

СОГЛАСОВАНО

на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 25.08.2017 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ «ЦРР –
детский сад № 67»

Н.Н. Алефиренко/
«25» августа 2017 г.



**Адаптированная образовательная программа
для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения «Центр развития ребенка – детский сад № 67»
г.Уссурийска Уссурийского городского округа**

**г.Уссурийск
2017**

Содержание

1. Целевой раздел

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи реализации адаптированной программы для детей–инвалидов и детей с ОВЗ
- 1.3. Принципы и подходы к реализации программы
- 1.4. Особенности развития детей
- 1.5. Планируемые результаты как целевые ориентиры освоения воспитанникам и программы
- 1.5.1. Требования ФГОС ДО к целевым ориентирам

2. Содержательный раздел

- 2.1. Описание коррекционно-образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, представленными в пяти образовательных областях, с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания
- 2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации адаптированной программы
- 2.3. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата.
- 2.4. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников
- 2.5. Психологическое сопровождение образовательного процесса

3. Организационный раздел

- 3.1. Описание материально-технического обеспечения программы
- 3.2. Режим дня
- 3.3. Программно-методическое обеспечение

Приложение

1. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Развитие современного общества предъявляет новые требования к дошкольным образовательным учреждениям, к организации воспитательно-образовательного процесса, выбору и обоснованию основных и парциальных программ, результатам и результативности их деятельности.

Данная программа разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ
- Конвенцией о правах ребенка ООН;
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.2660-10;
- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных образовательных организациях (Постановление от 15 мая 2013 г. N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13»)
- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155)
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования» (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. N 1014)
- Устава Учреждения.

Программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей с ограниченными возможностями здоровья и направлена на создание в учреждении специальных условий воспитания, обучения, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей – инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

При воспитании и обучении детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата существует ряд проблем, обусловленных психофизическими особенностями. Поэтому разработка адаптивной программы, учитывающей специфику воспитания и обучения детей нашего учреждения, является актуальной. Адаптивная программа рассчитана на детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата в возрасте от 4 до 7 лет.

1.2. Цели и задачи реализации адаптированной программы

Цель программы – создание условий для всестороннего развития ребенка – инвалида и для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в целях обогащения его социального опыта и гармоничного включения в коллектив сверстников.

Задачи, решение которых необходимо для реализации цели:

1. охрана и укрепление физического и психического

здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;

2. обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
3. обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней;
4. создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
5. объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно- нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил, и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
6. формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, физических, интеллектуальных качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
7. формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;
8. обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей.

Специальные (коррекционные задачи):

1. Обеспечение коррекции нарушений развития детей - инвалидов и для детей с ограниченными возможностями здоровья, оказание им квалифицированной помощи в освоении Программы.
2. Освоение детьми Программы, их разностороннее развитие с учётом возрастных и индивидуальных особенностей и особых образовательных потребностей, социальной адаптации.

1.3. Принципы и подходы к формированию программы

Программа строится на основании принципов дошкольного образования:

1. полноценное проживание ребёнком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
2. построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребёнка, при котором сам ребёнок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее - индивидуализация дошкольного образования);

3. содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
4. поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
5. сотрудничество с семьёй;
6. приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
7. формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
8. возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
9. учёт этнокультурной ситуации развития детей.

Реабилитационная работа с Обучающимися строится с учетом следующих принципов:

1. Принцип единства развития и коррекции, который означает, что коррекционная работа осуществляется только на основе анализа внутренних и внешних условий развития ребенка, с учетом возрастных закономерностей развития и характера нарушений;
2. Принцип единства диагностики и коррекции развития, который предполагает, что цели и содержание коррекционной работы могут определяться на основе комплексного, системного, целостного, динамического изучения ребенка;
3. Принцип взаимосвязи коррекции и компенсации показывает, что система коррекционной работы призвана компенсировать нарушения в развитии и направлена на реабилитацию и социальную адаптацию ребенка с проблемами;
4. Принцип учета возрастных психологических и индивидуальных особенностей развития определяет индивидуальный подход к ребенку и построение коррекционной работы на базе основных закономерностей психического развития с учетом сенситивных периодов, понимания значения последовательных возрастных стадий для формирования личности ребенка;
5. Принцип комплексности методов психолого-педагогического воздействия позволяет оказать помощь ребенку и его родителям;
6. Принцип личностно-ориентированного и деятельностного подходов в осуществлении коррекционной работы предполагает выбор и построение материала исходя из индивидуальных особенностей с учетом потребностей и потенциальных возможностей, с опорой на значимый вид деятельности для ребенка;
7. Принцип оптимистического подхода в коррекционной работе предполагает организацию атмосферы успеха для ребенка, веру в ее положительный результат, поощрение его малейших достижений;
8. Принцип активного привлечения ближайшего окружения, т.к. ребенок является субъектом целостной системы социальных отношений и успех коррекционной работы зависит от сотрудничества с родителями.

1.4. Значимые для разработки и реализации адаптированной программы характеристики, в том числе характеристики особенностей развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Психофизиологические особенности детей с нарушением осанки

В результате комплексных исследований детей, имеющих нарушения осанки, были выявлены низкие показатели двигательной активности, развития физических качеств, функций кардио-респираторной системы и пониженный уровень физической подготовленности в сравнении со здоровыми дошкольниками. Установлено снижение резистентности защитных сил организма у детей с нарушением осанки.

У детей с нарушением осанки отмечаются: общая физическая ослабленность, недостаточная сформированность двигательных навыков и физических качеств, низкая двигательная активность детей, низкая моторная обучаемость. Наблюдаются различные хронические заболевания, снижение сопротивляемости к инфекционным и простудным заболеваниям, особенно к заболеваниям верхних дыхательных путей. Дети плохо адаптируются к изменяющимся условиям внешней среды и прежде всего к температурным и атмосферным изменениям. Отмечаются апатичное отношение к ограниченности своих двигательных возможностей, отсутствие инициативы в овладении движением, активного стремления к общению с окружающими.

Виды нарушений осанки: нарушения осанки во фронтальной, сагиттальной плоскостях и обеих плоскостях одновременно.

Сутулость- нарушение осанки, в основе которого лежит увеличение грудного кифоза с одновременным уменьшением поясничного лордоза. Надплечья приподняты. Плечевые суставы выведены вперед. Живот выступает вперед.

Круглая спина (тотальный кифоз)- нарушение осанки, связанное со значительным увеличением грудного кифоза и отсутствием поясничного лордоза. Ноги слегка согнуты. Угол наклона таза уменьшен. Голова наклонена вперед, надплечья приподняты, плечевые суставы сведены вперед, грудь западает, руки свисают чуть впереди туловища. Живот выступает вперед.

Кругловогнутая спина- нарушение осанки, состоящее в увеличении всех физиологических изгибов позвоночника. Угол наклона таза увеличен, ягодицы выступают. Ноги выпрямлены или слегка согнуты в коленных суставах. Живот выступает либо даже свисает. Надплечья приподняты, плечевые суставы выведены вперед, голова бывает выдвинута вперед от средней линии тела.

Плоская спина- нарушение осанки, характеризующееся уменьшением всех физиологических изгибов позвоночника, в первую очередь поясничного лордоза, и уменьшением угла наклона таза. Грудная клетка смещена вперед. Живот втянут.

Плосковогнутая спина- нарушение осанки, состоящее в уменьшении грудного кифоза при нормальном или увеличенном поясничном лордозе. Угол наклона таза увеличен.

Таз смещен несколько назад. Ноги могут быть слегка согнуты или слишком

разогнуты в коленных суставах. Значительно ослаблены мышцы брюшного пресса и ягодиц.

Данные нарушения осанки могут привести к ряду заболеваний позвоночника: лордоз, кифоз, сколиоз.

Психофизиологические особенности детей с плоскостопием

Детям с плоскостопием (продольным или поперечным) характерны быстрая утомляемость ног, что в последствии может привести к общей утомляемости и к синдрому хронической усталости, ноющие боли в стопах, боли в мышцах бедер, голени, пояснице, возникающие при движении, а в дальнейшем и при стоянии, боли проходят после ночного сна, напряжение в икроножных мышцах. Таким детям очень сложно подобрать удобную обувь, не доставляющей дискомфорта при ходьбе. Даже правильно подобранная обувь быстро снашивается с внутренней стороны подошвы и/или каблука. Походка у детей с плоскостопием тяжелая, неестественная, может появляться косолапость.

Виды плоскостопия: продольное и поперечное, возможно сочетание обеих форм.

При продольном плоскостопии уплощен продольный свод, и стопа соприкасается с полом почти всей площадью подошвы, длина стоп увеличивается.

При поперечном плоскостопии уплощается поперечный свод, ее передний отдел опирается на головки всех пяти плюсневых костей, а не на первую и пятую, как это должно быть в норме. Длина стоп уменьшается за счет веерообразного расхождения плюсневых костей, отклонения первого пальца кнаружи и молоткообразной деформации среднего пальца (средний палец заходит сверху на второй)

Плоскостопие различают по степени выраженного заболевания (I,II,III степени), и зависит это от площади опорной части стопы.

У детей чаще встречается продольная и смешанная формы.

1.5. Планируемые результаты освоения адаптированной программы

Целевые ориентиры дошкольного образования - представляют собой социально – нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на этапе завершения уровня ДО; определяются независимо от форм реализации Программы, а также от её характера, особенностей развития детей и видов Организации, реализующей Программу; не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), не являются основой объективной оценки подготовки детей.

1.5.1 Требования ФГОС к целевым ориентирам в обязательной части программы

Целевые ориентиры образования для Обучающихся детей:

1. Интересуется окружающими предметами и активно действует с ними; эмоционально вовлечён в действия с игрушками и другими предметами, стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий;

2. Стремится к общению со взрослыми и активно подражает им в движениях и действиях; появляются игры, в которых ребёнок воспроизводит действия взрослого;
3. Проявляет интерес к сверстникам; наблюдает за их действиями и подражает им;
4. Обладает интересом к стихам, песням и сказкам, рассматриванию картинок, стремится двигаться под музыку; эмоционально откликается на различные произведения культуры и искусства;
5. У ребёнка развита крупная моторика; он стремится осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание и пр.);
6. Овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности, способен выбирать себе участников по совместной деятельности.
7. 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 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.
8. Различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;
9. Ребенок владеет доступными ему методами выражения мыслей и желаний (дактильная азбука, жесты) и использует их для выражения своих мыслей, чувств и желаний;
10. У ребёнка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;
11. 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;
12. Ребёнок проявляет любознательность, обладает элементарными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живёт; обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики.

2. Содержательный раздел

2.1. Описание коррекционно-образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, представленными в пяти образовательных областях, с учетом используемых методических пособий, обеспечивающих реализацию данного содержания

2.1.1. Социально-коммуникативное развитие направлено на становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)

Программно-методическое обеспечение

Гарнышева Т.П. ОБЖ для дошкольников -СПб: Детство-пресс, 2010 Гуменюк Е.И., Слисенко Н.А. Будь здоров. Формирование основ здорового образа жизни детей дошкольного возраста -СПб: Детство-пресс, 2010
--

2.1.2. Познавательное развитие предполагает развитие зрительного восприятия: тренировку движения глаз в поиске предмета, в прослеживании и зрительной фиксации его; тренировку зрительного внимания; развитие пространственных представлений в тесной связи с тактильным, кинестетическим и зрительным восприятием; последовательное формирование пространственной дифференциации самого себя, представление о схеме тела, перемещение его в пространстве, обучение ориентации в пространстве.

Программно-методическое обеспечение

Севостьянова Е.О. Хочу все знать. Развитие интеллекта детей 5-7 лет.- М.: ТЦ Сфера, 2005; Кинезиологические упражнения для детей 3-7 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата «Гимнастика мозга»/ Составитель: Шулепова В.В., педагог-психолог
--

2.1.3. Речевое развитие включает развитие двигательных умений и навыков, мелкой моторики, координированных движений рук, зрительно-моторной координации

Программно-методическое обеспечение

Диченкова А.М. Страна пальчиковых игр. Идеи для развития мелкой моторики. «Феникс», 2012.

2.1.4. Художественно-эстетическое развитие предполагает углублённое развитие музыкально-ритмических движений; развитие способности самостоятельно переключаться с одного движения на другое и т. д.; развитие пространственных ориентировок; тренировку движений пальцев рук и кистей

Программно-методическое обеспечение

Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец. «Фитнес-танс»- СПб.: Детство пресс, 2010.

2.1.5. Физическое развитие включает 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 наносящим 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.

Программно-методическое обеспечение

Козырева О.В. Лечебная физкультура для дошкольников, 2005

Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие. Программы диагностики коррекции нарушений, 2001

2.2. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации адаптированной программы

Формы организации физкультурно-оздоровительной работы	Вариативное содержание занятий
1. Утренняя гимнастика	Комплекс корригирующей гимнастики; Традиционный комплекс с включением Упражнений имитационного характера.
2. Гимнастика пробуждения	
3. Подвижные игры	
4. Спортивные игры	Игры низкой и средней интенсивности; Игровые упражнения на развитие внимания.
5. Спортивные упражнения на прогулке	Игры с элементами спорта (футбол, баскетбол и т.д.)
6. Физические упражнения на прогулке	Народные игры
7. Физкультурные занятия	Занятия тренировочного типа
8. Лечебная физкультура	Блок физических упражнений, направленный на развитие гибкости и подвижности позвоночника, на укрепление мышечного тонуса, на коррекцию осанки и формирование свода стопы

9. Индивидуальная работа с использованием тренажеров	
10. Двигательные игры под музыку	
11. Спортивные развлечения	
12. Лечебно-профилактический танец	Образные танцевальные упражнения, укрепляющие осанку, для профилактики плоскостопия, для суставной, дыхательной гимнастики, для глаз, пальчиковой гимнастики.
13. Спортивные праздники	Составлены по специальным сценариям.
	Использование сюрпризных моментов. Участие всех детей.
14. День здоровья	
15. Неделя здоровья	Сюжетно-тематические. Подвижные игры и упражнения по желанию детей. Спортивные игры и упражнения
16. Самостоятельная двигательная активность детей	
17. Массаж и самомассаж	По назначению врача
18. Применение корректоров осанки	По назначению врача
19. Закаливание	Контрастное воздушное и водное закаливание, закаливание солнцем, УФО терапия (по назначению врача)

В организации занятий по программе «Адаптированная образовательная программа» основными **формами работы** являются:

- подгрупповые (12 человек, в зависимости от поставленного диагноза);
 - малогрупповые (2-3 человека);
 - индивидуальные занятия (в зависимости от поставленного диагноза);
- Подгрупповые занятия по лечебной физкультуре проводятся 2 раза в неделю, малогрупповые и индивидуальные ежедневно.

Подгрупповые занятия по лечебно-профилактическому танцу проводятся один раз в неделю, малогрупповые и индивидуальные ежедневно.

Большое значение уделяется дозированию физической нагрузки, которая должна быть адекватна состоянию здоровья ребенка и его психомоторному развитию.

Основным критерием дозировки при проведении коррекционной гимнастики являются исходные положения при выполнении упражнений, подбор физических упражнений, количество повторений каждого упражнения и методы их выполнения, продолжительность занятий и моторная плотность нагрузки на протяжении занятия.

Различают три вида нагрузки: большую, среднюю и малую. При большой нагрузке используются все физические упражнения без ограничений; при средней исключаются бег, прыжки, сложно координированные упражнения; при малой – используются элементарные упражнения для верхних и нижних

конечностей в сочетании с дыхательными упражнениями. В дошкольных учреждениях при проведении занятий коррекционной гимнастикой преобладают большие и средние нагрузки в зависимости от состояния здоровья ребенка и уровня его физической подготовленности.

Занятие состоит из трех частей:

1 часть – вводная. В вводной части занятия ребенок приобретает умение самокоррекции имеющихся недостатков, адаптируется к возрастающим нагрузкам.

2 Часть - основная. В основной части решаются главные коррекционные задачи.

3 часть заключительная – Заключительная часть занятия направлена на постепенное снижение нагрузки. Закрепляются навыки правильной осанки, правильной постановки стоп, правильной походки ит.д.

Коррекционная гимнастика включает в себя три периода реабилитации:

Начальный период – обучение правильным исходным положением; точности выполнения упражнений с учетом индивидуальных особенностей.

Основной период – тренировочный (выполняются упражнения с предметами, на координацию движений, тренировку равновесия, подвижность позвоночника на само вытяжение (индивидуальный подход).

Заключительный период – закрепление ранее достигнутых знаний и умений.

23. Описание образовательной деятельности по профессиональной коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата.

Структура системы коррекционной работы включает взаимосвязанные диагностический, коррекционно-развивающий, оздоровительно-профилактический, социально-педагогический модули. Модульный принцип позволяет вносить своевременные изменения в процесс реализации индивидуального образовательного маршрута ребенка.

Содержание коррекционной работы обеспечивает:

- выявление особых образовательных потребностей детей с ОВЗ, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии (содержание диагностического модуля);

- осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ОВЗ с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей, в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (содержание коррекционно-развивающего, оздоровительно-профилактического, социально-педагогического модулей);

- возможность освоения детьми с ОВЗ Программы и их интеграции в образовательной организации (как результат коррекционной работы).

Рассмотрим механизмы реализации содержания коррекционной работы.

Выявление особых образовательных потребностей детей с ОВЗ (диагностический модуль)

Задачи диагностического модуля: выявить и классифицировать типичные трудности, возникающие у ребёнка при освоении Программы; определить причины трудностей, возникающих у ребёнка при освоении Программы.

Содержание диагностического модуля составляют программы изучения ребенка различными специалистами.

Направления, содержание комплексного изучения ребенка, перечень специалистов, изучающих причины затруднений ребенка при освоении Программы, отражены в таблице:

Направления и содержание комплексного изучения дошкольника

Направление	Содержание работы	Специалисты
Медицинское	Выявление состояния физического и психического здоровья, изучение медицинской документации.	Медицинские работники
Психолого-педагогическое	Обследование актуального уровня развития ребёнка, определение зоны ближайшего развития, выявление трудностей, возникающих у ребёнка по мере освоения основной общеобразовательной программы, причин возникновения данных трудностей.	Воспитатель, учитель-логопед, инструктор физической культуры
Социально-педагогическое	Изучение семейных условий воспитания ребёнка.	

**Индивидуально ориентированная психолого-медико-педагогическая
помощь детям с ОВЗ
(коррекционно-развивающий, оздоровительно-
профилактический, социально-
педагогический модули)**

Задачи коррекционно-развивающего модуля:

- определить необходимые условия для реализации коррекционно-развивающей работы;
- организовать взаимодействие специалистов, осуществляющих сопровождение детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Коррекционно-развивающий модуль обеспечивает создание педагогических условий для коррекции и профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата на основе комплексных диагностических данных.

Условия, необходимые для реализации коррекционной работы:

- использование специальных программ для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, а также специальных методов и приёмов обучения и воспитания;
- использование технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования;
- организация и проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий.

Специалисты, осуществляющие сопровождение ребёнка, реализуют следующие профессиональные функции:

- диагностическую (заполняют диагностические карты трудностей, возникающих у ребёнка; определяют причину трудности с помощью комплексной диагностики);

- проектную (разрабатывают на основе реализации принципа единства диагностики и коррекции индивидуальный маршрут сопровождения);

- сопровождающую (реализуют индивидуальный маршрут сопровождения);

- аналитическую (анализируют результаты реализации индивидуальных образовательных маршрутов).

Организационно-управленческой формой сопровождения является психолого-медико-педагогический консилиум детского сада (ПМПк), который решает задачу взаимодействия специалистов.

Задачи оздоровительно-профилактического модуля: создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, обеспечение их медико-педагогического сопровождения.

Оздоровительно-профилактический модуль предполагает проведение индивидуальных профилактических мероприятий в соответствии с имеющимися условиями.

Задачи социально-педагогического модуля:

- повышение профессиональной компетентности педагогов, работающих с детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата;

- взаимодействие с семьёй ребёнка с нарушениями опорно-двигательного аппарата и социальными партнёрами.

Социально-педагогический модуль нацелен на повышение уровня профессионального образования педагогов; организацию социально-педагогической помощи детям и их родителям, консультативную деятельность.

Итоговые и промежуточные результаты коррекционной работы ориентируются на освоение детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата Программы.

В случае невозможности комплексного усвоения воспитанником Программы из-за тяжести физических нарушений, подтвержденных в установленном порядке городской ПМПк, ребёнку предоставляется место в специализированных группах детских садов города.

24. Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями, имеющими детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Работа с родителями в ДОО строится по следующим направлениям:

1. Оказание помощи семье в воспитании детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.
2. Вовлечение семьи в образовательный процесс.
3. Просветительная работа об особенностях детей с

нарушениями опорно-двигательного аппарата.

4. Создание совместно с родителями условий для реализации личности ребенка.

В работе с семьями, имеющими детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, используются следующие формы работы:

- групповые и индивидуальные консультации;
- оформление информационных стендов;
- встречи-знакомства;
- родительские собрания;
- интерактивное взаимодействие через сайт детского сада;
- проведение «Недели здоровья»;
- совместные праздники, досуги, развлечения;
- фотовыставки;
- круглые столы.

Для того чтобы успешно сотрудничать с родителями (не все родители одинаково подготовлены к сотрудничеству), необходимо изучить семью воспитанника. Используемые методы изучения семьи: анкетирование, наблюдение за ребенком, посещение семьи ребенка, обследование семьи ребенка, беседа с ребенком, беседа с родителями, анализ продуктов детской деятельности.

Информацию, которую педагоги транслируют родителям можно разделить на общую (т.е. предназначенную коллективу родителей в целом) индивидуальную (касающуюся родителей конкретного ребенка). Общая включает в себя информацию о режиме работы дошкольного учреждения, планируемых мероприятиях, содержании нормативно-правовых, программно-методических материалов и др. Индивидуальная представляет собой данные, полученные педагогами в результате обследования ребенка в соответствии с требованиями, сформулированными в части основной общеобразовательной программы, и является конфиденциальной.

Передача информации производится в знаковой (символьной и графической), аудиовизуальной и устной словесной форме.

Знаковыми видами коммуникаций, относящимися к коллективу родителей в целом, являются:

- единый и групповой стенды;
- сайт детского сада;
- плакаты различной тематики (противопожарная, санитарная, гигиеническая, психолого - педагогическая и др.);
- папки, листовки, памятки, буклеты, бюллетени;
- стеллажи для демонстрации детских работ по лепке и небольших конструкций;
- баннеры;

К знаковым видам коммуникаций, обеспечивающими индивидуальное взаимодействие с родителями каждого ребенка являются:

- паспорт здоровья;

- дневник достижений;
- специальные тетради с печатной основой;
- портфолио;

Аудиовизуальные способы передачи информации могут быть представлены в следующих формах;

- просмотр видеоматериалов связанных с физическим развитием детей;
- документальные видеофильмы с записью занятий, праздников и других воспитательно – образовательных мероприятий;
- учебные видеофильмы;

В устной словесной форме передача информации коллективу родителей в целом осуществляется:

- на родительских собраниях, встречах, «круглых столах» и пр.;
- при проведении открытых занятий и совместных праздников;

В устной словесной форме индивидуальное взаимодействие с родителями каждого ребенка осуществляется:

- при ежедневных непосредственных контактах педагогов с родителями;
- при проведении неформальных бесед о детях или запланированных встреч с родителями;
- при общении по телефону.

2.5. Психологическое сопровождение образовательного процесса

Цель деятельности: психологическое сопровождение участников образовательного процесса, обеспечение комфортных психологических условий для полноценного психического и социально- коммуникативного развития детей и формирование их личности в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Задачи:

1. Профилактика и предупреждение проблем в эмоциональном и социально-коммуникативном развитии детей.
2. Оказание содействия детям в решении актуальных задач развития, обучения, социализации.
3. Развитие психолого-педагогической компетентности, повышение психологической культуры педагогов и родителей.

Направление деятельности

I. Коррекционно-развивающее.

- Систематическая целенаправленная работа педагога-психолога с детьми, отнесёнными к категории группы риска по тем или иным основаниям.
- Воздействие специалистов на процесс формирования личности и сохранение индивидуальности детей.
- Совместная деятельность педагога-психолога и специалистов ДОУ по разработке и реализации индивидуальных образовательных маршрутов. Программы развивающей и психокоррекционной работы разрабатываются с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяемых в ходе психодиагностических исследований.

Формы работы: подгрупповые и индивидуальные коррекционно-развивающие

занятия, занятия с элементами тренинга с взрослыми участниками образовательного процесса.

II. Психопрофилактическое направление.

Формирование у педагогов и родителей потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития, и развития личности ребёнка на каждом возрастном этапе. Способствование гармонизации детско-родительских отношений.

Формы работы: индивидуальные и групповые консультации, выступления на родительских собраниях, круглые столы.

III. Консультативное.

Оказание непосредственной помощи взрослым и детям в осознании ими природы их затруднений, в анализе и решении психологических проблем.

Формы работы: индивидуальное и групповое консультирование.

3. Организационный раздел

3.1. Материально-техническое обеспечение Программы.

Материально-техническое оснащение	
Методический кабинет	Библиотека методической и детской литературы; видеотека, подшивка периодики, подборка обучающих презентаций для педагогов и детей; «портфолио» педагогов; дидактические пособия для занятий; архив документации, ноутбук, принтер, мультимедийное оборудование.
Музыкальный кабинет	Электронное пианино, детские музыкальные инструменты, музыкальный центр, ноутбук, костюмы и атрибуты, фонотека, методическая литература, музыкальные пособия.
Физкультурный зал	Спортивный инвентарь, детские тренажеры, массажные дорожки, батут, спортивный комплекс, музыкальный центр, методическая литература
Медицинский кабинет	Картотека, медицинская документация, кушетка, ростомер, медицинские весы, холодильник и другой медицинский инвентарий.
Групповые помещения учетом возрастных особенностей	Игрушки и игры, дидактический и раздаточный материал, детская художественная литература, доска для занятий, ширмы, плакаты, мебель для центров детской активности, спортивный инвентарь, телевизор, музыкальный центр
Коридоры ДОУ	Информационные стенды.
Территория ДОУ	Участки для прогулок, цветник, экологическая тропа, спортивная площадка

3.2. Распорядок и/или режим дня

Одно из ведущих мест в ДООУ принадлежит режиму дня. Под режимом принято понимать научно обоснованный распорядок жизни, предусматривающий рациональное распределение времени и последовательность различных видов деятельности и отдыха. Основные компоненты режима: дневной сон, бодрствование (игры, трудовая деятельность, занятия, совместная и самостоятельная деятельность), прием пищи, время прогулок.

Ежедневная организации жизни и деятельности детей осуществляется с учетом:

- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми: основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра;
- учебного плана;
- решения программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей, и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Основные принципы построения режима дня:

1. Режим дня выполняется на протяжении всего периода воспитания детей в дошкольном учреждении, сохраняя последовательность, постоянство и постепенность.

2. Соответствие правильности построения режима дня возрастным психофизиологическим особенностям дошкольника. Поэтому в ДООУ для каждой возрастной группы определен свой режим дня. В детском саду выделяют следующее возрастное деление детей по группам:

4-5лет	средняя ортопедическая группа
5-6лет	старшая ортопедическая группа
6-7лет	подготовительная к школе ортопедическая группа

Ежедневная организация пребывания детей учитывает их возрастные особенности и климатические условия.

Режим дня (зимнее время)

группы режимные моменты	Средний возраст (4-5л)	Старший возраст (5-6л)	Старший возраст (6-7л)
Прием детей	7.30-7.45	7.30-7.50	7.30-8.00
Утренняя гимнастика	8.07-8.12	8.15-8.30	8.30-8.45
Завтрак	8.25-8.45	8.35-8.45	8.45-8.55

непрерывная образовательная	9.00-10.25	9.00-11.00	9.00-11.10
деятельность взрослых и детей			
Прогулка	10.40-12.00	11.15-12.30	11.20-12.30
Обед	12.15-12.45	12.40-13.10	12.40-13.10
Дневной сон	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00
Гимнастика после сна	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Непосредственно организованная деятельность взрослых и детей	15.30-15.55	15.30-16.00	15.30-16.20
Полдник уплотненный	16.05-16.20	16.20-16.40	16.30-16.50
Прогулка	16.30-18.00	16.50-18.00	17.00-18.00

В соответствии с СанПин прогулка не проводится при температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 15 м/с для детей до 4 лет, а для детей 5-7 лет при температуре воздуха ниже минус 20 °С и скорости ветра более 15м/с.

**Режим дня
(летнее время)**

группы режимные моменты	Средний возраст (4-5л)	Старший возраст (5-6л)	Старший возраст (6-7л)
Прием на воздухе	7.30-8.00	7.30-8.00	7.30-8.00
Утренняя гимнастика	8.10-8.20	8.20-8.30	8.30-8.45
Завтрак	8.25-8.45	8.35-8.50	8.45-9.00
Прогулка	9.00-12.00	9.00-12.00	9.00-12.00
Обед	12.10-12.40	12.10-12.40	12.10-12.40
Дневной сон	13.00-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00
Гимнастика после сна	15.00-15.20	15.00-15.20	15.00-15.20
Непосредственно организованная деятельность взрослых и детей	15.30-15.55	15.30-16.00	15.30-16.20
Полдник уплотненный	16.05-16.20	16.20-16.40	16.30-16.50
Прогулка	16.30-18.00	16.50-18.00	17.00-18.00

3.3. Программно-методическое обеспечение

Коррекционно-развивающая работа педагога-психолога осуществляется на основе программно-методического обеспечения, в котором отражается специфика процессов обучения и воспитания детей, имеющих различные отклонения в психическом и социальном развитии:

1. 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

2. Ковалец И. В. Азбука эмоций: Практическое пособие для работы с детьми, имеющими отклонения в психофизическом развитии и эмоциональной сфере: Метод. пособие для педагогов общего и спец. образования. - М.: ВЛАДОС, 2003

3. 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.

Коррекционно-развивающая работа инструктора по физической культуре осуществляется на основе программно-методического обеспечения, в котором отражается специфика процессов обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

1. Асачева Л.Ф., Горбунова О.В. Система занятий по профилактике нарушений осанки и плоскостопия, ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.

2. Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников, ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013.

3. Мелехина Н.А., Колмыкова Л.А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ, ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2012;

4. Кудрявцев В.Т., Егоров Б.Б. Развивающая педагогика оздоровления»

5. Козырева О.В., Лечебная физкультура для дошкольников (при нарушениях опорно-двигательного аппарата): пособие для инструкторов лечебной физкультуры, воспитателей и родителей.- М.: Просвещение, 2005

Коррекционно-развивающая работа хореографа осуществляется на основе программно-методического обеспечения, в котором отражается специфика процессов обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

1. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец. «Фитнес-данс»- СПб.: Детство-пресс, 2010.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Календарно-тематическое планирование по физкультурно-оздоровительной работе

Месяц	Цель	Комплексы упражнений
Средний возраст		
сентябрь	диагностика	

1-2 неделя		
сентябрь 3-4 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины, мышц задней поверхности ног;	«Дом с трубой»; «Холм»; «Бабочка», «Бабочка отдыхает»; «Змея»; «Черепаша»; «Кошка потягивается -1», «Кошкапотягивается - 2».
октябрь 1-2 неделя	раскрытие плечевых суставов и успокоение нервной системы.	
октябрь 3-4 неделя	Снятие напряжения, расслабление мышцтела, помощь в раскрытии тазобедренных суставов, растягивание мышцспины.	«Холм»; «Дом с трубой»; «Семя»; «Росток»; «Листик качается»; «Дерево»; «Ласточка»; «Горт»; «Змея»; «Кошка потягивается - 1»; «Кошка потягивается - 2»; «Черепаша»
ноябрь 1-2 неделя		
ноябрь 3-4 неделя	Укрепление мышц спины, ног, ягодиц и плечевого пояса, вытягивание мышц передней поверхности бедер и брюшного пресса,	«Холм с деревом»; «Скамейка»; «Дом с трубой»; «Кошка потягивается - 1»; «Кошка потягивается - 2»; «Ножницы»; «Свеча»; «Пирог»; «Часы»
декабрь 1-2 неделя	стимуляция работы органов брюшной полости.	
декабрь 3-4 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины, растягивание мышц паха и спины.	«Бутерброд»; «Скамейка»; «Корзина»; «Ласточка»; «Кошка потягивается -1», «Кошкапотягивается - 2»; «Черепаша»; «Змея»
Январь 3-4 неделя		
февраль 1-4 неделя	Обучение длительному выдоху, развитие мышц, участвующих в дыхании; успокоение нервной системы.	«Дерево»; «Дом с трубой»; «Скамейка»; «Ласточка»; «Облачко»; «Бабочка»; «Бабочка отдыхает»; «Лодка»; «Кошка потягивается -1», «Кошка потягивается - 2»; «Черепаша»
Март 1-4 неделя	Укрепление мышц спины, растягивание мышц груди, живота и бедер, стимуляция работы органов брюшной полости.	«Дом с трубой»; «Мост»; «Холм»; «Ласточка»; «Кошка потягивается -1», «Кошка потягивается - 2»; «Змея»; «Черепаша»; «Бабочка»; «Бабочкаотдыхает».
Апрель 1-4 неделя	Раскрытие тазобедренных суставов, вытягивание мышц задней и внутренней поверхности бедер, растягивание мышц паха и спины.	«Семя»; «Росток»; «Листик качается»; «Дерево»; «Окно»; «Ножницы»; «Холм с деревом»; «Мост»; «Часы»; «Кошка потягивается - 1»; «Кошка потягивается - 2»; «Бутерброд»
Май 2-3 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины.	«Дом с трубой»; «Свеча ножницы»; «Ласточка»; «Бабочка»; «Бабочка отдыхает»; «Змея»; «Черепаша»; «Часы»
сроки	Цели:	комплексыупражнений
Старшийвозраст		
сентябрь 1-2 неделя	Диагностика	
сентябрь 3-4 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины, мышц задней поверхности ног;	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №1 с ортопедическими мячами;
октябрь 1-2 неделя	раскрытие плечевых суставов и успокоение нервной системы.	Дыхательная гимнастика
октябрь 3-4 неделя	Снятие напряжения, расслабление мышцтела, помощь в раскрытии тазобедренных суставов, растягивание мышцспины.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №2;
ноябрь 1-2 неделя		Дыхательная гимнастика
ноябрь 3-4 неделя	Укрепление мышц спины, ног, ягодиц и плечевого пояса, вытягивание мышц передней	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №3 с

декабрь 1-2 неделя	поверхности бедер и брюшного пресса, стимуляция работы органов брюшной полости.	гимнастическими палками; Дыхательная гимнастика
декабрь 3-4 неделя Январь 3-4 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины, растягивание мышц паха и спины.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №4 с фитбол мячами. Дыхательная гимнастика
февраль 1-4 неделя	Укрепления мышц ног, рофилактика плоскостопия.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №5 упражнения степ платформой; Дыхательная гимнастика
Март 1-4 неделя	Укрепление мышц спины, растягивание мышц груди, живота и бедер, стимуляция работы органов брюшной полости.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №6 Дыхательная гимнастика
Апрель 1-4 неделя	Раскрытие тазобедренных суставов, вытягивание мышц задней и внутренней поверхности бедер, растягивание мышц паха и спины.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №7 Дыхательная гимнастика
Май 2-3 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №8 Дыхательная гимнастика
Подготовительный возраст		
сентябрь 1-2 неделя	Диагностика	
сентябрь 3-4 неделя октябрь 1-2 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины, мышц задней поверхности ног; раскрытие плечевых суставов и успокоение нервной системы.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №1 с элементами йоги; Дыхательная гимнастика
октябрь 3-4 неделя ноябрь 1-2 неделя	Снятие напряжения, расслабление мышц тела, растягивание мышц спины.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №2 с фитбол мячом; Дыхательная гимнастика
ноябрь 3-4 неделя декабрь 1-2 неделя	Укрепление мышц спины, ног, ягодиц и плечевого пояса, вытягивание мышц передней поверхности бедер и брюшного пресса, стимуляция работы органов брюшной полости.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №3 с гимнастическими палками; Дыхательная гимнастика
декабрь 3-4 неделя Январь 3-4 неделя	Укрепление мышц спины рук и передней поверхности ног; вытягивание и укрепление мышц спины, растягивание мышц паха и спины.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №4 с элементами йоги; Дыхательная гимнастика
февраль 1-4 неделя	Обучение длительному выдоху, развитие мышц, участвующих в дыхании; успокоение нервной системы.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №5 со степ платформой; Дыхательная гимнастика
Март 1-4 неделя	Укрепление мышц спины, растягивание мышц груди, живота и бедер.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №6 с гимнастическими палками; Дыхательная гимнастика
Апрель 1-4 неделя	Раскрытие тазобедренных суставов, вытягивание мышц задней и внутренней поверхности бедер, растягивание мышц паха и спины.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №7 с элементами йоги; Дыхательная гимнастика

Май 2-3 неделя	Укрепление позвоночника, вытягивание мышц задней и внутренней поверхности бедер.	Проверка осанки у опоры; Комплекс упражнения №7; Дыхательная гимнастика
-------------------	--	---

РИЛОЖЕНИЕ 2.

Календарно-тематическое планирование по лечебно-профилактическому танцу.

месяц	Разделы		
	Подготовительный	Основной	Заключительный
<i>Средний возраст</i>			
Сентябрь Октябрь Ноябрь	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «Колобок и два жирафа». Суставная гимнастика «Маруся»	Упражнение на формирование и укрепление осанки «Солдатики». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Тише едешь - дальше будешь». Упражнение для профилактики плоскостопия «Брови». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Карлики и великаны». Ритмический танец «Слоненок».	Дыхательные упражнения «Часики», «Поехали». Упражнение на расслабление мышц «Чебурашка». Пальчиковая гимнастика «Гриб».
Декабрь Январь Февраль	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «В небе облака». Суставная гимнастика «Карнавал».	Упражнение на формирование и укрепление осанки «Карусель». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Пятнашки». Упражнение для профилактики плоскостопия «Летка –енка». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Передай мяч ногами». Ритмический танец «Маленький кузнечик».	Дыхательные упражнения «Насос», «Трубочка». Упражнение на расслабление мышц «Лучшие качели». Пальчиковая гимнастика «Колокольчик».
Март Апрель Май	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «Веселая гимнастика». Суставная гимнастика «Горошинкицветные».	Упражнение на формирование и укрепление осанки «Политочка». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Ходим в шляпах». Упражнение для профилактики плоскостопия «Желтые ботинки». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Передай предмет». Ритмический танец «Кнопочка».	Дыхательные упражнения «Дровосек», «Вороны». Упражнение на расслабление мышц «Жаворонок». Пальчиковая гимнастика «Лягушки».
<i>Старший возраст</i>			

Сентябрь Октябрь Ноябрь	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «Степ-марш». Суставная гимнастика «Ванька-встанька».	Упражнение на формирование и укрепление осанки «Кручу - кручу». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Ходим в шляпах». Упражнение для профилактики плоскостопия «Пяточка - носочек». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Музыкальная змейка». Ритмический танец «Автостоп».	Дыхательные упражнения «Маятник», «Ежик». Упражнение на расслабление мышц «Сосулька». Пальчиковая гимнастика «Коршун косматый».
Декабрь Январь Февраль	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «На зарядку становись». Суставная гимнастика «Карусельные лошадки».	Упражнение на формирование и укрепление осанки «Матрешки». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Пятнашки». Упражнение для профилактики плоскостопия «Цыганочка». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Нарисуй солнышко». Ритмический танец «Большая стирка».	Дыхательные упражнения «Зернышко», «Кошка». Упражнение на расслабление мышц «Чайка». Пальчиковая гимнастика «Ветер».
Март Апрель Май	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «Буратино». Суставная гимнастика «Зарядка».	Упражнение на формирование и укрепление осанки «Рыба - пила». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Тише едешь - дальше будешь». Упражнение для профилактики плоскостопия «Канкан». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Гулливер и лилипуты». Ритмический танец «Классики».	Дыхательные упражнения «Петух», «Часики». Упражнение на расслабление мышц «Медузы». Пальчиковая гимнастика «Белочка».
Подготовительный возраст			
Сентябрь Октябрь Ноябрь	Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «Яблоки - веники», «Степ – марш». Суставная гимнастика «Джазовая разминка», «Воробьиная дискотека».	Упражнение на формирование и укрепление осанки «Семь нот», «Цапля». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Тише едешь - дальше будешь», «Пятнашки». Упражнение для профилактики плоскостопия «Желтые ботинки», «Чарли Чаплин». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Нарисуй солнышко», «Карлики и великаны». Ритмический танец «Ромашка-кадриль», «Браво».	Дыхательные упражнения «Шуршит змея», «Шары летят». Упражнение на расслабление мышц «Полет мотылька», «Лучшие качели». Пальчиковая гимнастика «Бабушка кисель варила», «Танецсида».

<p>екабрь Январь Февраль</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «Шалуныя», «В небе облака». Суставная гимнастика «Ямайка», «Грозы».</p>	<p>Упражнение на формирование и укрепление осанки «Лезгинка», «Рок-н-ролл лежа». Игра для формирования и закрепление правильной осанки «Конники-спортсмены», «Повтори за мной». Упражнение для профилактики плоскостопия «Канкан», «Летка-енка». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Попрыгунчики воробышки», «Передай мяч ногами». Ритмический танец «Каравай», «Хоровод».</p>	<p>Дыхательные упражнения «Филин», «Вороны». Упражнение на расслабление мышц «Петухи запели», «Жаворонок». Пальчиковая гимнастика «Мои пальчики», «Наши алые цветы».</p>
<p>Март Апрель Май</p>	<p>Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения «Солнца лучик золотого», «Дождик».</p>	<p>Упражнение на формирование и укрепление осанки «Песня волшебника Сулеймана», «Дельфин». Игра для</p>	<p>Дыхательные упражнения «Чудак», «Шарик красный». Упражнение на</p>
	<p>Суставная гимнастика «Ванька-встанька», «Часики».</p>	<p>формирования и закрепление правильной осанки «Ходим в шляпах», «Поезд». Упражнение для профилактики плоскостопия «Полкис», «Марыся». Подвижная игра для профилактики плоскостопия «Музыкальная змейка», «Цапля и лягушки». Ритмический танец «Божья коровка», «Веретено».</p>	<p>расслабление мышц «Лягушка Кре-ке-ке», «Облака». Пальчиковая гимнастика «Полька пальчиками», «Ах ,вы сени, мои сени».</p>

Тестирование силовой выносливости мышц брюшного пресса и спины.

Тест № 1: для определения выносливости мышц брюшного пресса. Ребенок ложится на спину, на гимнастический коврик. Руки вдоль туловища. Поднять обе ноги до угла 45 градусов (включается секундомер) и удерживать в таком положении максимально возможное время.

Тест № 2: для определения выносливости мышц спины. Ребёнок ложится на живот, на гимнастический коврик. Руки за головой. Поднять верхнюю часть туловища, прогнуться (включается секундомер) и удерживать в таком положении максимально возможное время.

Тест № 3: для определения гибкости позвоночника и подвижности суставов. Ребенок встает на гимнастический куб, ноги вместе, руки вдоль туловища. Наклон вперед – вниз, тянуться пальцами рук по кубу как можно ниже.

