Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад компенсирующего вида № 266
620072, г. Екатеринбург, ул. Рассветная, 13а,
тел.: 8(343)347-27-10, тел./факс: 348-41-15,
e-mail: mdou266@yandex.ru

Принято решением

Педагогического совета
Протокол № 1
от 01.09. 2017 г.

Утверждаю
Заведующая МБДОУ № 266
_____ Г.И. Барышева
приказ № 044 – а о/д
от 01.09.2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НА ОСНОВЕ ФГОС ДО ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С УМСТЕННОЙ ОТСАЛОСТЬЮ

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ: ТРИ ГОДА

Составитель:
инструктор по физкультуре
Полуэктова Н.Е.

г. Екатеринбург, 2017 г.

Содержание

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ 3
1.1. Пояснительная записка 3
1.1.1. Цели и задачи деятельности Программы 4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы 4
1.1.3. Характеристики, значимые для разработки и реализации Программы…5
1.2. Планируемые результаты освоения Программы 6

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ 10
2.1.Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях с описанием вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы 10
2.1.1.Образовательная область «Физическое развитие» 12
2.1.2. Описание вариативных форм, методов, средств реализации Программы 14
2.2. Образовательная деятельность по коррекционно-развивающей работе с детьми с УО 29
2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик 35
2.4. Способы поддержки детской инициативы 39
2.5.Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников 39

Ш. Организационный раздел 42
3.1.Описание материально-технического обеспечение Программы 42
3.2.Методические материалы и средства физического воспитания и обучения 43
3.3. Режим дня 44
3.4.Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий 52
3.5.Организация развивающей предметно-пространственной среды 53

I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа (далее - Программа) разработана на основе адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад компенсирующего вида № 266 (далее - МБДОУ) реализует адаптированную основную образовательную программу дошкольного образования в группах компенсирующей направленности с приоритетным осуществлением деятельности по квалифицированной коррекции недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - АООП), разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - ФГОС ДО).

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от: 7 мая, 7 июня, 2, 23 июля, 25 ноября 2013 г., 3 февраля, 5, 27 мая, 4, 28 июня 2014 г.).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций».

Постановление Правительства Российской Федерации от 5 августа 2013 г. № 662 «Об осуществлении мониторинга системы образования».

Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 февраля 2014 г. N 08-249 «Комментарии к ФГОС дошкольного образования».

Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 10 января 2014 года № 08-10 «О Плане действий по обеспечению введения ФГОС дошкольного образования» (далее – План действий по обеспечению введения ФГОС ДО (№ 08-10)).

Письмо Рособрнадзора от 07.02.2014 № 01-52-22/05-382 «О недопустимости требования от организаций, осуществляющих образовательную деятельность по программам дошкольного образования, немедленного приведения уставных документов и образовательных программ в соответствие с ФГОС ДО».

Письмо Министерства образования и науки РФ от 10 января 2014 года № 08-5 «О соблюдении организациями, осуществляющими образовательную деятельность, требований, установленных федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования».

Программа дошкольного образования для детей с интеллектуальной недостаточностью» /Сост. Л.Б.Баряева, О.П.Гаврилушкина, А.Зарин, Н.Д.Соколова.

«Мы живем на Урале: образовательная программа с учетом специфики национальных, социокультурных и иных условий, в которых осуществляется образовательная деятельность с детьми дошкольного возраста». О.В. Толстикова, О.В. Савельева. – Екатеринбург: ГАОУ ДПО СО «ИРО». – 2013г.

Устав МБДОУ утвержденный Распоряжением Управления образования Администрации города Екатеринбурга № 2310/46/36 от 30.11.2015г.

Лицензия на право ведения образовательной деятельности серия 66 № 000122 регистрационный номер № 13226 - от 11.02.2011г.

1.1.1. Цели и задачи деятельности Программы

Целью данной рабочей программы является формирование физического развития и физического воспитания, укрепление здоровья, совершенствование функций формирующегося организма ребенка с нарушением интеллекта, полноценное развитие основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной координации и развитие зрительно-двигательной координации.

Основные задачи:

Оздоровительные:

Охрана и укрепление здоровья; формирование всех систем и функций детского организма; удовлетворение потребности в движении; привитие навыков гигиены занятий физическими упражнениями; закаливание;

Образовательные:

Формирование у детей двигательных умений и навыков; формирование представлений о пользе и значении физических упражнений; формирование системы знаний об организме, способах укрепления здоровья; активизация самостоятельности и творчества детей в двигательной деятельности; обучение детей элементам спортивных игр;

Воспитательные:

Воспитание положительного отношения к физическим упражнениям и потребности в физической активности; воспитание интереса к занятиям спортом, достижениям спортсменов; воспитание нравственно-волевых качеств;

В основе построения всей работы по физическому развитию воспитанников ДОУ лежит их тщательное обследование в начале каждого учебного года и промежуточный контроль в течение учебного года, позволяющий фиксировать происходящие изменения. Обследование проводят в тесной взаимосвязи инструктор по физическому воспитанию и инструктор лечебной физкультуры. Его результаты позволяют сконструировать программу индивидуальных, групповых и фронтальных занятий с детьми.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

При разработке рабочей программы учтены принципы как общей, так и коррекционной педагогики.

Соблюдение интересов ребёнка.

Единство воспитательного и образовательного процесса.

Научность содержания обучения.

Системность.

Учет возрастных возможностей ребенка.

Доступность материала.

Повторяемость материала.

Концентричность материала.

Принципы коррекционной дошкольной педагогики.

Принцип развивающего обучения, основывающийся на положении о ведущей роли обучения в развитии ребенка и формировании «зоны ближайшего развития».

Принцип единства диагностики и коррекции отклонений в развитии.

Принцип учета соотношения первичного нарушения и вторичных отклонений.

Принцип генетический, учитывающий общие закономерности развития, применительно к воспитанию и обучению детей с нарушением интеллекта.

Принцип коррекции и компенсации, требующий гибкого соответствия коррекционно-педагогических технологий и индивидуально-дифференцированного подхода к характеру нарушений у ребенка, их структуре и выраженности.

Деятельностный принцип, определяющий подходы к содержанию и построению обучения, с учетом ведущей для каждого возрастного периода деятельности, в которой вызревают психологические новообразования, определяющие личностное развитие ребенка.

Принцип раннего начала коррекционно-педагогического воздействия.

1.1.3. Характеристики, значимые для разработкии реализации Программы

Возрастныеи индивидуальные особенности контингента детей с умственной отсталостью

У детей с умственной отсталостью (далее - УО) особая форма психического недоразвития, возникающая вследствие различных причин: патологической наследственности, хромосомных аберраций, при родовой патологии, органического поражения центральной нервной системы во внутриутробном периоде или на самых ранних этапах постнатального развития. Органическое поражение ЦНС носит не прогрессирующий характер. Дети способны к развитию, которое подчинено общим закономерностям формирования психики, но имеет свои особенности, обусловленные типом нарушений ЦНС и их отдаленными последствиями.

Возрастные психологические особенности дошкольников 3 - 5 лет с УО.

Детям присуще наглядно-действенное мышление.

Интеллектуальное развитие зависит от того, насколько богата окружающая среда, т. е. позволяет ли она разнообразно и содержательно исследовать окружающий мир, манипулируя различными предметами.

Ребенок познает мир, непосредственно окружающий его в данный момент.

Речь находится в стадии формирования.

Обучение эффективнотолько на фоне психоэмоционально-комфортного состояния.

Внимание, память, мышление остаются непроизвольными.

Внимание, мышление, память - непроизвольно.

Возрастные психологические особенности дошкольников 5 - 7 лет с УО.

Мышление носит наглядно-образный характер.

Дети проявляют интерес к волшебным сказкам и легче воспринимают информацию, если она касается кого-то живого.

Ребенок может произвольно управлять своим поведением, а также процессами внимания и запоминания, эмоциональными реакциями.

В любом виде деятельности может выйти за пределы сиюминутной ситуации, осознать временную перспективу, удерживать в сознании одновременно цепочку взаимосвязанных событий или разные состояния вещества или процесса.

Ведущее значение приобретает развитие воображения.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

ЦЕЛЕВЫЕ ОРИЕНТИРЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАМЫ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ РАЗВИТИЮ

Первый этап (ориентировочно младший дошкольный возраст). Ребёнок:

Часто проявляет положительное отношение к двигательной активности, как правило, откликается на предложение выполнять движения, часто при выполнении движений проявляет удовольствие;

Эпизодически самостоятельно проявляет потребность в двигательной активности, но стремления её удовлетворить не проявляет, привлекая к этому взрослого, или проявляет чрезмерную активность, способен на короткое время включатся на непродолжительное время в организованные формы двигательной активности;

Понимает и выполняет инструкцию, если она предъявляется поэлементно и подкрепляется выполнением каждого движения;

Проявляет интерес к подвижным играм;

Ориентируется в пространстве, используя его для двигательной активности;

Понимает элементарные просьбы – команды, отражающие основные движения и действия;

Выполняет движения по подражанию, по образцу, по слову – сигналу;

Выражает стремление осваивать основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, игры с мячом).

Второй этап (ориентировочно средний возраст). Ребёнок:

Часто проявляет положительное отношение к двигательной активности, всегда откликается на предложения выполнять движения, сам не ищет такие возможности, при выполнении движений проявляет удовольствие;

Часто самостоятельно проявляет потребность в двигательной активности, стремится её удовлетворить, привлекая к этому взрослого, способен включаться на непродолжительное время в организованные формы двигательной активности;

Понимает и выполняет полную инструкцию, если она состоит из 2 – 3 элементов и способ выполнения предварительно демонстрируется, выполняет все знакомые движения по поэлементной словесной инструкции, новые движения выполняет по образцу;

Ходит достаточно уверенно, мышцы рук , ног и туловища напряжены;

Бегает недостаточно уверенно, не всегда ритмично, движения рук и ног не согласованны, темп и направление, как правило, меняет резко;

Выполняет прыжки с перемещением в пространстве с недостаточным взаимодействием рук, приземление неуверенное, но равновесие сохраняет;

Ползает на четвереньках на небольшие расстояния, испытывает трудности при изменении темпа и направления движений, движения рук и ног часто несогласованные и неритмичные;

Бросает мяч одной рукой, движения руки и туловища не всегда координированы, но равновесие сохраняет, при бросках двумя руками крупных мячей движения рук и туловища слабо скоординированы, но равновесие сохраняет;

Наклоны вперёд выполняет, но делает это не ритмично, выполняет довольно согласованно движения руками вверх – вниз, руки в локтях часто не выпрямлены, ритм движения сохраняет непродолжительное время. Третий этап (ориентировочно старший возраст). Ребёнок:

Часто проявляет положительное отношение к двигательной активности, часто с большим желанием включается во все виды двигательной активности, сам иногда ищет такие возможности, получает удовольствие от движения;

Постоянно самостоятельно проявляет потребность в двигательной активности, стремится её удовлетворить, привлекая к этому сверстников, способен включатся на продолжительное время в организованные формы двигательной активности;

Понимает и выполняет полную инструкцию, если она состоит из 4 – 5 элементов и способ выполнения движений знаком, выполняет все знакомые и

новые движения по целостной словесной инструкции, но требует напоминания отдельных элементов;

Ходит уверенно, но нередко наблюдается напряжённое состояние мышц туловища и рук;

Бегает уверенно, ритмично, движения рук и ног, как правило, согласованны, плавно изменить темп и направление движения не всегда может;

Выполняет ритмичные уверенные прыжки на двух ногах, на одной затрудняется;

Уверенно ползает на четвереньках на любые расстояния, испытывает некоторые трудности при изменении темпа и направления движений, движения рук и ног, как правило, согласованные и довольно ритмичные;

Хорошо бросает мячи одной рукой, делая попытки соизмерить силу броска, чтобы попасть в цель, при бросках двумя руками движения не всегда скоординированы, часто не достигает цели броска;

Легко и ритмично выполняет наклоны вперёд, при сочетании их с другими движениями испытывает трудности, выполняет согласованно движения двумя руками вверх – вниз, довольно ритмично, руки в локтях, как правило, выпрямлены, ритм движения сохраняет достаточно продолжительное время.

Четвёртый этап (старший возраст).

Ребёнок:

Всегда проявляет положительное отношение к двигательной активности, всегда с большим желанием включается во все виды двигательной активности, сам ищет такие возможности, всегда получает удовольствие от движения;

Проявляет потребность в двигательной активности и умеет целенаправленно её удовлетворить, контролирует собственную двигательную активность, участвуя в организованных формах двигательной активности;

Понимает и выполняет любую полную инструкцию без предварительной демонстрации способа выполнения действий, выполняет все знакомые и новые движения по целостной и словесной инструкции;

Ходит уверенно, тонус мышц нормальный. Движения рук и ног согласованные;

Бегает уверенно, ритмично, движения рук и ног всегда согласованы, свободно меняет темп и направления движения;

Свободно прыгает на двух и одной ноге, соблюдая все фазы (подготовительное приседание, толчок, полёт, приземление);

Уверенно ползает на четвереньках на любые расстояния, меняя темп и направления движения, движения рук и ног согласованные, ритмичные;

Бросает мячи одной или двумя руками в зависимости от их величины, соизмеряет силу броска, чтобы попасть в цель;

Легко и ритмично выполняет наклоны вперёд, сочетая их с другими движениями, легко и ритмично продолжительное время выполняет согласованно движения двумя руками вверх – вниз, руки в локтях выпрямлены.

Группа со сложными дефектами.

Первый, второй этапы (ориентировочно младший, средний дошкольный возраст). Ребёнок:

Проявляет интерес к физическим движениям;

Положительно откликается на предложения выполнять движения;

Имеет начальные представления о собственном теле;

Ориентируется в пространстве, используя его для доступной ему двигательной активности;

Выполняет движения вместе со взрослым и по подражанию.

Группа со сложными дефектами.

Третий, четвёртый этапы (ориентировочно старший дошкольный возраст, старший дошкольный возраст).

Ребёнок:

Проявляет интерес к физическим движениям и потребность в доступной для каждого ребёнка двигательной активности;

Проявляет положительные эмоциональные реакции от собственной двигательной активности;

Понимает и выполняет инструкцию, если она предъявляется поэлементно и подкрепляется выполнением каждого движения;

Проявляет интерес к подвижным играм и положительное отношение к ним (под руководством взрослого);

Понимает просьбы – команды, отражающие основные движения и действия, направления движений (туда, в эту сторону, вперёд, назад и т.п.);

Ориентируется в пространстве по образцу действиям взрослого и словесной инструкции, использует пространство для двигательной активности.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1.Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях с описанием вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Каждое занятие должно планироваться в соответствии со следующими принципами:

- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию воспитанников
- чередование различных видов упражнений;
- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце занятия;

Организованная образовательная деятельность состоит из четырех частей: вводной, подготовительной, основной и заключительной. В работе с воспитанниками с умственной отсталостью целесообразно применять специальные педагогические приемы, направленные на развитие интеллектуальной деятельности: название движений, запоминание комбинаций движений по темпу, объему, усилию, плавности. На занятиях широко применяются упражнения, которые требуют четкой дозировки силовых, временных и пространственных компонентов движений. При планировании занятий учитываются возможности проведения их на свежем воздухе.

Обязательным требованием является обеспечение систематического медицинского контроля за физическим развитием и состоянием здоровья воспитанников. Помещение, отведенное для занятий, должно соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам, быть оборудовано современным спортивным инвентарем, пособиями и аптечкой первой помощи.

Чтобы дети усвоили алгоритм выполнения упражнений и инструкции педагога, требуется многократное повторение, сочетающееся с правильным показом. Упражнения, подвижные игры, игры с элементами спорта подбираются таким образом, чтобы они состояли из простых элементарных движений. Мы уже отмечали, что характерной особенностью воспитанников с умственной отсталостью является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленные этим трудности переключения с одного действия на другое. Попадая в непривычную для них обстановку, воспитанники не могут воспроизвести даже хорошо знакомые физические упражнения. Поэтому при планировании необходимо предусмотреть разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Поскольку дети этой категории с большим трудом воспринимают словесную инструкцию, даже в сочетании с показом, для усвоения ими упражнений требуется систематическая помощь воспитателя.Физическое развитие и физическое воспитание тесно взаимосвязаны между собой и направлены на совершенствование функций формирующегося организма

ребенка, развитие и коррекцию основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной моторики и развитие зрительно-двигательной координации.

При организации жизни детей в семье и дошкольном учреждении, организации предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями дошкольников следует учитывать необходимость физического развития. В режиме дня ребенка должны быть предусмотрены занятия по физическому воспитанию, игры и развлечения на воздухе, при проведении которых учитываются региональные и климатические условия.

Основной формой обучения детей движениям признаны занятия, проводимые инструктором по физической культуре.

Занятия по физическому воспитанию строятся так, чтобы с их помощью решались как общие, так и коррекционные задачи. В занятия включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, метание), а также общеразвивающие упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса и ног, координацию движений, формирование правильной осанки, развитие равновесия.

Стратегия организации физического воспитания базируется на физиологических механизмах становления движений в процессе развития растущего детского организма. В ходе утренней гимнастики в семье и на занятиях в детском саду целесообразно предлагать детям основные виды движений в следующей последовательности: движения на растягивание в положении лежа; метание, ползание и движения в положении низкого приседа, на коленях; упражнения в вертикальном положении (ходьба, лазанье, бег) и подвижные игры.

Тема, цель, содержание, методическая аранжировка занятий определяется в соответствии с программой дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта по программе воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью»Сост. Л.Б.Баряева, О.П.Гаврилушкина, А.Зарин, Н.Д.Соколова.

При планировании занятий инструктор по физической культуре *учитывает тематический принцип* отбора материала, с постоянным усложнением заданий.

Интеграция образовательной области «Физическое развитие» с другими образовательными областями

Образовательная область	Интеграция задач и содержания

«Социально-коммуникативное развитие»	Формирование первичных ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни человека, соблюдение элементарных общепринятых норм и правил поведения в части здорового образа жизни. Накопление опыта здоровьесберегающего поведения в труде, освоение культуры здорового труда. Формирование основ безопасности собственной жизнедеятельности.
«Познавательное развитие»	Формирование целостной картины мира, расширение кругозора в части представлений о здоровье и здорового образа жизни человека.
«Речевое развитие»	Развитие свободного общения со взрослыми и детьми по поводу здоровья и здорового образа жизни человека. Формирование ценностных представлений о здоровье и здоровом образе жизни при чтении художественных произведений на данную тему.
«Художественно - эстетическое развитие»	Использование средств продуктивных видов деятельности для обогащенияи закрепления содержания области «Здоровья».

2.1.1.Образовательная область «Физическое развитие»

Физическое воспитание отличается от других видов воспитания тем, что в его основе лежит обучение упорядоченным двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. Специфичность понятия «адаптивная физическая культура» выражается в дополняющем определении «адаптивная», что подчеркивает ее предназначение для людей с отклонениями в состоянии здоровья, включая воспитанников с выраженным недоразвитием интеллекта. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма учащегося. В соответствии с этим целью обучения данному предмету является освоение воспитанниками системы двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма. Обучение организуется с учетом климатических и сезонных изменений в природе. На занятиях формируются элементарные двигательные

функции, выполняемые совместно с инструктором, по подражанию его действиям, по образцу, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности движений во время занятий физической культурой и т. п.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у воспитанников с умственной отсталостью. Необходимо отметить, что дети этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике адаптивной физической культуры. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обусловливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

- в разнообразной двигательной деятельности осознанно относиться к выполнению движений;

- согласовывать двигательные, интеллектуальные, волевые и эмоциональные усилия для закрепления формируемых навыков;

- дисциплинированности, организованности, ответственности, максимальной самостоятельности во время занятий физическими упражнениями и элементарными видами спорта.

В процессе обучения необходимо :

- знакомить, а затем уточнять и закреплять понятийный аппарат (название движений, действий);

- учить последовательности движений без предметов, с предметами (мячами, гантелями и т. п.), а также правилам безопасности при этом;

- учить осваивать модели невербального и вербального общения, необходимые в подвижных и спортивных играх и других ситуациях, возникающих во время занятий.

Каждое занятие должно планироваться в соответствии с основными дидактическими требованиями: постепенное повышение нагрузки и переход в конце к успокоительным упражнениям; чередование различных видов упражнений, подбор упражнений, соответствующих возможностям воспитанников.

В процессе физического воспитания решаются конкретные задачи обучения детей

- Создание условий для подготовки к занятиям физкультурой;

- Создание условий для обучения правильному построению

- Создание условий для обучения правильному передвижению из группы на занятие;

- Создание условий для обучения ориентировке в зале по конкретным ориентирам (вход, стены, потолок, пол, углы);

- Создание условий для обучения простейшим исходным положениям при выполнении общеразвивающих упражнений и движения в различных пространственных направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);

- Создание условий для обучения овладению приемами правильного дыхания

- Создание условий для обучения выполнению простейших заданий по словесной инструкции педагога

- Создание условий для обучения выполнению ходьбы и бега в строю, в колонне по одному;

- Создание условий для обучения овладению навыками координации толчка двумя ногами в различных видах прыжков и умению мягко приземляться в прыжках;

- Создание условий для формирования умений прыгать (толчок одной ногой и приземление на две ноги);

- Создание условий для овладения навыками правильного захвата различных предметов, передачи и переноски их;

- Создание условий для формирования умений метать, бросать и ловить мяч;

- Создание условий для формирования умений ходить в заданном ритме под хлопки, счет, музыку;

- Создание условий для формирования умений выполнять простейшие упражнения в определенном ритме;

- Создание условий для формирования умений сохранять равновесие в процессе движения по гимнастической скамейке и корригирующим дорожкам;

- Создание условий для формирования умений преодолевать различные препятствия;

- Создание условий для формирования целенаправленных действий под руководством в подвижных играх.

2.1.2. Описание вариативных форм, методов, средств реализации Программы

Группа	Задачи	Формы работы		
		Совместная деятельность с педагогом	**Самостоятельная деятельность детей**	**Совместная деятельность с семьёй**
1 ЭТАП обучения (4-5 лет)	Укреплять и сохранять здоровье детей, закаливать организм, совершенствовать основные виды движений. Вырабатывать правильную осанку. Учить правилам личной гигиены, правилам поведения за столом. Расширить представления об органах чувств, частях тела человека, их роли в организме, способах ухода за ними. Познакомить детей со способами укрепления своего организма. Воспитывать бережное отношение к своему телу. Дать	Формирование культурно-гигиенических навыков (умывание, одевание, раздевание, навыки приёма пищи и поведения за столом, навыки пользования расчёской и носовым платком). Утренняя гимнастика. Закаливающие процедуры. Физкультминутки. Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз. Релаксационные упражнения. Коррекционная гимнастика. Беседы о личной гигиене в детском саду и дома. Сюжетно-ролевые игры. Игровые ситуации. Рассматривание иллюстраций. Игры, беседы с психологом, психо-коррекционная гимнастика. Прогулка (индивидуальная работа с часто болеющими детьми).	Гигиенические процедуры. Сюжетно-ролевые игры. Рассматривание иллюстраций.	Открытые просмотры режимных моментов (непосредственно образовательная деятельность, прогулка, гигиенические процедуры, индивидуальная образовательная деятельность). Беседы с медицинским персоналом и специалистами детского сада. Индивидуальные консультации. Круглый стол. Наглядная информация в уголках для родителей.Семейный клуб «Радуга здоровья».

	представления о необходимых для человека веществах и витаминах, воспитывать потребность в соблюдении режима питания. Формировать умение оказывать себе элементарную помощь, обращаться за помощью к взрослым.	Просмотр мультфильмов.		
2 ЭТАП обучения (5-6 лет)	Укреплять и сохранять здоровье детей, закаливать организм, совершенствовать основные виды движений. Учить правилам личной гигиены, правилам поведения за столом, побуждать к самостоятельному их выполнению. Знакомить детей с устройством и функционированием	Утренняя гимнастика. Закаливающие процедуры. Физкультминутки. Динамические паузы. Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз. Релаксационные упражнения. Коррекционная гимнастика. Формирование культурно-гигиенических навыков (навыки пользования расчёской и носовым платком, навыки ухода за чистотой тела, одеждой, причёской). Закрепление умения	Сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры. Рассматривание иллюстраций. Выполнение правил личной гигиены.	Открытые просмотры режимных моментов (непосредственно образовательная деятельность, прогулка, гигиенические процедуры, индивидуальная образовательная деятельность). Беседы с медицинским персоналом и специалистами детского сада.

	организма, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Расширять представления о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Расширять представления о месте человека в природе. Дать представления о правилах ухода за больным.	одеваться, раздеваться, совершенствование культуры еды. Беседы об устройстве и функционировании человеческого организма с опорой на модели, о важности бережного отношения к своему здоровью. Беседы о профессиях врачей. Рассматривание и обсуждение иллюстраций. Игры, беседы с психологом, психо-коррекционная гимнастика.		Индивидуальные консультации. Круглый стол. Наглядная информация в уголках для родителей. Семейный клуб «Радуга здоровья».
3 ЭТАП обучения (6-7 лет)	Укреплять и сохранять здоровье детей, закаливать организм, совершенствовать основные виды движений. Обеспечивать оптимальную	Утренняя гимнастика. Закаливающие процедуры. Физкультминутки. Динамические паузы. Дыхательная гимнастика. Гимнастика для глаз. Релаксационные упражнения. Коррекционная гимнастика. Формирование культурно-	Сюжетно-ролевые игры. Подвижные игры. Рассматривание иллюстраций. Выполнение правил личной гигиены.	Открытые просмотры режимных моментов (непосредственно образовательная деятельность, прогулка, гигиенические процедуры, индивидуальная образовательная

	двигательную активность в течение дня. Развивать творчество, самостоятельность, инициативу в двигательных действиях. Учить правилам личной гигиены, правилам поведения за столом, побуждать к самостоятельному их выполнению. Знакомить детей с устройством и функционированием организма, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Расширять представления о составляющих здорового образа жизни и факторах, разрушающих здоровье. Формировать у детей потребность в	гигиенических навыков (навыки пользования расчёской и носовым платком, навыки ухода за чистотой тела, одеждой, причёской). Закрепление умения одеваться, раздеваться, совершенствование культуры еды. Беседы об устройстве и функционировании человеческого организма с опорой на модели, о важности бережного отношения к своему здоровью. Беседы о рациональном питании, о правилах закаливания. Разучивание специальных физических упражнений для укрепления органов и систем организма. Беседы о профессиях врачей.		деятельность). Беседы с медицинским персоналом и специалистами детского сада. Индивидуальные консультации. Круглый стол. Наглядная информация в уголках для родителей. Семейный клуб«Радуга здоровья».

	здоровом образе жизни. Расширять представления о месте человека в природе			
		Игровые ситуации. Рассматривание и обсуждение иллюстраций. Беседы о безопасном поведении в спортивном зале, на прогулке, в помещении группы. Игры, беседы с психологом, психо-коррекционная гимнастика.		

Содержание психолого-педагогической работы

ПЕРВЫЙ ЭТАП

(ориентировочно средний дошкольный возраст)

Основные задачи коррекционно-развивающей работы

На втором этапе продолжается развитие и формирование:

познавательного интереса к окружающему;

социального восприятия и социальных представлений («Я среди взрослых и сверстников», Я среди детей», «Мои друзья»), укрепление позиции Я;

самостоятельности и осознания своих достижений;

коммуникативной функции речи и коммуникативного поведения;

словесной регуляции (в форме словесного отчета и словесного сопровождения);

сенсорно-перцептивной способности (преимущественно в структуре различных видов деятельности);

познавательных установок «Что это?», «Что Делает? », « Почему он такой? »;

способности к замещению, воображению (в игре, рисовании, речи);

представлений об окружающем природном и социальном мире, пригодных для создания игровых образов, продуктивной и мыслительной деятельности;

пространственно-временных и количественных представлений;

эстетических предпочтений (развитие первых предпочтений в сказках, песнях, занятиях);

произвольных движений;

операционально-технической стороны деятельности;

сенсорно-двигательных координации;

элементарных трудовых умений и навыков;

социального опыта.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Систематическая работа по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении. Она осуществляется в разнообразных формах — лечебная физкультура, массаж и закаливание, утренняя зарядка, подвижные игры, физкультурные упражнения, прогулка, спортивный досуг и развлечения, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной работы. Основной формой организации работы по физическому воспитанию детей является занятие физической культурой, которое проводит воспитатель (2 раза в неделю), а также подвижная игра (1 раз в неделю), что обеспечивает реализацию основных задач, определенных программой.

Занятия проводятся воспитателями по подгруппам в утреннее и вечернее время с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя. В случае наличия в группе детей с грубыми

нарушениями физического развития с ними необходимо проводить индивидуальную работу. Это позволяет подготовить ребенка к занятиям в небольшой группе. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализировали и могут меняться в зависимости от особенностей Психофизического состояния детей, метеоусловий, Времени года и т. п. Занятия физической культурой на втором этапе Обучения в плане решаемых задач и реализуемого Задержания тесно связаны с работой, ведущейся по другим разделам программы, (развитие музыкально-ритмических движений, игра, формирование элементарных математических представлений, ознакомление с окружающим и др.)» Занятия строятся на основе содержания, предлагаемого не только для второго, но также и для первого этапа, что обеспечивает закрепление уже Сформированных двигательных умений и навыков у детей и преемственность в системе работы.

Педагогический замысел:

стимулировать и поддерживать развитие двигательной активности детей;

закреплять представления об основных частях тела;

обогащать кинестетический опыт, совершенствовать кинестетическое восприятие;

развивать двигательную память;

формировать произвольные движения головой, руками, туловищем, ногами по образцу и словесной инструкции;

учить менять темп движения (ползать, ходить, бегать) вместе со взрослым, а также по слову-сигналу

развивать умение воспринимать и воспроизводить позу по плоскостному образцу (самому, с помощью модели человеческой фигуры и режиссерской куклы);

формировать умение ходить, бегать, удерживая предметы в одной и обеих руках;

развивать точность и ловкость движений рук в играх с мячом;

воспроизводить по подражанию различные движения кистями и пальцами рук, прослеживая их взором;

продолжать формировать умение имитировать движения животных, птиц, растений, машин и т.д, в пластике: животных (кошка, собака, заяц и т. п.), птиц (цыпленок, курица, воробей и т.п.), растений (цветок, дерево), насекомых (бабочка), солнца, машин (поезд, самолет и т. п.)»

формировать умение подпрыгивать на двух ногах на месте с помощью взрослого;

формировать пространственные представления и ориентировки;

развивать чувство равновесия;

развивать чувство ритма;

развивать координацию движений обеих рук, рук и ног со зрительным прослеживанием;

развивать произвольные движения кистей и пальцев рук;

формировать умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр и упражнений, проявлять внимание друг к другу и оказывать взаимопомощь;

развивать коммуникативные умения;

учить соблюдению правил в подвижных играх и игровых упражнениях;

развивать слуховое внимание;

обогащать словарь детей за счет названий частей тела, движений, слов, обозначающих пространственные характеристики объектов, и др.

Содержание

Ходьба за инструктором в заданном направлении стайкой, держась за руки; друг за другом, держась веревку.

Ходьба: по одному; парами, держась за руки; небольшими группами; друг за другом на расстоянии вытянутой руки за педагогом; парами вдоль стен комнаты и по краям площадки, держась за руки; в колонне по одному со сменой направления. Имитационные движения («Паровоз», «Летают бабочки», «Цапля», «Аист» и др.). Действия с воображаемыми объектами. Перешагивание через линии и предметы (реальные |и воображаемые).

Игры и упражнения на развитие равновесия: ходить друг за другом с флажком в вытянутой вперед, в сторону, вверх руке; ходить по узкой дорожке (шириной 25 см) с руками за головой; бегать парами держась за руки, бегать друг за другом, держась за веревку; ходить по площадке врассыпную с флажками в руках; бегать друг за другом вдоль каната, положенного на пол; ходить около шнура, положенного по кругу.

Ходьба к цели (игрушке) в заданном направлении (вперед, назад, приставным шагом в стороны) врассыпную, стайкой, друг за другом. Изменение темпа движения (ходьба — бег) по зрительному или слуховому сигналу. Ходьба с переступанием через невысокие (5 см) предметы.

Ходьба по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковролина и другого материала с изменением темпа движения (быстро, медленно).

Хороводные игры с перемещением в разных направлениях.

Ходьба на носках и на пятках (с чередованием)

Вращение на месте в разные стороны в положении стоя и сидя на полу («Волчок»).

Ползание на животе по указательному жесту последовательно к одной, второй, третьей игрушке

Ползание: на четвереньках и на животе врассыпную или парами в заданном направлении; на коленях по наклонной плоскости (доске) шириной 30 см, длиной 1,5 м; на животе по гимнастической скамейке.

Ползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой, через обруч.

Ползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через препятствия.

Лазание по ступенькам вверх с помощью взрослого или самостоятельно, скольжение на попе вниз.

Игры на гимнастической стенке: залезать (на высоту до 1 м) и спускаться с помощью взрослого.

Игры и упражнения с мячом: прокатывать мяч, бросать мяч друг другу, ловить мяч, поднимать упавший мяч, катать мяч друг другу, прокатывать мяч через ворота, бросать мяч в цель (в корзину, в сетку), вдаль, вперед, бросать маленький мяч правой и левой рукой.

Игры и упражнения с мешочками с песком (горохом, крупой): бросать в цель (в корзину, обруч и т. п.), находящуюся на полу на расстоянии.

Прыжки: на двух ногах на месте или с передвижением (зайчики, птички и т. п.); вокруг какого-либо предмета; перепрыгивание через шнур («ручеек»); запрыгивание в обруч; спрыгивание с предмета (высотой до 10—15 см); прыжки в длину с места.

Игры на детской горке (в помещении на специальных игровых модулях-горках, горке из конструктора «Квадра», а также на улице).

Воспроизведение поз и движений по непосредственному подражанию и по рисунку (сразу и с отсрочкой до 10 секунд),

катание на санках.

игры в снежки.

игры и упражнения на расслабление.

Примерный перечень подвижных игр

Игры с бегом: «Бегите ко мне», «Птичка и птенчик», «свой домик», «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лови меня», «Догони мяч», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Походи и побегай», «Быстрее — медленнее комара», «Воробышки и кот», », «Бабочки», «воронята», «Снежинки и ветер» и др.

Игры с подпрыгиванием и прыжками: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара» «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Подпрыгни до ладошки», «Попрыгай на носочках», «Мячики», «Сорви шишку» и др. И*гры с подлезанием, лазаньем, ползанием:* «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки», «Доползи до погремушки», «В воротца», «Не наступи на линию», «Будь осторожен», «Ловлю мышку», «Собачка», «Собери шарики (шишки и т. п.)», «Котята и щенята» и др.

Игры с бросанием и ловлей: «Кто бросит дальше мешочек?», «Попади в круг», «Мяч в кругу», «Прокати мяч». «Лови мяч», «Попади в ворота», «Целься вернее», «Кто попадет?», «Покати ко мне».

Игры на ориентировку в пространстве: «Угадай, кто Кричит», «Что спрятано?», «Где звенит?», «Найди флажок» и др.

Игры с разнообразными движениями и пением: «Поезд», «Заинька», «Флажок» и др.

Литературный материал для развития движений с речью

Песенки и потешки: «Солнышко-ведрышко!» (рус), «Буренушка» (рус), «Пастух» (рус), «Наши уточки» (рус), «Ай, ду-ду» (рус), «Друзья-помощники» (рус.)$_f$ «Тили-бом» (рус), «Совушка» (рус), «Петушок» (рус.), «Гуси вы, гуси» (рус), «Божья коровка» (рус), «Отличные пшеничные» (шведск., в обр. И. Токмаковой), «Маленькие пастухи» (шведск., в обр. И. Токмаковой), «Едем едем на лошадке» (шведск., в обр. И. Токмаковой).

А. Барто «Кто как кричит»;

В. Берестов «Мишка, мишка, лежебока»;

Г. Ладонщиков «Помощники весны»;

С. Маршак «Тихаясказка», «Перчатки» (пер. с англ.), «Кошкин дом»;

С. Михалков «Песенка друзей» и др.

ВТОРОЙ ЭТАП

(ориентировочно старший дошкольный возраст)

Основные задачи коррекционно-развивающей работы

На втором этапе продолжается развитие и формирование:

познавательного интереса и познавательной активности;

социальных представлений («Я среди взрослых и сверстников», стремление детей к самостоятельности и укрепление позиции «Я среди детей»);

коммуникативного поведения;

словесной регуляции (в форме словесного отчета) поведения и деятельности;

коммуникативной функции речи (развитие диалогической речи с использованием речевых и неречевых средств коммуникации, развитие монологической речи — рассказ из жизненного опыта, пересказ сказок, коротких рассказов);

коррекция речевых нарушений и звукопроизношения;

сенсорно-перцептивной способности (преимущественно в структуре различных видов деятельности);

познавательной направленности на установление функциональных связей между объектами и явлениями (познавательных установок «Что это?», «Что делает?», «Почему он такой?»);

способности к замещению, воображению (в игре, рисовании, речи);

пространственно-временных, величинных и Количественных представлений;

эстетических предпочтений;

произвольных движений (основных, мимических, изобразительных);

операционально-технической стороны деятельности (культурно-гигиенических, трудовых, графомоторных навыков: зрительно-двигательной координации, опережающих движений глаз и т. п.);

игровых навыков в процессе сюжетно-ролевых, театрализованных игр и игр с правилами;

готовности к обучению в школе.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЫ

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

Основной формой коррекционно-развивающей работы на третьем этапе обучения являются специальные занятия по физическому воспитанию. Кроме этого осуществляются лечебная физкультура и массаж, коррекционная гимнастика, утренняя зарядка, подвижные игры, спортивный досуг, праздники и развлечения. Спортивные праздники проводятся с детьми в физкультурном зале или на улице в зависимости от погодных и сезонных условий.

Занятия проводятся воспитателями со всей группой детей, по подгруппам в утреннее и вечернее время с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя 2—3 раза в неделю. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года и т. п.

Занятия по физическому воспитанию обучения тесно связаны с работой по развитию музыкально-ритмических движений, с сюжетно-ролевыми, подвижными, театрализованными играми, с формированием элементарных математических представлений, с формированием представлений о себе и окружающем мире, а также с трудовым и эстетическим воспитанием детей дошкольного возраста с интеллектуальной недостаточностью.

Занятия строятся на основе содержания, предлагаемого для первых двух этапов обучения, и дополняются содержанием третьего этапа. Таким образом реализуется принцип концентричности в построении программного содержания работы по физическому и моторно-двигательному развитию детей, который обеспечивает непрерывность, преемственность и повторность в обучении.

Педагогический замысел:

продолжать поощрять и поддерживать двигательную активность детей;

формировать произвольные движения головы, туловища, рук, ног, лица;

учить воспроизводить по подражанию взрослому и графическому образцу различные движения кистями и пальцами рук;

учить выполнять движения по рисунку, содержащему символические изображения направления движения (стрелки-векторы);

развивать чувство ритма: передавать в движении ритм чередования (1/2, 3/4, 4/4);

формировать умение ходить, ползать, бегать в заданном темпе, замедлять и ускорять движение по словесной команде и под музыку;

развивать координацию движений рук и ног;

совершенствовать зрительный контроль за движениями (перед зеркалом);

развивать координацию движений частей тела (рук, ног, рук и ног, рук и головы и т. п.);

закреплять умение выполнять серию движений под музыку;

развивать двигательную память: выполнять движения после короткой (5—10 секунд) и длительной (час, день, неделя) отсрочки во времени;

закреплять умение сопровождать ритмические движения проговариванием коротких стихов, потешек;

совершенствовать выразительные движения (понимать и выражать в движении радость, удивление, огорчение, порицание, поощрение), умение выполнять их под музыку (подражать движениям лягушки, цапли, страуса, бабочки, совы, собачки и т. д.);

развивать восприятие и воспроизведение движений по рисунку (с использованием режиссерской куклы или модели человеческой фигуры);

развивать простые пантомимические движения;

закреплять пространственные представления и ориентировки;

совершенствовать умение взаимодействовать со сверстниками в процессе совместных игр и упражнений, проявлять внимание друг к другу и оказывать взаимопомощь;

развивать коммуникативные умения;

учить соблюдению правил в подвижных играх и игровых упражнениях;

развивать речевую активность, закрепляя названия действий, движений, пространственных отношений и характеристик объектов и т. п.).

Оборудование и материалы:

разноцветные флажки (красные, желтые, зеленые, синие);

цветные ленточки (красные, желтые, зеленые, синие);

мячи: большие диаметром 20—25 см, средние и маленькие, надувные диаметром 30—40 см, фитболы;

мешочки, наполненные песком (крупой, горохом);

бревно надувное или мягкий модуль;

обручи (красные, желтые, зеленые, синие);

шнур длиной 5 м,

палки гимнастические длиной 70—80 см;

кубы и кирпичи деревянные;

мягкие модули;

пирамидки (большая высотой 1 м, средние высотой 20—30 см, маленькие);

ребристая доска;

лесенки прямые с зацепами на концах длиной 1—2 м, шириной 40 см, с расстоянием между рейками 25 см, сечением реек 2—3 см;

скамейки гимнастические низкие высотой 22 см, длиной 1,5—2 м;

ковер или ковровая дорожка;

игольчатая дорожка;

большое настенное зеркало;

нагрудники или нагрудные фартучки с прозрачными кармашками для контурных изображений животных, птиц;

баскетбольная корзина (или нечто подобное);

сухой бассейн с шариками;

дорожки с различным покрытием (нашитые пуговицы, гладкая поверхность, меховая поверхность и т. п.);

раздвигающаяся дорожка из кубов;

различные по высоте воротики;

зонтики (большие и маленькие);

игрушки: лошадка, кошечка, зайчик, медвежонок, собачка и др.;

неваляшки;

колокольчики;

погремушки;

бубен;

магнитофон с аудиокассетами различных мелодий (марш, полька и т. п.);

пластмассовые кубики;

пластмассовые кегли и шары;

деревянные контуры домика, деревьев, елок;

муляжи овощей, фруктов, грибов;

корзины разной величины;

мисочки, кувшины для раскладывания бус, шариков, мелких игрушек;

кольца для надевания на руки, на подставки;

шарики и кубики с дырочками для надевания на пальцы, для соединения с помощью палки;

шароброс с шарами двух размеров;

столики с втулками;

тележки, машины;

набор «Достань колечко»;

трубки прозрачные и непрозрачные с цветными пыжами и палочками;

игрушки со съемными деталями;

пластмассовые и деревянные прищепки различной величины и основа для них (контур елки, круг-солнце, основа для туловища бабочки, корзинка и др.);

шведская стенка;

детский батут;

детская горка;

санки;

трехколесный велосипед;

самокат и др.

Содержание

Ходьба: на месте; друг за другом в колонне и врассыпную по залу, по сигналу воспитателя находить свое место; по извилистой линии между игрушками; по залу в колонне по одному, на сигнал «дождик-дождик» ходить широким шагом с высоким подниманием колен, на сигнал «солнышко»

обычная ходьба; с изменением направления по сигналу (слово, удар в бубен, окончание музыки); с переходом по сигналу на бег и обратно; группами с нахождением игрушек; по извилистой дорожке; с движением рук, имитирующим взмахи крыльев птицы; с высоким подниманием коленей; с руками на поясе и перешагиванием через предметы; по кругу на носках и на пятках, взявшись за руки; по всему залу, руки в стороны; на носках, руки на поясе; по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковролина и другого материала с изменением темпа движения (быстро, медленно); в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой на палочке и т. п.); по дорожке (шириной 30—40 см).

Хороводные игры с перемещением в разных направлениях.

Бег: по кругу, взявшись за руки; змейкой между предметами; на носках с руками за головой; в указанном направлении с переходом по команде от ходьбы к бегу; в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой на палочке и т. п.); по дорожке (шириной 30—40 см).

Проведение игр и упражнений на развитие равновесия: ходьба друг за другом с флажком в руке; ходьба друг за другом с флажками в руках по узкой дорожке (шириной 35 — 40см); ходьба по дорожке с руками за головой; бег парами, держась за руки; бег друг за другом, держась за веревку; ходьба по площадке врассыпную с флажками в руках; бег друг за другом вдоль каната, положенного на пол; ходьба по шнуру, положенному на пол; перешагивание из обруча в обруч; ходьба между двумя начерченными на полу линиями (на расстоянии 25 см), не наступая на них; ходьба по гимнастической скамейке, переступая через мелкие предметы кубики, строительный материал). Ползание: на четвереньках и на животе врассыпную или парами в любом или заданном направлении; на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через препятствия; по наклонной лесенке с частыми рейками (через каждые 10см.), поднятой под углом 30°;

Проползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой, через обруч. Проведение игр и упражнений с мячом: бросать мяч друг другу, ловить мяч; прокатывать мяч через ворота, между кеглями; бросать мяч в цель (в корзину, в сетку), вдаль, вперед; бросать маленький мяч правой и левой рукой; бросать мяч вверх, стараясь поймать его; бросать мяч о стенку и ловить его; ударять мячом об пол и ловить его.

Проведение игр и упражнений с кольцами: бросать кольцо воспитателю; подбрасывать кольцо одной рукой, ловить двумя руками.

Проведение игр и упражнений с мешочками с песком (горохом, крупой): бросать вдаль, в цель (корзину, обруч и т. п.), находящуюся на полу на расстоянии.

Проведение игр и упражнений на гимнастической стенке: залезать (на высоту до 1 м) и спускаться с помощью взрослого; влезать по гимнастической стенке до середины, согласовывая движения рук и ног. Прыжки: на двух ногах на месте или с передвижением (зайчики, птички и т. п.); вокруг какого-либо предмета; перепрыгивание через шнур («ручеек»); запрыгивание в обруч;

спрыгивание с предмета (высотой до 10—15 см); в длину с места; с передвижением по комнате мелкими прыжками, размахивая руками; вдвоем, взявшись за руки; с места в обруч, положенный на пол; через лежащую палку (туда — обратно); на месте на обеих ногах, легко отталкиваясь от пола; поочередно на правой и левой ноге; через веревку, положенную на пол; спрыгивание с гимнастической скамейки с приземлением на слегка согнутые ноги; подпрыгивание на месте, стараясь коснуться предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 5—10 см; в сторону, влево, вправо; подпрыгивание вверх с хлопками в ладоши; перепрыгивать через веревку, мягко приземляясь на слегка согнутые ноги, повернуться кругом и снова прыгнуть; на двух ногах вокруг стульчика в правую и левую стороны.

Проведение игр и упражнений на батуте.

Проведение игр и упражнений общеразвивающего и корригирующего характера для разных мышечных групп (мышц шеи и плечевого пояса, груди, спины, рук, ног, дыхательной мускулатуры).

Проведение игр и упражнений на развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости (с изменением скорости выполнения, с предметами, с преодолением сопротивления).

Воспроизведение поз и движений по непосредственному подражанию и по рисунку (сразу и с отсрочкой до 10 секунд).

Проведение игр и упражнений на детской горке.

Катание на трехколесном велосипеде.

Катание на санках.

Элементы самомассажа.

Проведение игр и упражнений на релаксацию.

Примерный перечень подвижных игр

Игры с ходьбой: «Золотые ворота», «Каравай», «Ветерок», «Подарки», «У ребят», «Стоп», «Колпачок и палочка».

Игры с бегом: «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Цветные автомобили», «Птички и кошка», «У медведя во бору», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

Игры с подпрыгиванием и прыжками: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», « Птички в гнездышках», «Зайцы и волк», «Лисы в курятнике», «Зайка серый умывается».

Игры с подлезанием и лазаньем: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки», «Доползи до погремушки», «В воротца», «Не наступи на линию», «Будь осторожен», «Подбрось — поймай», «Сбей

булаву», «Мяч через сетку».

Игры с бросанием и ловлей: «Кто бросит дальше мешочек?», «Попади в круг», «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в ворота», «Цельсяя вернее», «Школа мяча», «Кегли», «Кольцеброс».

Игры на ориентировку в пространстве:. «Угадай, кто кричит», «Что спрятано?», «Где звенит?», «Найди флажок», «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?».

Игры с разнообразными движениями и пением: «Поезд», «Заинька», «Флажок» и др.

Игры на развитие воображаемых движений: этюды и пантомимы — «Под дождиком», «Капельки», «Разные ветры», «Дождь идет», «Падающие листья», «Солнце и луна», «Солнце в разные времена года», «Ветер, ветер...», «Солнечные зайчики» и т. д.

Литературный материал для развития движений с речью

Песенки, потешки, заклички: «Аист длинноносый...» (рус), «Лесные утки» (мордовск.), «Песня моряка» (норвежек.), «Ходит сон» (рус), «Котичек» (рус), «Доль-доль, Таусень» (рус), «Колядка», «Едет Масленица» (рус), «Жаворонки» (рус), «Весна идет» (рус), «Землюшка-чернозем» (в сокращении, рус), «Как по трав. кам, по муравкам» (рус), «Во поле березонька стояла» (рус), «На калине белый цвет» (рус). 3. Александрова «Постройка»;

В. Берестов «Снегопад», «О чем поют воробышки»;

Е. Благинина «Катя леечку взяла...»;

Ш. Галиев «Дятел»;

Г. Демченко «Пастушок»;

С. Дрожжин «Опять зима на саночках...»;

Н. Забила «Ребята! На лыжи!..»;

Б. Заход ер «Сапожник», «Ежик»;

М. Клокова «Воробей с березы», «Мой конь», «Кукушка», «Белые гуси»;

Г. Ладонщиков «Помощники весны», «Медведь проснулся»;

С. Маршак «Ванька-встанька», «Мяч», «Кто колечко найдет», «Тихая сказка», «Кошкин дом», «Елка»;

С. Михалков «Песенка друзей»;

Н. Полякова «Доброе лето»;

Г. Сапгир «Часы»;

И. Суриков «Первый снег пушистый»;

Н. Теплоухова «Барабанщик»;

И. Токмакова «Как на горке снег, снег», «Глубоко ли, мелко», «Весна» и др.

2.2. Образовательная деятельность по коррекционно-развивающей работе с детьми с УО

Содержание коррекционно-развивающей работы.

Цель: создание условий для развития эмоционального, социального и интеллектуального потенциала ребенка с проблемами в развитии и формирование его позитивно - личностных качеств.

Задачи:

• Взаимодействовать со всеми специалистами ДОУ в процессе коррекционно - педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья.

• Выявлять индивидуальные особенности развития ребенка, его слабые стороны и способности к компенсации, определение оптимального-педагогического маршрута.

• Формировать способы усвоения ребенком с ОВЗ социального опыта, взаимодействия с людьми и предметами окружающей действительности.•

Развивать компенсаторные механизмы становления психики и деятельности проблемного ребенка.

• Предупреждать развитие вторичных отклонений познавательной и двигательной сферы, поведения и личности в целом.

• Формировать у ребенка способы ориентировки в окружающей действительности (метод проб, практическое примеривание, зрительная ориентировка), предпосылки к учебной деятельности, обеспечивающие социальную успешность, сохраняющие и укрепляющие здоровье детей с УО детей дошкольного возраста, а также предупреждающие возможные трудности в процессе школьного обучения.

• Сотрудничать с семьей для обеспечения полноценного развития ребенка, обучать родителей отдельным психолого-педагогическим приемам, повышающих эффективность взаимодействия с ребенком, стимулирующим его возможности.

Направление работы инструктора по физической культуре.

1. Создание условий для охраны и укрепления здоровья воспитанников детского сада и формирования у них культурно-гигиенических навыков. Формирование у них потребности быть здоровыми, вести здоровый образ жизни и развитие их представлений о своем здоровье и средствах его укрепления.

2. Физическое развитие и физическое воспитание направлено на совершенствование функций формирующегося организма ребенка, полноценное развитие основных движений, разнообразных двигательных навыков, совершенствование тонкой ручной моторики и развитие зрительно-двигательной координации.

3. Осуществление системы коррекционного воздействия на учебно - познавательную деятельность ребенка в динамике образовательного процесса.

4. Определение содержательной направленности коррекционной работы в зависимости от структуры дефекта и степени его выраженности.

5. Создание условий для максимального развития ребенка в соответствии с потребностями возраста и особенностями психологической структуры "зоны ближайшего развития".

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И ЗАДАЧИ КОРРЕКЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

Направления:

1. Метание.
2. Построение.
3. Ходьба.
4. Бег.
5. Прыжки.
6. Ползание, лазанье, перелезание.
7. Общеразвивающие упражнения:

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

8. Подвижные игры.

Задачи:

1. Осуществление системы коррекционного воздействия на учебно - познавательную деятельность ребенка в динамике образовательного процесса.
2. Определение содержательной направленности коррекционной работы в зависимости от структуры дефекта и степени его выраженности.
3. Создание условий для максимального развития ребенка в соответствии с потребностями возраста и особенностями психологической структуры "зоны ближайшего развития".
4. Формирование разносторонних представлений о явлениях окружающей действительности, обогащение словаря, развитие связной речи.

Содержание работы инструктора по физической культуре.

Коррекция недостатков в физическом и (или) психическом развитии детей с ограниченными возможностями здоровья и оказание помощи этой категории в освоении программы.

Выявление особых образовательных потребностей детей с УО, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии.

Осуществление индивидуально - ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с УО, с учетом особенностей

психофизического развития и индивидуальных возможностей детей.

Возможность освоения детьми с УО Программы и их интеграции в образовательном учреждении.

Взаимодействие в разработке и реализации коррекционных мероприятий воспитателей, специалистов образовательного учреждения.

Содержание коррекционной работы для детей с тяжелыми физическими и психическими нарушениями строить с акцентом на социализацию ребенка и формирование практически - ориентированных навыков.

Технология организации физического обследования.

1. Ориентировочный этап.

Задачи:

• сбор анамнестических данных;
• выяснение запроса родителей;

• выявление предварительных данных об индивидуальных особенностях ребенка;

Виды деятельности:

•изучение медицинской и педагогической документации;

изучение интересов и предпочтений ребенка;

беседа с родителями.

2. Диагностический этап.

Диагностический этап представляет собой процедуру обследования ребенка.

Задачи психолого-педагогической диагностики:

раннее выявление отклонений в развитии;

выявление причин и характера первичных нарушений в развитии у ребенка, определение степени тяжести этого нарушения;

выявление индивидуально-психологических особенностей развития ребенка (личностных и интеллектуальных);

определение условий воспитания ребенка;

разработка программы и планов индивидуальной работы с детьми;

организация коррекционной работы с родителями и детьми.

Методы обследования:

беседа с ребенком;

наблюдение за ребенком;

игра;

выполнение различных заданий.

Методика проведения обследования физического развития:

принятие задания;

способы выполнения задания;

обучаемость в процессе обследования;

отношение к результату своей деятельности.

3. Аналитический этап.

Задачей аналитического этапа является интерпретация полученных данных и заполнение карт по результатам физического обследования

детей.

наблюдение

экспертная оценка

задания для обследования физического развития детей с нарушением интеллекта от 3-7 лет «Мониторинг физической подготовленности» (программа «Коррекционно-развивающее обучение и воспитание» Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева);

результаты обследования по образовательной области «Физическое развитие».

аналитический отчет по результатам входящего и итогового обследования.

4. Содержание коррекционной работы.

обеспечение коррекции недостатков в физическом и (или) в психическом развитии детей с ограниченными возможностями

здоровья и оказание помощи в освоении программы;

выявление особых образовательных потребностей;

осуществление индивидуально-ориентированной психолого-медико-педагогической помощи детям с ограниченными возможностями;

возможность освоения Программы детьми и интеграция в образовательном учреждении;

взаимодействие всех специалистов ДОУ в разработке и реализации коррекционной работы;

в случае невозможности комплексного усвоения ребенком Программы из-за тяжести психических нарушений планировать

коррекционную работу по индивидуальной программе с акцентом на социализацию и формирование практически - ориентированных навыков.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с участниками коррекционно-педагогического процесса

В коррекционно-развивающей работе с детьми с нарушением интеллекта большую роль играет взаимосвязь всех направлений работы инструктора по физической культуре со специалистами ДОУ. Успех совместной коррекционно-педагогической работы во многом зависит от правильно организованного взаимодействия инструктора по физической культуре, воспитателей, учителя-дефектолога, педагога-психолога, медицинского персонала, музыкального руководителя и родителей. Необходимость такого взаимодействия вызвана особенностями детей с нарушением интеллекта.

В группе компенсирующей направленности для детей с умственной отсталостью легкой степени при построении системы коррекционно-развивающей работы совместная деятельность специалистов спланирована так, что педагоги строят свою работу с ребёнком на основе общих педагогических принципов не обособленно, а дополняя и углубляя влияние каждого.

Модель коррекционно-развивающей деятельности представляет собой целостную систему. Тесное сотрудничество всех специалистов специализированного дошкольного учреждения для детей с нарушением интеллекта лежит в основе продуманного, психологически корректного, целенаправленного коррекционно-воспитательного процесса.

Взаимосвязь специалистов в группе компенсирующей направленности для детей с умственной отсталостью легкой степени имеет большое значение и является залогом успешности коррекционно-развивающей работы. Кроме того, позволяет обеспечить комплексный подход, поскольку, таким образом, объединяются усилия педагогов разного профиля.

Модель взаимодействия субъектов коррекционно-образовательного процесса в группе компенсирующей направленности для детей с УО

Воспитатель контролирует все режимные моменты в группе: утреннюю гимнастику, завтрак, свободную деятельность детей, прогулки, экскурсии, наблюдения, обед, дневной сон, закаливание и гигиенические процедуры, ужин, укладывание детей спать. В процессе выполнения всех режимных моментов воспитатель обеспечивает двигательную активность, коррекцию нарушений физического развития.

Тесное взаимодействие инструктора по физической культуре с учителем-дефектологом должно обеспечивать реализацию различных форм организаций двигательной активности детей: физкультурные занятия, утренняя гимнастика, физкультурные минутки, подвижные игры на воздухе, проведение спортивных праздников.

Инструктор по физической культуре изучает двигательную сферу детей с нарушением интеллекта, 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 достиженияопределенного смысла. Учитель-дефектолог

осуществляет работу, направленную на развитие двигательной сферы.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с педагогом-психологом

На начало года психологической службой проводится углублённое обследование развития познавательной и личностной сфер детей с нарушением интеллекта. Совместно с инструктором по физической культуре обсуждаются возможности применения развивающих и психологических форм и методов в работе с детьми; определяется коррекционно-развивающий маршрут для детей «группы риска», проводятся занятия, направленные на комплексную коррекцию нарушений психофизического развития.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с медицинским персоналом

На начало года медицинской сестрой проводится антропометрия, диагностика физического развития, определяется группа здоровья.

Взаимодействие инструктора по физической культуре с музыкальным руководителем

В ходе музыкально-ритмического воспитания происходит развитие зрительно-моторных координаций, ритмических структур, координации движения, музыки, речи.

Планируемые результаты освоения программы

Предполагается то, что воспитанники будут знать:

Как должен одеваться ребенок на занятия физкультурой;

Название предметов одежды;

Что значит « колонна», « круг»;

Правила поведения в спортивном зале;

Что такое ходьба, бег, прыжки, метание;

Правила поведения во время подвижных игр;

Предполагается то, что воспитанники будут уметь:

Строиться в шеренгу, в колонну;

Держать мячи, обручи;

Выполнять инструкции и команды

Ходить в колонне по одному, строиться в одну шеренгу, ходить по гимнастической скамейке, выполнять ОРУ;

Чередовать ходьбу с бегом;

Подпрыгивать на одной и двух ногах;

Метать мячи одной рукой с места;

Мягко приземляться при прыжках;

Целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством взрослого

2.3. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик

Игровая деятельность – форма активности ребенка, направленная не на результат, а на процесс действия и способы его осуществления, характеризующаяся принятием ребенком условной (в отличие от его реальной жизненной) позиции.

Виды игровой деятельности

Творческие игры	Игры с правилами
режиссерские игры (на основе готового содержания, предложенного взрослым; по мотивам литературных произведений; с сюжетами, самостоятельно придуманными детьми); сюжетно-ролевые; игры-драматизации; театрализованные; игры со строительным материалом (со специально созданным материалом: напольным и настольным строительным материалом, строительными наборами, конструкторами и т.п.; с природным материалом; с бросовым материалом); игра-фантазирование; импровизационные игры-этюды.	дидактические (по содержанию: математические, речевые, экологические; по дидактическому материалу: игры с предметами, настольно-печатные, словесные (игры-поручения, игры-беседы, игры-путешествия, игры-предположения, игры-загадки); подвижные (по степени подвижности: малой, средней и большой подвижности; по преобладающим движениям: игры с прыжками, с бегом, лазаньем и т.п.; по предметам: игры с мячом, с обручем, скакалкой и т.д.); развивающие; музыкальные; компьютерные (основанные на сюжетах художественных произведений; стратегии; обучающие).

Познавательно-исследовательская деятельность – форма активности ребенка, направленная на познание свойств и связей объектов и явлений, освоение способов познания, способствующая формированию целостной картины мира.

Виды познавательно-исследовательской деятельности

Экспериментирование

Исследование

моделирование: замещение, составление моделей, деятельность с использованием моделей; по характеру моделей: предметное моделирование, знаковое моделирование, мысленное моделирование.

Коммуникативная деятельность – форма активности ребенка, направленная на взаимодействие с другим человеком как субъектом, потенциальным партнером по общению, предполагающая согласование и объединение усилий с целью налаживания отношений и достижения общего результата.

Формы общения	
Формы общения *со взрослым*	Формы общения *со сверстником*
ситуативно-деловое; внеситуативно-познавательное; внеситуативно-личностное	эмоционально-практическое; внеситуативно-деловое; внеситуативно-деловое.

Двигательная деятельность–форма активности ребенка,

позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательной функции.

Гимнастика:

основные движения (ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье, равновесие);

строевые упражнения;

танцевальные упражнения.

с элементами спортивных игр:

летние виды спорта.

Игры:

подвижные;

с элементами спорта.

Трудовая деятельность – это форма активности ребенка, требующая приложения усилий для удовлетворения физиологических и моральных потребностей и приносящая конкретный результат, который можно увидеть/потрогать/почувствовать.

Виды трудовой деятельности

самообслуживание хозяйственно- бытовой труд труд в природе ручной труд

Продуктивная деятельность (конструирование и изобразительная деятельность)– форма активности ребенка, в результате которой создается материальный или идеальный продукт.

Виды продуктивной деятельности

Изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация)

Художественный труд Конструирование

предметные;

сюжетные;

декоративные.

аппликация;

конструирование из бумаги.

из строительных материалов;

из коробок, катушек и другого бросового материала;

из природного материала.

Музыкально-художественная деятельность – это форма активности ребенка, дающая ему возможность выбирать наиболее близкие и успешные в реализации позиции: слушателя, исполнителя, сочинителя.

Виды музыкально-художественной деятельности

восприятие музыки

исполнительство творчество

вокальное инструментальное

вокальное инструментальное

вокальное инструментальное пение,

музыкально-ритмические движения,

игра на детских музыкальных инструментах пение,

музыкально-ритмические движения,

игра на детских музыкальных инструментах;

музыкально-игровая деятельность

Восприятие художественной литературы – форма активности ребенка, предполагающая не пассивное созерцание, а деятельность, которая воплощается во внутреннем содействии, сопереживании героям, в воображаемом перенесении на себя событий, «мысленном действии», в результате чего возникает эффект личного присутствия, личного участия в событиях.

Виды восприятия художественной литературы:

чтение (слушание);

обсуждение (рассуждение);

рассказывание (пересказ), декламация;

разучивание;

ситуативный разговор.

Система физкультурно-оздоровительной работы

Основные составляющие:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья, для полноценного физического развития детей и реализации двигательных потребностей ребенка;
- медицинский контроль и медико-педагогический контроль;
- медико-профилактические средства в определенной системе под контролем врачей;
- включение оздоровительных и коррекционно-развивающих технологий в педагогический процесс;
- закаливание;
- специально организованная работа по физическому воспитанию, её адаптация с учетом уровня физического и психомоторного развития, особенностей двигательной сферы и состояния здоровья детей;
- спортивно-оздоровительная деятельность: физкультурные досуги, дни здоровья, спортивные праздники, соревнования;
- формирование представлений о здоровом образе жизни;
- включение членов семьи воспитанников в процесс физического развития и оздоровления детей.

Создание специальных условий для развития и оздоровления детей включает:

- разработку гибкого режима дня, который позволял бы учитывать изменения в состоянии здоровья детей в зависимости от времени года и др.;
- введение в режим дня и во время проведения занятий специальных моментов, предотвращающих нервно-психическую перегрузку детей (гимнастика, релаксация, смена видов деятельности и др.);
- реализацию плана оздоровительных мероприятий: соблюдение
- режима дня, утренний прием на улице, прогулки в любую погоду, соблюдение воздушного режима, витаминизация, облегченная форма одежды, специально организованные занятия на улице;
- создание психологически комфортных условий, обеспечивающих эмоциональное благополучие каждого ребенка.

В детском саду рекомендованы специальные комплексы упражнений в виде:

- гимнастики для глаз, повышающей работоспособность и рекомендованной для проведения во время занятий;
- дыхательной гимнастики, регулирующей функцию дыхания;
- артикуляционной гимнастики, способствующей развитию активности артикуляторного аппарата;
- гимнастики после сна, рекомендованной для развития подвижности опорно-двигательного аппарата, которая проводится в кровати сразу после просыпания ребёнка;
- корригирующей гимнастики для формирования правильной осанки;

• адаптационной гимнастики, направленной на повышение адаптационных возможностей организма и его выносливости.

2.4. Способы поддержки детской инициативы

Активность ребенка является основной формой его жизнедеятельности, необходимым условием его развития, которая закладывает фундамент и дает перспективы роста интеллектуального, творческого потенциала ребенка.

Обеспечение использования собственных, в том числе «ручных», действий в познании различных количественных групп, дающих возможность накопления чувственного опыта предметно-количественного содержания.

Использование разнообразного дидактического наглядного материала, способствующего выполнению каждым ребенком действий с различными предметами, величинами.

Организация речевого общения детей, обеспечивающая самостоятельное использование слов, обозначающих математические понятия, явления окружающей действительности.

Организация обучения детей, предполагающая использование детьми совместных действий в освоении различных понятий. Для этого на занятиях дети организуются в подгруппы по 3-4 человека. Такая организация провоцирует активное речевое общение детей со сверстниками.

Организация разнообразных форм взаимодействия: «педагог – дети», «дети – дети».

Направления поддержки детской инициативы

позиция педагога при организации жизни детей в детском саду, дающая возможность самостоятельного накопления чувственного опыта и его осмысления. Основная роль воспитателя - организация ситуаций для познания детьми отношений между предметами, когда ребенок сохраняет в процессе обучения чувство комфортности и уверенности в собственных силах;

психологическая перестройка позиции педагога на личностно-ориентированное взаимодействие с ребенком в процессе обучения, содержанием которого является формирование у детей средств и способов приобретения знаний в ходе специально организованной самостоятельной деятельности;

фиксация успеха, достигнутого ребенком, его аргументация создает положительный эмоциональный фон для проведения обучения, способствует возникновению познавательного интереса.

2.5.Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников

Добиться положительного результата коррекционно-развивающей работы невозможно без помощи родителей. Важнейшая задача – привлечь

родителей к сотрудничеству и сделать их единомышленниками инструктора по физической культуре.

Основные формы взаимодействия с семьей

Знакомство с семьей: встречи-знакомства, анкетирование семей.

Информирование родителей о ходе образовательного процесса: дни открытых дверей, индивидуальные и групповые консультации, родительские собрания, оформление информационных стендов, организация выставок детского творчества, приглашение родителей на праздники, создание памяток, семейного клуба для родителей.

Образование родителей: организация «семейного клуба для родителей» (лекции, семинары, семинары-практикумы), проведение мастер- классов, тренингов, создание библиотеки (медиатеки).

Совместная деятельность: привлечение родителей к организации семейных праздников, прогулок, экскурсий, к спортивным развлечениям, к участию в них.

Содержание направлений работы с семьей по ОО «Физическое развитие»

Объяснять родителям, как образ жизни семьи воздействует на здоровье ребенка.

Информировать родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, движения). Рассказывать о действии негативных факторов (переохлаждение, перегревание, перекармливание и др.), наносящих непоправимый вред здоровью малыша. Помогать родителям сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье ребенка.

Ориентировать родителей на совместное с ребенком чтение литературы, посвященной сохранению и укреплению здоровья, просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Знакомить родителей с оздоровительными мероприятиями, проводимыми в детском саду. Разъяснять важность посещения детьми мероприятий в детском саду, ориентированных на оздоровление дошкольников. Совместно с родителями и при участии медико-психологической службы детского сада создавать индивидуальные программы оздоровления детей и поддерживать семью в их реализации,

Разъяснять родителям (через оформление соответствующего раздела в «Уголке для родителей», на родительских собраниях, в личных беседах, рекомендуя соответствующую литературу) необходимость создания в семье предпосылок для полноценного физического развития ребенка.

Ориентировать родителей на формирование у ребенка положительного отношения к физкультуре и спорту; привычки выполнять ежедневно утреннюю гимнастику (это лучше всего делать на личном примере или через совместную утреннюю зарядку); стимулирование двигательной активности

ребенка совместными спортивными занятиями, совместными подвижными играми, длительными прогулками в парк или создание дома спортивного уголка; покупка ребенку спортивного инвентаря (мячик, скакалка, лыжи, коньки, велосипед, самокат и т.д.); совместное чтение литературы, посвященной спорту; просмотр соответствующих художественных и мультипликационных фильмов.

Информировать родителей об актуальных задачах физического воспитания детей на разных возрастных этапах их развития, а также о возможностях детского сада в решении данных задач.

Знакомить с лучшим опытом физического воспитания дошкольников в семье и детском саду, демонстрирующим средства, формы и методы развития важных физических качеств, воспитания потребности в двигательной деятельности.

Создавать в детском саду условия для совместных с родителями занятий физической культурой и спортом, открывая разнообразные секции и клубы (любителей туризма, плавания и пр.). Привлекать родителей к участию в совместных с детьми физкультурных праздниках и других мероприятиях, организуемых в детском саду (а также районе, городе).

Привлекать родителей к разнообразному по содержанию и формам сотрудничеству (участию в деятельности семейных и родительских клубов, ведению семейных календарей, подготовке концертных номеров (родители - ребенок) для родительских собраний, досугов детей), способствующему развитию свободного общения взрослых с детьми в соответствии с познавательными потребностями дошкольников.

Ш. Организационный раздел

3.1.Описание материально-технического обеспечение Программы

Материально-техническое и методическое оснащение физкультурного зала, прогулочных участков и спортивной площадки

Функциональная направленность помещения	Вид помещения	Оснащение, оборудование, в том числе ИКТ
Сохранение и укрепление здоровья детей.	физкультурный зал	Спортинвентарь, спортивный уголок, шведская стенка, маты, мягкие спортивные модули, облучатель бактерицидный, пианино

Скамейка гимнастическая 3м (дерево) – 4 шт.
Канат гладкий для перетягивания 10м – 1 шт.
Щит баскетбольный навесной с корзиной – 2 шт.
Мат большой, искусственная кожа, наполнитель поролон – 1 шт.
Мяч резина, диам. 21см. – 20 шт.
Мяч для фитнеса резина, диам. 55см. – 5 шт.
Мяч массажный резина, диам. 65см. – 5шт.
Палка гимнастическая пластик. 100см – 20шт.
Обруч гимнастический пластик – 10 шт.
Скакалка – 30 шт.
Набор (мишень 14,5, дротики магнитные) – 3шт.
Спортивный уголок «альпинистик» металл - 1
Секундомер - 1
Медицинбол, искусственная кожа, 1кг. – 4 шт.
Мяч футбольный искусственная кожа – 3шт.
Мяч баскетбольный резина – 2 шт.
Мяч волейбольный кожа – 2шт.
Доска ребристая дерево – 1шт.
Конус (пластик) – 18шт.
Кольцебросы
«Сухой дождь» -комплекс
Стенка гимнастиче-ская деревянная,. 900*300*2500мм – 4шт.
Дуги для подлезания - 2 шт.
Мишени разные – 4шт.
Модули
Мешочки с песком для метания – 20шт.
Кегли – 40шт.
Мячики разных размеров
мячики-ежики

Комплекс для метания

Музыкальный центр – 1 шт.

флажки разных цветов

Аудиокассеты с музыкальными записями для проведения занятий и утренней гимнастики – 10 шт.

Мягкие модули(кубы, цилиндры, дуги)- 2набора

Физкультурная площадка на открытом воздухе:

Игровой спортивный комплекс – 1 шт.

«камни» для ходьбы

«Капля» для релаксации- 3 шт.

велотренажер

беговая дорожка

тренажер «Бегущий по волнам»

тренажер «Наездник»

тренажер «Степ»

тренажер «Гребной»

моталочки

комплект для гольфа

кубы разной величины

дорожки -здоровья

батут

Тропа «Здоровья»

Оборудование и инвентарь для игр и физкультурных занятий на открытом воздухе

Рукоходы Длина - 2000 - 2500 мм

Стойки баскетбольные-

Конусы для разметки поля

На спортивной площадке прокладывается лыжня, расчищается участок для проведения физкультурных занятий на воздухе. Для обеспе¬чения двигательной активности детей в холодный период года на улице проводятся подвижные и спортивные игры.

3.2.Методические материалы и средства физического воспитания и обучения

Е.Н.Вареник, С.Г.Кудрявцева Занятия по физкультуре с детьми 3-7 лет.

Пензулаева Л. И.; Физическая культура в детском саду: Средняя группа.

Пензулаева Л. И.; Физическая культура в детском саду: Старшая группа.

Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3-7 лет.

Степаненкова. Э. Я. Сборник подвижных игр / Автор-сост.

Е.В. .Сулим «Занятия по физкультуре в детском саду: игровой стретчинг»

М.Ю.Картушина «Оздоровительные занятия с детьми 6-7 лет»

Л.Л.Соколова «Комплексы сюжетных утренних гимнастик»

В.Н. Зимонина « Расту здоровым» 1,2 часть

О.Б.Казина «Физическая культура в детском саду»

Т.Е.Харченко «Спортивные праздники в детском саду»

Е.А.Алябьева «Нескучная гимнастика»

Н.Б.Муллаева «Конспекты-сценарии занятий по физической культуре»

Анищенкова Е.С. Пальчиковая гимнастика.

Губерт К.Д., Рысс М.Г. Гимнастика и массаж в раннем возрасте. Просвещение. М., 1981.

Кузнецова М.Н. Система мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ. АЙРИС ПРЕСС. М., 2007.

Программа оздоровления детей в ДОУ «Здоровый малыш». Творческий Центр. Сфера. М., 2004.

Развивающие пальчиковые игры/сост. Драко М.В. Попурри. Минск, 2009.

Перечень программ

Программа дошкольного образования для детей с интеллектуальной недостаточностью» /Сост. Л.Б.Баряева, О.П.Гаврилушкина, А.Зарин, Н.Д.Соколова.

Методические пособия

Аверина И. Е. Физкультурные минутки в детском саду // М.: «Айрис Пресс», 2009.

Бойко Т. В. Формирование коммуникативных умений у детей с задержкой психического развития. //Волгоград: «Учитель «, 2012.

Дети с ограниченными возможностями: проблемы инновационных тенденций обучения и воспитания: Хрестоматия /Сост. Л. В. Калинникова, Н. Д. Соколова. -М,, 2005.

Плаксина Л.И. Коррекционно-развивающая среда в детских садах компенсирующего вида, — М., 2008.

Филичева Т. Б., Туманова Т. В., Чиркин, а Г. В. Программы дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушениями речи. Коррекция нарушений речи. — М., 2008.

Филичева Т. Е., Туманова ТВ. Чиркина Г. В. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с общим недоразвитием речи. Программно-методические рекомендации. — М., 2009.

3.3. Режим дня

Режим двигательной активности в группах компенсирующей направленности для детей с УО от 4 до 7 лет

Условием организации жизнедеятельности воспитанников детского сада наряду с режимами дня на холодный и тёплый период года, адаптационным режимом является и режим двигательной активности.

Режим двигательной активности детей в группах компенсирующей направленности разработан на основе примерного режима дня, указанного в примерной АООП ДОУ санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.1.3049-13 и скорректирован с учётом специфики образовательного учреждения.

В соответствии с медицинскими показаниями скорректированы следующие режимы пребывания детей в настоящем дошкольном учреждении.

Щадящий режим (после болезни)

Всем детям после болезни рекомендовано:

Прогулка	Занятия физкультурой в зале	Занятия физкультурой на улице
Сокращение прогулки на 15 минут на одну – две недели	Снижение нагрузок при проведении физических упражнений, утренней гимнастики: - отмена или снижение нагрузки по бегу и прыжкам на 50%.	Освобождение от физкультуры на улице на одну – две недели.

Корригирующий режим

Ограничение одного вида деятельности в соответствии с медицинскими показаниями. Время прогулок и занятий не ограничивается.

Назначается ограничение определённого вида двигательной деятельности на занятиях по физической культуре.

Индивидуальный режим

Распространяется на детей, имеющих 3-ю группу здоровья или особенности здоровья.

Физкультурная группа – подготовительная: исключается участие в соревнованиях, спартакиадах, кроссах.

Уменьшение времени прогулки на 15 минут после обострения хронического заболевания.

Детям 3-ей группы здоровья оздоровительный бег заменяется дозированной ходьбой.

В процессе образовательной деятельности, требующей высокой умственной нагрузки, и в середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность проводятся физкультмиутки длительностью 1 -3 минуты.

Расписание физкультурных занятий в спортивном зале

№ группы	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
6 стар.-подг.	-	10.40-11.05(11.10)	-	10.40-11.05(11.10)	11.50-12.15(12.20) (улица)

для подгруппы детей старшего возраста образовательная деятельность длится по 25 минут, для детей подготовительного возраста – по 30 минут.

Модель организации закаливания

Форма закаливания	Закаливающее воздействие	Длительность (мин. В день)
Утренняя гимнастика (в теплую погоду – на улице)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями	7-10
Пребывание ребенка в облегченной одежде при комфортной температуре в помещении	Воздушная ванна	Индивидуально
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (в помещении)	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями; босо хождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	до 15
Подвижные, спортивные игры, физические упражнения и другие виды двигательной активности (на улице)	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	до 15
Прогулка в первой и второй половине дня	Сочетание световоздушной ванны с физическими упражнениями	2 раза в день по 2 часа с учетом погодных условий
Полоскание горла (рта) после обеда	Закаливание водой в повседневной жизни	3-7, подготовка и сама процедура
Дневной сон без маек	Воздушная ванна с учетом сезона года, региональных	3-2 ч

	климатических особенностей и индивидуальных особенностей ребенка	
Физические упражнения после дневного сна	Сочетание воздушной ванны с физическими упражнениями (контрастная воздушная ванна)	5-7
Закаливание после дневного сна	Воздушная ванна и босо хождение с использованием ребристой доски, массажных ковриков, каната и т.п.	5-15

Распределение процедур при закаливании детей в условиях детского сада

Время дня	Теплый период года	Холодный период года
Утро	Полоскание горла холодной водой. Утренняя гимнастика на открытом воздухе с оздоровительным бегом.	Полоскание горла холодной водой. Воздушные ванны и хождение босиком во время утренней гимнастики в зале
Во время занятий	Широкая аэрация в групповой комнате. Физкультурные занятия на открытом воздухе в облегченной одежде	Пульсирующий микроклимат в групповой комнате. Физкультурные занятия на открытом воздухе в облегченной одежде или в зале в сочетании с воздушными ваннами, хождение босиком
Прогулки	Солнечные и световоздушные ванны, подвижные игры в облегченной одежде, игры с водой.	Подвижные игры и развлечения в адекватной погоде одежде
Дневной сон	Воздушные ванны во время переодевания, сквозное проветривание спальни перед сном, одностороннее	

	проветривание — во время сна	
После дневного сна	Умывание, контрастные ножные ванны или обливания, детям раннего возраста — «солевые дорожки»	

Система оздоровления детей

№п/п	Формы и методы	Содержание
1.	Обеспечение здорового ритма жизни	Щадящий режим (адаптационный период)
		Гибкий режим
		Рациональное питание
		Занятия ОБЖ
2.	Двигательная активность	Утренняя гимнастика
		Подвижные и динамичные игры
		Спортивные игры
		Дыхательная гимнастика
3.	Гигиенические и водные процедуры	Умывание
		Мытье рук
		Игры с водой
		Обеспечение чистоты среды
4.	Световоздушные ванны	Проветривание помещений (в т.ч. сквозное)
		Прогулки на свежем воздухе
		Обеспечение температурного режима и чистоты воздуха
		Сон при открытых фрамугах
5.	Активный отдых	Развлечения
		Праздники
		Игры-забавы
		Дни здоровья
		Каникулы
6.	Свето и цветотерапия	Обеспечение светового режима
		Цветовое и световое сопровождение среды и воспитательно-образовательного процесса
7.	Музыкотерапия	Музыкальное сопровождение режимных моментов

		Музыкальное оформление фона занятий
		Использование музыки в театрализованной деятельности
8.	Физиотерапия	Кварцевание
		Диагностика физического развития
		Диспансеризация

Оздоровительная работа с детьми в летний период является составной частью системы профилактических мероприятий.

Для достижения оздоровительного эффекта в летний период в режиме дня предусматривается максимальное пребывание детей на открытом воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха.

Для достижения достаточного объема двигательной активности детей необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии, прогулки по маршруту (простейший туризм).

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья детей при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

Таким образом, в соответствие с СанПиН, условиями реализации Программ в зависимости от их направленности должен быть распорядок дня, который включает:

- прием пищи (в соответствие с длительностью пребывания ребенка);
- ежедневная прогулка детей;
- дневной сон;
- самостоятельная деятельность детей;
- непосредственная образовательная деятельность;
- каникулы;
- общественно полезный труд (для детей старшей и подготовительной групп);
- разные формы двигательной активности;
- закаливание детей;
- занятия по дополнительному образованию (не обязательное условие)

В соответствие с требованиями СанПиН примерный режим дня скорректирован с учётом климата (тёплого и холодного периода).

Мероприятия по активизации творческой активности воспитанников в сфере сохранения и укрепления здоровья, пропоганде здорового образа жизни (конкурсы, проектная деятельность, фестивали.

Участие детей и родителей в проектах «Вместе с мамой, вместе с папой».

Музыкально-спортивный проект «Супер-мама», «Наша Олимпиада».

Оздоровительные занятия

Оздоровительные занятие рекомендовано проводить еженедельно во второй половине дня, в игровой форме, учитывая возрастные особенности детей. Обязательно включаются в занятия двигательные упражнения, упражнения на развитие дыхания и подвижные игры. В остальном их структура может варьироваться. Завершать занятия можно упражнениями на расслабление, слушание музыки, пальчиковой гимнастикой.

Структура оздоровительного занятия

Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Логоритмическое оздоровительное	Театрализованное физкультурное	Интегрированное оздоровительное
Логопедическая гимнастика; Звуковая гимнастика; Упражнения с озвученным выдохом; Речь с движением; Хороводы; Элементарный массаж (тела, спины, рук, ног); Упражнения двигательные на развитие внимания.	Ритмопластические упражнения; Двигательные упражнения; Основные упражнения; Массаж спины, рук, ног, тела, биологически активных зон); Пальчиковые игры; Подвижные и малоподвижные игры с текстом; Упражнения на внимание и развитие дыхания; Психогимнастика Релаксация.	Общеразвивающие и двигательные упражнения; Ритмическая гимнастика; Элементы корригирующей гимнастики; Дыхательная гимнастика; Пальчиковые игры; Массаж и самомассаж; Разнообразные игры с пением; Релаксация.

Инновационные подходы к физкультурно-оздоровительной работе в ДОУ

Внедрена новая форма работы – «ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ИГРОВОЙ ЧАС», Учитывались: продолжительность и интенсивность двигательной активности, обогащение содержания и увеличение количества основных

движений. Оздоровительно-игровой час организуется после дневного сна. Его длительность составляет 10-20 минут. Ведущая роль в данной форме работы принадлежит воспитателю. Организация оздоровительно-игрового часа предусматривает творческий подход: воспитатель может заменить игру, использовать музыкальное сопровождение, использовать художественное слово. Но при этом необходимым условием остается учет оптимальной нагрузки и эмоциональное состояние детей.

Внедряем новую форму работы физического развития – «ЧАС ДВИГАТЕЛЬНОГО ТВОРЧЕСТВА». Дети имеют возможность сами выбрать вид двигательной деятельности, спортивный инвентарь, партнера и т.д., дети могут почувствовать себя хозяевами в спортивном зале, освоить его пространство. Отсутствие внешней регламентации позволяет им оценить собственные действия как успешные или неуспешные. Самостоятельное перемещение в зале способствует снятию зажатости, нерешительности, скованности, развивает уверенность в своих силах и причастности к общему делу. Для часа двигательного творчества используются разнообразные виды подвижных игр до совместной со взрослыми или сверстниками деятельности. Час двигательного творчества проводиться во второй половине дня в спортивном зале под непосредственном контролем и при активном участии воспитателя. Поощряется также участие родителей.

Без увеличения нагрузки детям предложена насыщенная разнообразными возможностями двигательная деятельность, что позволило реализовать главную их потребность – потребность в движении.

Использование игрового стретчинга в работе с детьми.

Физкультминутка — кратковременные физические упражнения — проводится в перерыве между занятиями, а также в процессе занятий, требующих интеллектуального напряжения (развитие речи, рисование, математика и др.).

С помощью включения в физкультминутку движений по методике игрового стретчинга снимается утомление, восстанавливается эмоционально-положительное состояние ребенка.

Совместная деятельность: В отличие от занятий, не имеет четкой структуры, конкретного программного содержания и не ограничена по времени. Организуется в утренние и вечерние часы и проводится в свободной форме. В вечернее время игровой стретчинг как совместная деятельность может быть организован как кружковая работа.

Самостоятельная двигательная деятельность: Знания и умения, двигательные навыки, сформированные у ребенка в организованных формах двигательной деятельности, успешно переносятся в повседневную жизнь, в самостоятельную двигательную деятельность в течение дня. Благодаря тому, что упражнения игрового стретчинга проводятся в игровой форме и тем самым становятся очень интересны и привлекательны для детей, вполне понятно, что дошкольники переносят их в свою повседневную жизнь. Эти

упражнения должны лишь целенаправленно организовываться педагогом, который продумывает формы и виды деятельности и осуществляет ее корректировку.

Упражнения по методике игрового стретчинга могут быть включены в утреннюю гимнастику, в гимнастику после дневного сна, в физкультурные досуги, праздники.

3.4.Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Главной особенностью всех праздничных мероприятий, проводимых в детском саду, является посильное участие всех детей в празднике, не зависимо от их физического, психического развития.

Комплексно-тематическое планирование образовательного процесса

ЛЕКСИЧЕСКИЕ ТЕМЫ И ПРАЗДНИЧНЫЕ СОБЫТИЯ СЕНТЯБРЬ

С 01.09.2015 по 15.09.2015 – адаптационный период для вновь поступивших детей и детей пришедших в группу после летнего перерыва.

Формы организации	Мероприятия	Время проведения
Досуги и развлечения	Спортивно - тематические досуги День здоровья Зимние каникулы Родительская школа	1 раз в месяц 1 раз в квартал неделя после новогодних праздников 1 раз в квартал
Праздники	Осенние развлечения День пожилого человека Супер-мама «Мама, папа,я-спортивная семья» Новогодние праздники Масленица День 8 марта Космическое путешествие День Победы День Защиты детей День защитника Отечества День космоса День Победы Выпускной День защиты детей	В течение года
Самостоятельн ая деятельность дошкольников	Организация для самостоятельной двигательной деятельности дошкольников в физкультурном зале, группах, участке детского сада	ежедневно (специально выделенное время в режиме дня)

Традиции	Активное участие родителей в развлечениях, праздниках, соревнованиях	в течение года

3.5.Организация развивающей предметно-пространственной среды

Рациональная предметно-пространственная развивающая среда в физкультурном зале способствует решению как специфических задач целенаправленного развития моторики детей, так и задач их всестороннего гармоничного развития и формирования личности. Предметное окружение в физкультурном зале имеет огромное значение для развития активности детей, формирования их инициативного поведения, познавательных способностей, творчества, развития речи. Все предметы, используемые в педагогическом процессе, выполняют двоякую функцию: с одной стороны, это объекты разнообразной двигательной деятельности, с другой – это средства для создания полноценных условий воспитания детей, их физического и психического развития. Развивающая роль развивающей среды заключается в том, что она стимулирует поисковую активность ребёнка, побуждает к действенному познанию мира предметов, явлений, а также человеческих отношений и самого себя, своих сил и возможностей.

При организации предметно-пространственной развивающей среды в физкультурном зале для детей групп компенсирующей направленности руководствовались их возрастными и психологическими особенностями. Исходя из того, что такие дошкольники отличаются плохой координацией движений, слабым развитием ручной и общей моторики, при пространственной организации среды одновременно учитывалось обеспечение её безопасности и в то же время условия, средства и возможности для стимулирования двигательной активности. Обстановка физкультурного зала уравновешивает эмоциональный фон каждого ребёнка, способствует его эмоциональному благополучию.