)

И-Р 5

**Приложение 1**

**Календарно-тематический план кружка «Спортландия»**

**на 2024-2025 учебный год**

**(понедельник-четверг, вторник-суббота)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **I**  **подгруппа** | | **II**  **подгруппа** | | **Темы занятия** | **Дидактическая цель** |
| **Дата** | | **Дата** | |
|  | **План** | **факт** | **План** | **факт** |
| 1 | 04.09 |  | 02.09 |  | **Входная диагностика**  Методика диагностики развития движений | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |
| 2 | 07.09 |  | 05.09 |  | Методика диагностики развития движений | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |
| 3 | 11.09 |  | 12.09 |  | Методика диагностики развития движений | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |
| 4 | 14.09 |  | 16.09 |  | Методика диагностики развития движений | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |
| 1. **Гимнастический инвентарь** | | | | | | |
| 5 | 18.09 |  | 19.09 |  | «Игры с модулями» | Формировать двигательную активность детей. |
| 6 | 21.09 |  | 23.09 |  | «Игры с тоннелем» | Формировать двигательную активность детей. |
| 7 | 25.09 |  | 26.09 |  | «Игры с модулями и тоннелем» | Продолжать развивать двигательную активность детей. |
| 8 | 28.09 |  | 30.09 |  | «Упражнение на матах» | Продолжать развивать равновесие ребят во время упражнения |
| 9 | 02.10 |  | 03.10 |  | «Упражнение на матах с тоннелем» | Продолжать развивать двигательную активность и равновесие детей |
| 10 | 05.10 |  | 07.10 |  | «Упражнение на матах с модулями» | Развивать двигательную активность детей. |
| 11 | 09.10 |  | 10.10 |  | «Упражнение на матах с кеглями» | Совершенствовать навыки двигательной активности и равновесия, во время упражнений на матах, с предметом |
| 1. **Батут** | | | | | | |
| 12 | 12.10 |  | 14.10 |  | «Прыжки на батуте» | Формировать координацию движений, формировать умение удерживать равновесие во время прыжков |
| 13 | 16.10 |  | 17.10 |  | «Прыжки на батуте» | Продолжать формировать координацию движений, формировать умение удерживать равновесие во время прыжков |
| 14 | 19.10 |  | 21.10 |  | «Прыжки на батуте» | Продолжать развивать координацию движений, учить ребят удерживать равновесие во время прыжков |
| 15 | 23.10 |  | 24.10 |  | «Прыжки на батуте» | Продолжать развивать координацию движений, учить ребят удерживать равновесие во время прыжков |
| 16 | 26.10 |  | 28.10 |  | «Прыжки на батуте» | Совершенствовать навыки равновесия, во время прыжков |
| 1. **Ходьба** | | | | | | |
| 17 | 30.10 |  | 31.10 |  | «Прямо, по одному в колонне» | Формировать устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры, учить ребят ходить друг за другом - прямо |
| 18 | 02.11 |  | 04.11 |  | «По кругу, держась за руки» | Формировать устойчивое равновесие на большой площади опоры, учить ребят держаться за руки, ходить по кругу вправо и влево. |
| 19 | 06.11 |  | 07.11 |  | «По кругу, без рук» | Продолжать формировать устойчивое равновесие на большой площади опоры, учить ребят ходить по кругу вправо и влево, вслед за педагогом, без поддержки рук. |
| 20 | 09.11 |  | 11.11 |  | «По гимнастической дорожке» | Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. |
| 21 | 13.11 |  | 14.11 |  | «По гимнастической дорожке» | Продолжать упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. |
| 22 | 16.11 |  | 18.11 |  | «По дорожке из шнуров» | Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  Учить правильно переставлять ножки |
| 23 | 20.11 |  | 21.11 |  | «По дорожке из шнуров» | Продолжать упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  Учить ребят правильно переставлять ножки |
| 24 | 23.11 |  | 25.11 |  | «По следам прямо» | Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры.  Учить ребят правильно наступать на следы из бумаги |
| 25 | 27.11 |  | 28.11 |  | «По следам по кругу» | Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, в разные стороны – по кругу.  Продолжать учить ребят правильно наступать на следы из бумаги |
| 26 | 30.11 |  | 02.12 |  | «Между предметами» | Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, друг за другом |
| 27 | 04.12 |  | 05.12 |  | «Зигзагом, между предметами» | Упражнять в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры, меняя направление |
| 28 | 07.12 |  | 09.12 |  | «Огибая предметы» | Упражнять в ходьбе в обход предметов, в колонне по одному. Продолжать развивать равновесие при ходьбе, меняя направление |
| 29 | 11.12 |  | 12.12 |  | «С перешагиванием, через маленький предмет» | Учить переставлять ноги, через препятствие. Продолжать развивать равновесие при ходьбе |
| 30 | 14.12 |  | 16.12 |  | С перешагиванием, через крупный предмет | Продолжать учить переставлять ноги, через препятствие. Продолжать развивать равновесие при ходьбе |
| 31 | 18.12 |  | 19.12 |  | «С предметом в одной руке» | Упражнять ребят в ходьбе, используя в руке предмет. Продолжать формировать равновесие. Развивать опорно – двигательный аппарат |
| 32 | 21.12 |  | 23.12 |  | «С предметами в руках» | Упражнять ребят в ходьбе, используя в руках предметы. Продолжать формировать равновесие. Развивать опорно – двигательный аппарат |
| 33 | 25.12 |  | 26.12 |  | «По кругу, с предметами в руках» | Продолжать совершенствовать ходьбу, меняя направление. Продолжать формировать равновесие. Развивать опорно – двигательный аппарат |
| 34 | 28.12 |  | 30.12 |  | «С вытянутыми руками» | Учить ребят ходить друг за другом, вытянув руки. Продолжать формировать равновесие. Развивать опорно – двигательный аппарат |
| 35 | 01.01 |  | 02.01 |  | «Держась за шнур» | Продолжать совершенствовать ходьбу. Учить ребят держаться за опору – шнур. Продолжать формировать равновесие. |
| 36 | 04.01 |  | 06.01 |  | «По кругу, держась за шнур» | Продолжать совершенствовать ходьбу, меняя направление. Продолжать формировать равновесие. Продолжать учить ребят держаться за опору – шнур, меняя направление движения. |
| 37 | 08.01 |  | 09.01 |  | «Огибая предметы, держась за шнур» | Продолжать совершенствовать ходьбу, меняя направление. Продолжать совершенствовать равновесие. Продолжать учить ребят держаться за опору – шнур, меняя направление движения. |
| 38 | 11.01 |  | 13.01 |  | «С перешагиванием, держась за шнур» | Учить переставлять ноги, через препятствие. Продолжать совершенствовать равновесие при ходьбе. Продолжать учить ребят держаться за опору – шнур, переступая через препятствие. |
| 1. **Игры с мячом** | | | | | | |
| 39 | 15.01 |  | 16.01 |  | «Соревнование с мячом» | Учить ребят ползти на коленях по полу и катить перед собой рукой мяч. Формировать равновесие и координацию движений. |
| 40 | 18.01 |  | 20.01 |  | «Попади мячом» | Формировать умение бросать мячик в корзинку. Продолжать формировать равновесие и координацию движений. |
| 41 | 22.01 |  | 23.01 |  | «Подбей шарик» | Формировать умение детей кидать мячиком в подвешенный объект.  Продолжать формировать равновесие и координацию движений. |
| 42 | 25.01 |  | 27.01 |  | «Раз, два, три, кидай!» | Формировать умение детей слушать инструкции. Следовать пошагово за педагогом, после речёвки. Продолжать формировать равновесие и координацию движений. |
| 43 | 29.01 |  | 30.01 |  | «Передай мяч» | Учить детей передавать мяч друг другу. Продолжать формировать координацию движений. |
| 44 | 01.02 |  | 03.02 |  | «Собери мячи» | Формировать умение ребят собирать разбросанные мячики в корзинку. Формировать умение следовать инструкциям педагога. . Продолжать совершенствовать координацию движений. |
| 45 | 05.02 |  | 06.02 |  | «Мячи в корзине» | Формировать умение ребят собирать разбросанные мячики по музыку. Учить ребят реагировать на внешний звук – музыку, которая заканчивает игру. Продолжать совершенствовать координацию движений. |
| 46 | 08.02 |  | 10.02 |  | «Тоннель для мячика» | Формировать умение ребят проползать в тоннеле, катить перед собой мячик. Продолжать совершенствовать координацию движений. |
| 47 | 12.02 |  | 13.02 |  | «Катись мячик с горки» | Формировать умение детей скатывать мячики с наклонной поверхности. Развивать общую моторику рук. |
| 48 | 15.02 |  | 17.02 |  | «Катись мячик по тропинке» | Формировать умение детей толкать мячик носочком ноги, по прямой дорожке. Продолжать совершенствовать координацию движений и опорно – двигательный аппарат. |
| 49 | 19.02 |  | 20.02 |  | «Подари мячик другу» | Формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога.  Учить ребят передавать друг другу мячик, сидя на стульчиках (из рук в руки или прокатывать друг другу).  Продолжать совершенствовать координацию движений и опорно – двигательный аппарат. Развивать общую моторику рук. |
| 50 | 22.02 |  | 24.02 |  | «Прокати мяч в ворота» | Формировать умение ребят прокатывать мяч в определенную зону. Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога. Продолжать совершенствовать координацию движений, развивать общую моторику рук. |
| 51 | 26.02 |  | 27.02 |  | «Урони и поймай» | Формировать умение ребят бросать мячик на пол и ловить обратно. Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога. Продолжать совершенствовать координацию движений, развивать общую моторику рук. |
| 52 | 29.02 |  | 02.03 |  | «Кто быстрее принесёт мяч» | Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога. Формировать умение ребят захватывать мяч руками и нести его в корзинку.  Продолжать совершенствовать координацию движений, развивать общую моторику рук. Продолжать совершенствовать равновесие. |
| 53 | 04.03 |  | 05.03 |  | «Мой веселый звонкий мяч» | Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога. Продолжать совершенствовать координацию движений, развивать общую моторику рук. Продолжать совершенствовать равновесие. |
| 54 | 07.03 |  | 09.03 |  | «Салют» | Формировать умение подбрасывать пластмассовые шарики над головой.  Использовать музыкальное сопровождение на выбор педагога. Продолжать совершенствовать равновесие. |
| 55 | 11.03 |  | 12.03 |  | «Быстрый мячик» | Развивать координацию движений, ловкость, фиксацию взора.  Использовать музыкальное сопровождение на выбор педагога |
| 56 | 14.03 |  | 16.03 |  | «Передал - садись» | Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога: передал мячик другому, сел на стульчик. Использовать музыкальное сопровождение на выбор педагога. Продолжать совершенствовать равновесие. |
| 57 | 18.03 |  | 19.03 |  | «Цветочки» | Формировать умение ребят бросать разноцветные мячики, играя в сухом бассейне. Учить ребенка бросать мяч двумя руками, одной рукой. Над головой, перед собой. Развивать зрительно-двигательную координацию, общую и мелкую моторику рук. |
| 58 | 21.03 |  | 23.03 |  | «Сбей кегли» | Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога.  Развивать элементарные навыки попадания мячом в цель (энергично отталкивать мяч в заданном направлении, развивать зрительно-двигательную координацию, общую моторику. |
| 59 | 25.03 |  | 26.03 |  | «Забрось мяч в корзинку» | Развивать элементарные навыки попадания мячом. Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога. |
| 60 | 28.03 |  | 30.03 |  | «Колобок» | Учить катить и ловить мячик. Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога. |
| 61 | 01.04 |  | 02.04 |  | «Пирамидка» | Развивать элементарные навыки попадания мяча в цель. Продолжать формировать умение следовать за инструкциями и показом педагога. |
| 62 | 04.04 |  | 06.04 |  | «Игра в мяч» | Развивать зрительно – двигательную координацию детей, в самостоятельной игре с мячиком. Использовать музыкальное сопровождение на выбор педагога. Продолжать совершенствовать равновесие. |
| 63 | 08.04 |  | 09.04 |  | «Игра в мяч» | Продолжать развивать зрительно – двигательную координацию детей, в самостоятельной игре с мячиком. Использовать музыкальное сопровождение на выбор педагога. Продолжать совершенствовать равновесие, опорно –двигательный аппарат. |
| 1. **Упражнения на координацию** | | | | | | |
| 64 | 11.04 |  | 13.04 |  | «Упражнение с гимнастической палкой» | Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога. Формировать у детей умение ребят выставлять гимнастическую палку вперед и опускать её. Продолжать совершенствовать равновесие, общую моторику рук.  Развивать координацию движений |
| 65 | 15.04 |  | 16.04 |  | «Упражнение с обручем» | Развивать двигательную активность детей. Упражнять ребят в играх с обручем. Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога. Продолжать совершенствовать равновесие, общую моторику рук.  Развивать координацию движений |
| 66 | 18.04 |  | 20.04 |  | «Упражнение с гимнастической палкой» | Формировать умение ребят поднимать гимнастическую палку над головой и передавать другому.  Развивать координацию движений.  Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога. Продолжать совершенствовать равновесие, общую моторику рук. |
| 67 | 22.04 |  | 23.04 |  | «Игра с обручем и шариками» | Формировать умение ребят собирать и складывать шарики внутри круга. Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога.  Развивать двигательную активность детей. |
| 68 | 25.04 |  | 27.04 |  | «Упражнение с гимнастической палкой» | Упражнять ребят с гимнастической палкой, сидя на матах. Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога. Продолжать совершенствовать равновесие, общую моторику рук. |
| 69 | 29.04 |  | 30.04 |  | «Игра с обручем и мячом» | Формировать умение ребят прокатить мячик в круг. Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога. Продолжать совершенствовать опорно – двигательный аппарат. |
| 1. **Хороводные игры** | | | | | | |
| 70 | 02.05 |  | 04.05 |  | «Зайка шёл» | Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога: следовать друг за другом, по кругу.  развивать координацию, ориентацию в пространстве. |
| 71 | 06.05 |  | 07.05 |  | «Раздувайся пузырь» | Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога: следовать друг за другом, по кругу.  развивать координацию, ориентацию в пространстве. |
| 72 | 09.05 |  | 11.05 |  | «Карусель» | Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога: следовать друг за другом, по кругу.  развивать координацию, ориентацию в пространстве. |
| 73 | 13.05 |  | 14.05 |  | «Каравай» | Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога: следовать друг за другом, по кругу.  развивать координацию, ориентацию в пространстве. Использовать музыкальное сопровождение. |
| 74 | 16.05 |  | 18.05 |  | «Водят пчелы хоровод» | Формировать умение ребят следовать за инструкциями и показом педагога: следовать друг за другом, по кругу.  развивать координацию, ориентацию в пространстве. Использовать музыкальное сопровождение. |
| 75 | 20.05 |  | 21.05 |  | **Выходная диагностика**  Методика диагностики развития двигательной активности Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |
| 76 | 23.05 |  | 25.05 |  | Методика диагностики развития двигательной активности | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |
| 77 | 27.05 |  | 28.05 |  | Методика диагностики развития двигательной активности | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |
| 78 | 30.05 |  | 31.05 |  | Методика диагностики развития двигательной активности | Использовать диагностическую карту, посчитать баллы, сделать выводы. |

**Приложение 2**

**Диагностика по адаптивной физкультуре**

В основу диагностики легли разработки кандидата педагогических наук, доцента кафедры методики физического воспитания Уральской государственной академии физической культуры Шармановой С.Б., кандидата педагогических наук, профессора кафедры методики дошкольного воспитания и обучения МПГУ Степаненковой Э. Я. *(адаптивный вариант).*

**Характеристика тестов**

* 1. **Показатели метания мяча (от 0 до 4 баллов)**

Метание в цель проводится индивидуально, каждому ребенку также дается по три попытки каждой рукой, двумя руками.

* 1. **Координационные показатели (от 0 до 4 баллов)**

для определения координационных способностей использовали следующие контрольные упражнения: ходьба по гимнастической дорожке, игры с кубиками, ловля мяча двумя руками. Игры с обручем и гимнастической палкой.

* 1. **Определение силы (от 0 до 4 баллов)**

Выполняется 2—3 попытки сначала левой, затем правой рукой. Регистрируется лучший результат обеих кистей рук .

**Оценка производилась по четырёх балльной шкале**

**(для детей с МН и ТМНР):**

\* **до 12 баллов** - быстрое, одновременное выполнение упражнения в пространстве и во времени, сохраняя правильное направление, амплитуду движения, траекторию полета. Ребенок проявляет самостоятельность.

Помощь педагога незначительна или не нужна вовсе.

\***до 6**  **баллов** - упражнение выполнено правильно в пространстве и во времени, параметры воспроизведения движений точное.

С небольшой помощью педагога.

\* **до 3 баллов -** нечеткое выполнение упражнения, потеря равновесия, выполнение отдельных элементов в медленном темпе, после показа упражнений.

Со значительной помощью педагога.

\***0 баллов** – у ребенка нет стремления к выполнению упражнений, даже совместно с педагогом.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Диагностика по адаптивной физкультуре** | | | | | | | | | |
| № | Ф.И. детей |  | | | | | | | |
| Показатели метания мяча от 0-4баллов | | Координационные показатели от 0-4 баллов | | Определение силы от 0-4 баллов | | Общее кол-во баллов | |
| сен | май | сен | май | сен | май | сен | май |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Выводы:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_