

Принято:
на педагогическом совете № 5
от 10 июля 2018 года

Утверждено:
Заведующий МБДОУ д/с №6
Базалева Л.Н.
Приказ № 77 от 10 июля 2018



**Дополнения и изменения
к адаптированной основной образовательной
программе дошкольного образования
для слабовидящих детей
раннего и дошкольного возраста
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детского сада комбинированного вида №6 г. Белгорода
на 2018-2019 учебный год**

1. Целевой раздел Программы 1.4. Часть, формируемая участниками образовательных отношений (с. 24) дополнить подразделом «1.4.2. Адаптивная физическая культура»

«Адаптивная физическая культура детей-инвалидов и детей с ОВЗ направлена на всестороннее развитие личности человека с ограниченными возможностями здоровья, решение коррекционных, компенсаторных и оздоровительных задач с целью преодоления дефектов физического развития, компенсации недостатков в двигательной сфере.

Адаптивная физическая культура – это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде лиц с ОВЗ, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества. Одним из ведущих направлений адаптивной физической культуры является адаптивный спорт, магистральным направлением которого является формирование двигательной активности, как биологического, психического и социального факторов воздействия на организм и личность человека.

В структуру адаптивной физической культуры, организованной в ДОУ, входит адаптивное физическое воспитание, которое охватывает все возможные виды физкультурной деятельности детей с физическими и умственными недостатками, помогают им адаптироваться к окружающему миру, так как обучение разнообразным видам движений связано с развитием психофизических способностей, общением, эмоциями, познавательной и творческой деятельностью. Адаптивная физическая культура не только играет важную роль в формировании физической культуры ребенка, но и передает ему общечеловеческие культурные ценности.

Адаптивное физическое воспитание предназначено для формирования базовых основ физкультурного образования. *Адаптивное физическое воспитание* — наиболее организованный вид адаптивной физической культуры, охватывающий продолжительный период жизни (дошкольный, школьный, молодежный возраст), который является основным каналом приобщения к ценностям физической культуры. Оно сфокусировано на уважении ребенка к собственному телу, развитии двигательных способностей, приобретении необходимых знаний, понимании необходимости систематических занятий физическими упражнениями, что служит основой для повышения уверенности в себе, самооценки, формирования положительной мотивации к здоровому образу жизни.

Формы организации занятий физическими упражнениями чрезвычайно разнообразны, они могут быть систематическими (занятия физической культуры, утренняя гимнастика), эпизодическими (загородная прогулка, катание на санках), индивидуальными (в условиях стационара или дома), массовыми (фестивали, праздники), соревновательными (от групповых до международных), игровыми (в семье, оздоровительном лагере). Одни формы занятий организуются и проводятся специалистами адаптивной физической

культуры, другие – общественными и государственными организациями, третьи – родителями детей-инвалидов, волонтерами, студентами, четвертые – самостоятельно. Цель всех форм организации – расширение двигательной активности детей, приобщение их к доступной спортивной деятельности, интересному досугу, развитие собственной активности и творчества, формирование здорового образа жизни, физкультурное и спортивное воспитание.

Средствами адаптивной физической культуры являются физические упражнения, естественно-средовые силы природы и гигиенические факторы (таблица 1).

Таблица 1 – Средства адаптивной физической культуры и их содержание

Средство АФК	Содержание средства АФК
Физические упражнения	физические упражнения, позволяющие воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы, вегетативные системы, корректировать недостатки физического развития, психики и поведения
Естественно-средовые силы природы	использование воды, воздушных и солнечных ванн в целях укрепления здоровья, профилактики простудных заболеваний, закаливания организма
Гигиенические факторы	правила и нормы общественной и личной гигиены режим дня, соотношение бодрствования и сна, учебы и отдыха, питания, окружающей среды, одежды, обуви, спортивного инвентаря и оборудования

Многочисленные физические упражнения в соответствии с педагогическими задачами можно объединить в несколько групп (таблица 2).
Таблица 2 – Характеристика упражнений в системе средств адаптивной физической культуры

Вид упражнений	Характеристика
Упражнения, связанные с перемещением тела в пространстве	ходьба, прыжки, ползание, плавание, передвижение на лыжах
Общеразвивающие упражнения	а) без предметов; б) с предметами (флажками, лентами, гимнастическими палками, обручами, малыми и большими мячами и др.); в) на снарядах (гимнастической стенке, кольцах, гимнастической скамейке, лестнице, тренажерах)
Упражнения на развитие	развитие силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости
Упражнения на развитие и коррекцию координационных способностей	согласованности движений рук, ног, головы, туловища; согласованности движений с дыханием, ориентировки в пространстве, равновесия, дифференцировки усилий,

	времени и пространства, ритмичности движений, расслабления
Упражнения на коррекцию	осанки, сводов стопы, телосложения, укрепления мышц спины, живота, рук и плечевого пояса, ног
Упражнения лечебного и профилактического воздействия	восстановление функций паретичных мышц, опороспособности, подвижности в суставах, профилактика нарушений зрения
Упражнения на развитие мелкой моторики	кистей и пальцев рук
Художественно-музыкальные упражнения	ритмика, танец, элементы хореографии и ритмопластики
Упражнения, активизирующие познавательную деятельность	с речитативами, стихами, загадками, счетом и т. п.,
Упражнения, направленные на развитие и коррекцию психических процессов	восприятия, мышления, воображения, зрительной и слуховой памяти, внимания и других
Упражнения прикладного характера	направленные на освоение ремесла, трудовой деятельности
Упражнения, выступающие как самостоятельные виды адаптивного спорта	хоккей (на полу, траве), настольный теннис, баскетбол, мини-футбол и др.

К *естественно-средовым факторам* относится использование воды, воздушных и солнечных ванн в целях укрепления здоровья, профилактики простудных заболеваний, закаливания организма. *Гигиенические факторы* включают правила и нормы общественной и личной гигиены режим дня, соотношение бодрствования и сна, учебы и отдыха, питания, окружающей среды, одежды, обуви, спортивного инвентаря и оборудования. Для детей с ОВЗ важны не только знания о влиянии естественных сил природы и гигиенических факторов, но и приучение их ко всем видам закаливания, режиму двигательной активности и личной гигиене, превращая их в привычку. Даже детям, имеющим грубые нарушения моторики в виде параличей и парезов, а также часто болеющих пневмонией, ангиной, бронхитом, необходимо закаливание, сначала местное — обтирание рук, ног, а затем общее — обливание теплой водой с постепенным снижением.

Основным направлением адаптивной физической культуры является формирование двигательной активности, как биологического и социального факторов воздействия на организм и личность человека.

Адаптивная физическая культура у детей-инвалидов и детей с ОВЗ направлена на:

- осознание своих собственных сил в сравнении с силами полностью здорового человека;

- преодоление психических и физических барьеров, которые мешают жить полноценно;
- выработку умений и навыков, которые направлены на компенсацию нарушений, а именно использование функции других систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- культивирование желания быть здоровым;
- приобретение стремления улучшать индивидуальные качества;
- поднятие работоспособности как умственной, так и физической.

Особенности организации работы по формированию содержания образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования с использованием программ и технологий адаптивной физической культуры

В отличие от основной образовательной программы дошкольного образования адаптированные образовательные программы дошкольного образования конкретизируют содержание образовательной области «Физическое развитие», требования к специальным образовательным условиям для детей с ОВЗ каждой из нозологических групп.

По Л.В. Фомичевой (2017), факторами, определяющими векторы адаптации программы, выступают:

- Нарушение пространственных образов, самоконтроля и саморегуляции, координации и точности движений.
- Нарушение осанки, плоскостопие, слабость дыхательной мускулатуры.
- Неврозы, болезни органов дыхания, сердечно-сосудистой системы, обмена веществ.
- Минимальная мозговая дисфункция, снижение слуха.
- Быстрая утомляемость

2. Содержательный раздел, п. 2.5.2.3. (стр. 88) дополнить абзацами

«Мероприятия по формированию содержания образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования с использованием программ и технологий адаптивной физической культуры для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (слабовидящих).

Снижение функций зрения неизбежно приводит к снижению скорости и точности восприятия, обуславливает фрагментарность, искаженность восприятия единичных предметов, провоцирует замедленность и нечеткость их опознания. Специфика развития слабовидящих детей проявляется в своеобразии их двигательной активности, что выражается в недостатках координации, точности, ловкости и скорости выполненных движений, формировании чувства ритма, ориентировке в пространстве. Характерным для детей с патологией зрения также является более слабый, по сравнению с нормально видящими детьми, уровень эмоционального восприятия объектов внешнего мира.

В дошкольной образовательной организации для детей с нарушением зрения учителем-дефектологом (тифлопедагогом) проводятся специальные

коррекционные занятия и совместная деятельность с детьми в течении дня в режимные моменты, где педагог использует специальные методики по развитию зрительного восприятия с применением специальных игр и упражнений для стимуляции, активизации и развития зрения.

Учитывая особенности развития каждого ребенка в условиях зрительной патологии различной степени тяжести, тифлопедагогом проводится коррекционная работа на полисенсорной основе, что предполагает развитие и активизацию не только зрительного, но и других анализаторов в процессе различных видов деятельности. Например, выполнение музыкально-ритмических движений, пение песенок, игры на музыкальных инструментах, театральные сценки, слушание музыки. У детей с нарушением зрения именно музыка повышает эмоциональную выразительность, делает ярче их образные представления, благотворно влияет на снижение нервной возбудимости, способствует их самовыражению.

Использование в совместной деятельности с детьми и на занятиях музыкально-ритмических игр, элементов психогимнастики, творческих заданий делает их яркими, интересными и эмоционально насыщенными, способствует развитию фантазии и самостоятельности. Одновременно это позволяет решать ряд коррекционных задач: формирование бинокулярного зрения, укрепления мышц глаз, развитие цветовосприятия, прослеживающих функций глаза, глубинного зрения, слуховой и пространственной ориентации, совершенствование речевой деятельности и коммуникативных навыков.

Большое значение имеет правильная организация предметно-развивающей среды в группе и кабинете учителя-дефектолога и коллекция аудиозаписей для слушания музыки, сопровождения театральных сцен, сказок с подражательными движениями и музицированием, развитие координации движения под музыку, релаксации. На коррекционном занятии используются короткие музыкальные фрагменты для проведения: физкультминуток и зрительных гимнастик; на занятиях по формированию предметных представлений с целью создания образа воспринимаемого материала; включение музыкальных зарисовок с целью отдыха.

Адаптивное физическое воспитание слабовидящих детей строится с учетом индивидуального и дифференцированного подхода к регулированию физической нагрузки, физической подготовленности и сенсорных возможностей детей, а также с учетом эмоциональной насыщенности. Эмоциональность занятий зависит от разнообразия упражнений, от общего тона проведения занятий, интонации и команды преподавателя. Меняется тембр звука (громко, тихо, мягко, строго) с учетом психического состояния обучающихся, их быстрой утомляемости, специфических особенностей развития и восприятия учебного материала.

Для стимуляции двигательной активности умышленно создаются ситуации успеха, прямое или косвенное воздействие на коррекцию

двигательных нарушений, активизацию работы сохранных анализаторов (зрительного, осязательного, слухового, обонятельного).

Большинство детей с нарушениями зрения, которые корригируются оптическими средствами, справляются с программным материалом. Однако наличие зрительной депривации не позволяет им адекватно воспринимать учебный материал по физической культуре.

Условия реализации методических рекомендаций:

а) врачебно-педагогический контроль;

б) знание офтальмологического и сопутствующих заболеваний, рекомендаций врачей-специалистов (окулиста, педиатра, невропатолога, ортопеда и др.); Для стимуляции двигательной активности умышленно должны быть созданы ситуации успеха, прямое или косвенное воздействие на коррекцию двигательных нарушений, активизацию работы сохранных анализаторов (зрительного, осязательного, слухового, обонятельного).

в) всестороннее изучение ребенка и учет индивидуальных особенностей его развития в процессе учебной и игровой деятельности, где лучше всего раскрываются способности и возможности детей;

г) увеличение двигательной активности детей.

При организации и осуществлении педагогического процесса детей со зрительной патологией учитываются не только специфические особенности психического и физического развития, но и соблюдаются принципы, используемые в специальной педагогике, коррекционной и компенсаторной направленности педагогических воздействий; усиленного педагогического руководства, предусматривающего связь учебной деятельности с активной позицией ребенка и учителя (Солнцева Л.И., 2000).

Так же учитывается зависимость содержания, форм и методов обучения и воспитания от клинических форм, характера и тяжести нарушения зрительных функций, сохранности слухового, двигательного и кожного анализаторов, а также от уровня развития высших форм психической деятельности и личности в целом, от возраста, в котором нарушено зрение. В зависимости от степени нарушения остроты центрального зрения обучающиеся пользуются разными способами восприятия учебного материала. Слабовидящие с остротой зрения от 0,1 до 0,4 D (с оптической коррекцией на лучшем глазу) зрительно воспринимают предметы, явления и действия, ориентируются в большом пространстве. Обучающиеся с патологией зрения имеют более низкий уровень развития координационных способностей, а также более низкий уровень физической подготовленности в сравнении со здоровыми сверстниками. Возрастная динамика уровня развития базовых видов координации у обучающиеся с патологией зрения и практически здоровых имеет сходную направленность.

Для развития физических качеств используется специальный комплекс целенаправленных упражнений. Блоки упражнений используются на дополнительных занятиях, во время спортивных часов, прогулок и других мероприятий в рамках режима дня.

Физические упражнения используются не только в период обучения, а включаются в занятия на протяжении всего года.

Методики построены из блоков, что делает возможным как использование программы в целом, так и отдельных блоков для совершенствования наиболее слабо сформированных физических способностей.

Проектирование непосредственно образовательной деятельности в рамках образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования для детей с нарушениями зрения.

Проектирование образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования слабовидящих детей предполагает включение деятельности по развитию моторики рук и осязания, невербальных средств общения, зрительно-двигательной координации.

Содержание области «Физическое развитие» должно включать:

Развитие потребности в движениях, потребности в формировании двигательных умений. Расширение объема движений (с учетом факторов риска для здоровья, зрения), их разнообразия. Обогащение двигательного опыта; формирование точных, целостных и детализированных чувственных образов о движениях (крупных и тонко координированных); развитие регулирующей и контролирующей функций зрения при выполнении движений; развитие физических качеств. Формирование элементарных представлений о значении физических упражнений и занятиях физкультурой, знаний о спортивном оборудовании и способах его использования.

Формирование навыков правильной ходьбы в повседневной жизнедеятельности: постановка стопы с переносом тяжести с пятки на носок, достаточный выброс бедра вперед (поднимаем ногу), сохранение позы и др. Обогащение опыта пеших прогулок с физическими нагрузками (ходьба как физическое упражнение).

Расширение объема движений (с учетом факторов риска), их разнообразия. Развитие мелкой моторики рук, подвижности и силы кистей, пальцев.

Развитие зрительно-моторной координации, повышение контролирующей и регулирующей роли зрения в движении. Развитие и совершенствование координации, функций равновесия, чувства ритма, физических качеств: силы, ловкости, быстроты реакции; расширение объема двигательных умений (с учетом факторов риска); обогащение опыта выполнения освоенных движений в различных предметно-пространственных условиях (средах).

Развитие потребности, формирование двигательных умений и игровых действий, пространственных представлений, обогащение опыта участия в подвижных играх с различной степенью подвижности: игры низкой, умеренной, тонизирующей интенсивности нагрузки тренирующего воздействия (с учетом факторов риска).

Способствовать развитию опорно-двигательного аппарата, наращиванию мышечной массы тела, подвижности суставов. Развитие правильной осанки в ходьбе, в основной стойке для выполнения упражнения, в положении сидя при выполнении познавательных заданий: прямое положение головы, шеи, туловища, правильное положение рук и ног. Укрепление и развитие мышц спины и шеи, формирование двигательных умений и навыков выполнения физических упражнений этой направленности.

Воспитание положительного отношения, привитие интереса к выполнению закаляющих процедур, к физкультурно-оздоровительным занятиям: утренняя гимнастика, гимнастика после дневного сна, физкультминутки, физические упражнения на прогулке.

Развитие систем организма с повышением их функциональных возможностей: охрана и развитие зрения; развитие дыхательной системы – формирование умений правильного дыхания, развитие объема легких.

Проектирование образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования слабовидящих детей с амблиопией и косоглазием должно предполагать включение таких компонентов, как:

Развитие двигательной активности и мобильности. Развитие общей и зрительно-двигательной координации. Развитие глазомера, обогащение опыта выполнения глазомерных действий. Обогащение опыта передвижения в большом пространстве с произвольным изменением направлений движений.

Совершенствование динамической организации действий рук (динамический праксис рук). Формирование последовательности действий, развитие способности к переключению с одного действия (или элемента) на другое, обогащение опыта упражнений типа «кулак-ладонь», «кулак-ребро», «кулак-ребро-ладонь», «ладонь-ребро-кулак», «последовательное касание стола пальцами» и т.п. Упражнения в смене рук с одновременным сжиманием одной кисти в кулак и разжиманием кулака другой кисти и т.п.

Развитие навыков осанки, мышц спины и шеи.

Развитие общей и зрительной работоспособности.

В целом, рекомендуются следующие *виды детской деятельности в условиях непосредственно образовательной деятельности с обеспечением физического развития дошкольника с нарушением зрения (слепого, слабовидящего, с амблиопией и косоглазием)*:

- занятия физической (по медицинским показаниям адаптивной) культурой;

- физкультурно-оздоровительные занятия в течение дня: утренняя гимнастика, двигательные разминки (динамические паузы) между статическими видами деятельности, подвижные игры на равновесие, гимнастика для глаз, воздушные ванны и дыхательная гимнастика после дневного сна, подвижные игры и физические упражнения в ходьбе на прогулке;

- занятия ритмической гимнастикой;
- подвижные игры;
- упражнения на праксис рук, массаж кистей и пальцев;
- ходьба в здании из помещения в помещение с преодолением препятствия – лестницы;
- труд: ручной труд, труд в природе с использованием орудий;
- слушание рассказов, детских литературных произведений об основных движениях, о занятиях физическими упражнениями с последующим обсуждением.

Рекомендуются следующие *виды детской активности в условиях образовательной деятельности, осуществляемой в режимных моментах с актуализацией физического развития дошкольника с нарушением зрения (слепого, слабовидящего, с амблиопией и косоглазием)*:

- самообслуживание с выполнением культурно-гигиенических умений и навыков поддержания чистоты тела и охраны здоровья;
- игры-упражнения с мячами, набивными игрушками, резиновыми игрушками;
- ритмические, танцевальные движения под музыку.

Важно обеспечить комплекс условий, необходимых для формирования содержания образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования с использованием программ и технологий адаптивной физической культуры.

В режиме дня детей (по рекомендациям Е.А. Екжановой и Е.А. Стребелевой) предусмотрены занятия по физическому воспитанию, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (ползание, овладение ходьбой, бегом, прыжками, лазаньем, метанием). Применяются общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

И в ходе утренней гимнастики в семье, и на занятиях в детском саду детям предлагаются основные виды движений в такой последовательности: движения на растягивания в положении лежа, далее ползание и движения в положении низкого приседа и на коленях, а затем переход к упражнениям в вертикальном положении (ходьба, лазанье, бег, метание и лишь потом прыжки) и к подвижным играм.

При проектировании образовательной области «Физическое развитие» соблюдаются условия, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья ребенка, определяются задачи формирования предпосылок и конкретных способов здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.

Основными задачами обучения и воспитания являются:

от 3-х до 4-х лет:

- формировать у детей интерес к физической культуре и совместным

физическим занятиям со сверстниками;

- укреплять состояние здоровья детей;
- формировать правильную осанку у каждого ребенка;
- формировать у детей потребность в разных видах двигательной деятельности;
- развивать у детей движения, двигательные качества, физической и умственной работоспособности;
- тренировать у детей сердечно-сосудистую и дыхательную системы, закаливать организм;
- создавать условия в группе для эффективной профилактики простудных и инфекционных заболеваний;
- осуществлять систему коррекционно-восстановительных мероприятий, направленных на развитие психических процессов и личностных качеств воспитанников, предупреждать возникновения вторичных отклонений в психофизическом развитии ребенка;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию действиям взрослого;
- учить детей выполнять действия по образцу и речевой инструкции;
- учить детей внимательно смотреть на взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию взрослому;
- учить детей тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу по опорному знаку – стена, веревка, лента, палка;
- учить детей ходить стайкой за воспитателем;
- учить детей ходить друг за другом, держась за веревку рукой;
- учить детей ходить по «дорожке» и «следам»;
- учить переворачиваться из одного положения в другое: лежа на спине, в положение, лежа на животе и обратно;
- воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх;
- учить детей спрыгивать с высоты (с гимнастической доски – высота 10-15 см);
- учить детей ползать по ковровой дорожке, доске, по наклонной доске, залезать на горку с поддержкой взрослого и самостоятельно спускаться с нее;
- учить детей подползать под веревку, под скамейку;
- учить детей удерживаться на перекладине с поддержкой взрослого;

от 4-х до 5-ти лет:

- учить детей выполнять инструкцию взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
- учить детей выполнять движения и действия по подражанию, показу и речевой инструкции взрослого;
- формировать у детей интерес к участию в подвижных играх, знать правила некоторых подвижных игр;
- учить детей бросать мяч в цель двумя руками;

- учить детей ловить мяч среднего размера;
- учить детей строиться и ходить в шеренге по опорному знаку – веревка, лента, палки;
- учить детей ходить по «дорожке» и «следам»;
- учить детей бегать вслед за воспитателем;
- учить детей прыгать на двух ногах на месте, передвигаться прыжками;
- учить детей ползать по гимнастической скамейке;
- формировать у детей умение подползать под скамейку;
- учить детей переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе;
- учить детей подтягиваться на перекладине.

от 5-ти до 6-ти лет:

- учить детей выполнять упражнения по показу, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции (руки вверх, вперед, в стороны, руки за голову, на плечи);
- учить детей ловить и бросать мячи большого и среднего размера;
- учить детей передавать друг другу один большой мяч, стоя в кругу;
- учить детей метать в цель мешочек с песком;
- учить детей ползать по гимнастической скамейке на четвереньках;
- учить детей подлезать и подползать через скамейки, ворота, различные конструкции;
- формировать у детей умение удерживаться и лазить вверх и вниз по гимнастической стенке;
- учить детей ходить по доске и скамейке, вытянув руки в разные стороны либо вперед;
- учить детей ходить на носках с перешагиванием через палки;
- учить детей ходить, наступая на кубы, «кирпичики», ходить, высоко поднимая колени «как цапля»;
- формировать у детей желание участвовать в коллективных подвижных играх, самостоятельно принимать участие в них, проявлять инициативу при выборе игры;
- учить детей бегать змейкой, прыгать «лягушкой»;
- учить детей передвигаться прыжками вперед;
- учить детей выполнять скрестные движения руками;

от 6-ти до 7 (8-ми) лет:

- учить детей выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- учить детей попадать в цель с расстояния 5 метров;
- продолжать учить детей бросать и ловить мячи разного размера;
- учить детей находить свое место в шеренге по сигналу;
- учить детей ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- учить детей согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- продолжать учить детей перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;

- учить детей ходить по наклонной гимнастической доске;
- учить детей лазить вверх и вниз по шведской стенке, перелазить на соседний пролет стенки;
- продолжать детей учить езде на велосипеде;
- учить детей ходить и бегать с изменением направления – змейкой, по диагонали;
- закрепить умение у детей прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- продолжать обучить выполнению комплекса упражнений утренней зарядки и разминки в течение дня;
- формировать у детей желание участвовать в знакомой подвижной игре, предлагать сверстникам участвовать в играх;
- продолжать учить детей держаться на воде и плавать;
- разучить с детьми комплекс разминочных движений и подготовительных упражнений для плавания;
- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости и полезности его соблюдения.

Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 метров;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазить вверх и вниз по гимнастической стенке, перелазить на соседний пролет стенки;
- ездить на велосипеде (трех или двухколесном);
- ходить и бегать с изменением направления – змейкой, по диагонали;
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;
- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;
- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни.

Основные направления работы по физическому воспитанию:

метание, построение, ходьба, бег, ползание, лазание, перелазание, прыжки, общеразвивающие упражнения (упражнения без предметов, упражнения с предметами, упражнения, направленные на формирование правильной осанки, упражнения для развития равновесия, подвижные игры, плавание).

Метание – один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе развития движений хватание развивается раньше прямохождения. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. Даже глубоко умственно отсталый ребенок может схватывать предметы, удерживать их непродолжительное время и бросать, выполняя движение «от плеча», поэтому в программе данный вид занятий стоит на первом месте. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с умственной отсталостью.

Построение – направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

Ходьба – направлена на развитие основных движений ребенка, формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, на совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации. В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

Бег – способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка.

Совместный бег в группе детей закрепляет навыки совместных действий, эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности.

Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

Прыжки – направлены на развитие основных движений ребенка, тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка. Физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо наличие у ребенка развитого брюшного пресса и S-образного изгиба позвоночника. Поэтому прыжки нужно вводить постепенно и очень осторожно. Детей

начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и собраться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

Ползание, лазание, перелазание – направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывает положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног; на укрепление внутренних органов и систем. При этом являются одним из важнейших направлений работы, имеющей высокую коррекционную значимость как для физического, так и психического развития ребенка. Общеизвестно, что многие умственно отсталые дети в своем развитии минуют этап ползания. Поэтому одна из задач физического воспитания – восполнить этот пробел в их развитии.

Общеразвивающие упражнения – способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических качеств и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом. В общеразвивающих упражнениях выделяются следующие группы движений:

- упражнения без предметов;
- упражнения с предметами;
- упражнения, направленные на формирование правильной осанки;
- упражнения для развития равновесия.

Подвижные игры – закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми. Подвижные игры создают условия для формирования у детей ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья. Также в процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников.

Таким образом, при проектировании образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования важно учитывать, что стратегия организации физического воспитания базируется на физиологических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма. Отбор и реализация форм, методов и средств адаптивной физической культуры должны осуществляться с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей с ОВЗ и инвалидностью.

3. Организационный раздел, п. 3.4. (стр. 108) дополнить абзацами:

«Важно обеспечить комплекс условий, необходимых для формирования содержания образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования с использованием программ и технологий адаптивной физической культуры.

Материально-технические условия в ДООУ созданы с учетом особых образовательных потребностей детей с ОВЗ.

Предметно-пространственная среда

Наименование центра	Цель и задачи его использования	Перечень основного оборудования центра	Особенности его использования
<p>Центр развития основных движений</p>	<p><i>Создание условий для удовлетворения потребности в двигательной активности</i></p> <p>Овладение техникой различных способов и видов лазанья;</p> <p>Развитие ловкость, силу, смелость.</p> <p><i>Ознакомление с различными способами метания</i></p> <p>Развитие глазомер;</p> <p>Совершенствование техники метания;</p> <p>Укрепление мышц рук и плечевого пояса.</p> <p><i>Создание условий для обучения прыжкам разного вида в соответствии с</i></p>	<p>зона лазанья:</p> <p>спортивный комплекс «Карусель» (гимнастическая лестница, лестница – сетка, канат, кольца), маты, дуги для подлезания, обручи, стойки, шнур; скамейки.</p> <p>зона метания:</p> <p>мишени, корзины, обручи, стойки, шнур, мячи, мешочки для метания;</p> <p>зона прыжков:</p> <p>стойки, резинка цветная, скакалки, канат, кольца, обручи, мягкие</p>	<p>Оборудование используется на занятиях, во время праздников и развлечений, для индивидуальной работы с детьми. Используется яркий, озвученный инвентарь (колокольчики, погремушки и др.)</p> <p>Дифференцированный подбор оборудования с детьми, имеющими различную зрительную патологию.</p>

	<p><i>возрастом</i> и <i>программой</i> Обучение технике прыжков; Развитие силы ног, прыгучесть; Использование специального оборудования.</p>	модули, дорожки;	
Центр общеразвивающих упражнений	<p>Укрепление здоровья детей; Развитие двигательных навыков и физических качеств; Расширение двигательного опыта; Создание положительного эмоционального настроения.</p>	<p>Оборудование: мячи, кольца, гантели, ленты, обручи, флажки, кубики, ватные снежки, гимнастические палки, гимнастические катки, шишки, орехи, султанчики, погремушки, маракасы),</p>	<p>Оборудование используется на занятиях, во время праздников и развлечений, для индивидуальной работы с детьми.</p>
Центр коррекционного физического развития	<p><i>Укрепление здоровья детей, осуществление профилактики патологических изменений, возникающих в ослабленном организме</i> Содействие профилактике и развитию опорно-двигательного аппарата с помощью простейших тренажеров использования нестандартного оборудования; Укрепление костно-мышечную систему,</p>	<p>Оборудование: мягкие модули, корригирующие дорожки, коврики массажные, ролики гимнастические, плетеная дорожка, ящики с каштанами, орехами, мячи с шипами, су-джок, моталочки, материал для дыхательной гимнастики</p>	<p>Оборудование используется на занятиях, во время праздников и развлечений, для индивидуальной работы с детьми.</p>

	мышечный корсет спины посредством использования тренажеров; овладение навыками самооздоровления.		
Центр индивидуального физического развития	<p><i>Укрепление здоровья детей;</i> <i>Развитие двигательных навыков и физических качеств;</i> <i>Расширение двигательного опыта;</i> <i>Создание положительного эмоционального настроя.</i> Формирование умения использования спортивного оборудования на занятиях и в свободной деятельности; Создание вариативных, усложненных условий для выполнения двигательных заданий; Оптимизация режима двигательной активности; Повышение интереса к физическим упражнениям; Расширение круга</p>	Оборудование: мяч-фитбол, балансиры, мячи, обручи, скакалки	Оборудование используется на занятиях, для индивидуальной работы с детьми.

	представлений о разнообразных видах спортивного оборудования, его назначении.		
Центр игр	Цель: целенаправленное педагогическое воздействие на развитие основных движений, тренировку физиологических функций организма Укрепление здоровья детей; Развитие двигательных навыков и физических качеств; Расширение двигательного опыта; Создание положительного эмоционального настроя.	Оборудование: футбол: футбольные мячи, баскетбол: кольцо, стойки, мячи; маски, скакалки, обручи для проведения подвижных игр.	Оборудование используется на занятиях, во время праздников и развлечений, для индивидуальной работы и самостоятельной деятельности детей.
Центр отдыха и релаксации	<i>Формирование благоприятного психоэмоционального состояния</i> Создание условий для разгрузки позвоночника, мышечного расслабления, используя оздоровительно-профилактический пуфик, зрительные ориентиры, соответствующую музыку	музыкальный центр, медиа – проектор, мячи с шипами	оборудование используется на занятиях, для индивидуальной работы с детьми.

Тесное взаимодействие инструктора по физическому воспитанию с воспитателями обеспечивает реализацию различных форм организаций двигательной активности детей: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультурные минутки, подвижные игры на воздухе, проведение спортивных праздников.

Инструктор по физическому воспитанию изучает двигательную сферу воспитанников специализированного дошкольного учреждения, основные движения, общую и мелкую моторику, статический и динамический праксис, реципрокную координацию (согласованность разнофазовых действий), смысловую организацию движений: умение выполнять действия по речевой инструкции в целях достижения определенного смысла.

Индивидуальный подход к детям осуществляется на основе диагностики физического развития дошкольников с учетом состояния их здоровья. Инструктор совместно с медсестрой и воспитателем обсуждает и рекомендует основные методы закаливания: босохождение, контрастные воздушные ванны, воздушные и солнечные ванны, лечебная физкультура, витаминно- и фитотерапия, массаж, которые в сочетании с общеразвивающими упражнениями, дыхательной гимнастикой, игровыми элементами повышают оздоровительный эффект всей слаженной системы физического воспитания.

К *методическим материалам и средствам обучения и воспитания* относятся: учебно-методический комплект, оборудование, оснащение наглядными и техническими средствами. Должны иметься в наличии учебно-методические игры и пособия в соответствии с целями и задачами рабочей программы, индивидуальных и возрастных особенностей детей.

4. Целевой раздел, пункт 3.8. Перечень нормативных и нормативно-методических документов (с.114) дополнить следующими абзацами:

«Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слабовидящих детей». Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 г. Протокол № 6/17.

«Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием». Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 г. Протокол № 6/17.

«Организационно-методические рекомендации по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры, в индивидуальных программах реабилитации или абилитации инвалидов и детей-инвалидов». Утверждены Министром спорта Российской Федерации 20 октября 2017 года».

5. Целевой раздел, пункт 3.9. Перечень литературных источников (с.114) дополнить следующими абзацами:

Козырева, О.В. «Лечебная физкультура для дошкольников». Пособие для инструкторов лечеб. физкультуры, воспитателей и родителей. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2005. — 112 с.

«Лечебная физкультура и массаж». Методики оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие/ Г.В.Каштанова, Е.Г. Мамаева. — М.: АРКТИ, 2007.

Соковец Л.С. «Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей с нарушением зрения». Комплексы упражнений. Подвижные игры. Гимнастика. — М.: Школьная пресса, 2008.- 144с.

Нарзулаев С.Б. «Подвижные игры для детей с ограниченными возможностями здоровья». Учебно-методическое пособие. Томск, 2006 – 81с.

Коростелев Б.А., Тер-Григорьянц Р.Г., Котова Г.Л. Методические рекомендации по формированию содержания образовательной области «Физическое развитие» адаптированных образовательных программ дошкольного образования с использованием программ и технологий адаптивной физической культуры. - Москва: АНО «СУВАГ», 2018. – 108 с.»