

Министерство образования и науки
Нижегородской области

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Нижегородской области
«Центр психолого–педагогической, медицинской и социальной помощи»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
Протокол от «29» 08 2025 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУДО НО ЦНПМСП
Т.Н.Шуголина
« 01 » сентября 2025 г.



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Крепыш 3-4 лет»

направленность: физкультурно-спортивная
возраст обучающихся: 3-4 года
срок реализации программы: 72 часа

Составитель:
Бедретдинова И.Н.
педагог дополнительного образования

г. Нижний Новгород
2025 г.

1. Пояснительная записка

Актуальность программы

На сегодняшний день одной из актуальных проблем является осуществление коррекционно-развивающей работы по физической культуре для детей с ОВЗ в условиях образовательных учреждений, в том числе и учреждений дополнительного образования.

Ребенок с особыми образовательными потребностями – это ребенок с нарушениями, вследствие которых к нему нужно применять особые образовательные программы, отличные от стандартных. К таким детям относят разные категории детей, в том числе и дети с различными нарушениями умственного и психофизического развития.

У детей с задержкой психического развития, как правило, не наблюдается тяжелых двигательных расстройств. Однако при более пристальном рассмотрении обнаруживается отставание в физическом развитии, несформированность техники в основных видах движений, недостаточность двигательных качеств, несовершенство мелкой моторики рук. Общая моторная неловкость и недостаточность мелкой моторики обуславливает несформированность навыков самообслуживания: многие затрудняются в использовании ложки, в процессе одевания и др.

Программа «Крепыш 3-4 лет» способствует удовлетворению потребности лиц с ограниченными возможностями здоровья в двигательной активности, восстановлению, укреплению и поддержанию здоровья, личностного развития, социализации в обществе.

К числу достоинств обучения по данной программе относится возможность дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся, гибкого дозированного объема нагрузок, с учетом состояния здоровья и интеллектуального уровня детей.

Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы

Дошкольный период жизни – важнейший этап в формировании здоровья ребенка, обеспечивающий единство физического, психического и интеллектуального развития. В последнее время наблюдается тенденция к увеличению количества детей, имеющих нервно-соматические заболевания и отклонения в психическом и физическом развитии. Дети с ОВЗ должны обучаться и воспитываться в специальных условиях. Обучение и воспитание должны отвечать требованиям государственного стандарта образования. В соответствии с нормативными документами Российской Федерации (Конституция РФ, Конвенция о правах ребенка, Закон «Об Образовании»)

необходимо дать детям данной категории равные возможности для возрастных норм развития.

К сожалению, вопросы рационального применения средств физической культуры в системе обучения детей с ОВЗ малоисследованны, поэтому непосредственно образовательная деятельность по физической культуре, с детьми данной категории проводилась по традиционным методикам физического воспитания (программа «Воспитание и обучение детей в детском саду» под редакцией М.А.Васильевой, В.В.Гербовой, Т.С.Комаровой).

Анализ работы показал, что применение традиционных средств физического воспитания для коррекции психофизического состояния детей с ОВЗ не ведут к существенным положительным изменениям в показателях физической подготовленности дошкольников. Более 50% детей с ограниченными возможностями здоровья имеют низкие и ниже средних возрастные показатели развития основных физических качеств.

Наибольшие затруднения у дошкольников вызывают выполнение физических упражнений, связанных с координацией движений, ориентировкой в пространстве, глазомером, страдает техника выполнения основных видов движений. Наблюдаются относительно низкие показатели в статическом и динамическом равновесии, гибкости, силовых и скоростно-силовых способностей. Это обусловлено недоразвитием общей и мелкой моторики, повышенным мышечным напряжением. Плохо переключатся с одного движения на другое, часто не могут представить движение по словесному объяснению и соотнести инструкцию с показом, медленно усваивают и быстро забывают предлагаемый материал.

У детей данной категории отмечается гипер- или гиподинамия, существенно страдают зрительно-двигательная и слухо-двигательная координация, выявляются недостатки психических функций (зрительная память, концентрация и устойчивость внимания).

Очевидно, что эти причины затрудняют процесс физического, психического развития и социальной интеграции детей с ОВЗ.

Поэтому становится актуальным создание системы работы физического воспитания детей с ОВЗ на основе адаптивных технологий. В рамках физического воспитания данную проблему призваны решать технологии адаптивной физкультуры.

В нашей стране уже более двадцати лет в Санкт-Петербургской государственной академии физической культуры им. П.Ф.Лесгафта профессором С.П.Евсеевым посредством адаптивной физической культуры изучаются проблемы в развитии детей с ОВЗ.

Направленность программы: индивидуально-ориентированная коррекционно-развивающая, дополнительная общеобразовательная программа «Крепыш 3-4 лет» имеет физкультурно-спортивную направленность. Она способствует удовлетворению потребности лиц с ограниченными возможностями здоровья в двигательной активности, восстановлению, укреплению и поддержанию здоровья, личностного развития, социализации в обществе.

Отличительные особенности программы

Основу рабочей программы составляет подбор материалов для развернутого перспективного планирования, составленного по программе дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта «Коррекционно-развивающее обучение и воспитание» под редакцией Е.А. Стребелевой, Е.А. Екжановой (2020 г.)

Основные разделы составлены с учетом проводимой стандартизированной диагностики в соответствии с возрастными нормами. При входящей и итоговой диагностике ребенка применяется методика обследования физического развития для детей 3-4 лет, позволяющая определить уровень физического развития ребенка, и в дальнейшем проводить коррекционно-развивающую работу по наиболее отстающим направлениям.

Занятия по физическому воспитанию решают, как общие, так и коррекционные задачи. В них включаются физические упражнения, направленные на развитие всех основных движений (метания, ходьбы, бега, лазания, ползания, прыжков), а также общеразвивающие упражнения для укрепления мышц спины, плечевого пояса и ног, формирования координированных движений, чувства равновесия и правильной осанки, развитие ручной и тонкой ручной моторики.

К числу достоинств обучения по программе «Крепыш 3-4 лет» относится возможность дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся, гибкого дозированного объема нагрузок, с учетом состояния здоровья и интеллектуального уровня детей.

Адресат программы. дети с ОВЗ (с нарушениями зрения (слабовидящие), с тяжелыми нарушениями речи, с легкими нарушениями опорно-двигательного аппарата (ДЦП), задержкой психического развития).

Цель: Физическое развитие детей с ОВЗ (развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации).

Задачи программы:

Образовательные задачи:

- Учить детей внимательно смотреть на взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит.
- Учить детей выполнять движения и действия по подражанию взрослому, показу и речевой инструкции взрослого.
- Учить детей тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу по опорному знаку – стенке, веревке, ленте, палке.
- Учить детей ходить стайкой за педагогом.
- Учить детей ходить друг за другом, держась за веревку рукой.
- Учить детей ходить по "дорожке" и "следам".
- Учить переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе и обратно.
- Учить детей прыгивать с высоты - гимнастической доски высотой 10-15 см.
- Учить детей ползать по ковровой дорожке, доске, наклонной доске, залезать на горку с поддержкой взрослого и самостоятельно спускаться с нее.
- Учить детей проползать под веревкой, под скамейкой.
- Учить детей ползать по гимнастической скамейке.
- Учить детей удерживаться на перекладине с помощью взрослого.

Коррекционно-развивающие задачи:

- Развивать двигательные качества (быстрота, ловкость, гибкость, выносливость, точность движений)
- Корректировать нарушения опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиоза, плоскостопия).
- Корректировать нарушения психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушения координации движений)

Воспитательные задачи:

- Воспитывать интерес к занятиям физическими упражнениями.
- Воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх.

Объем и срок освоения программы: общая продолжительность программы 72 часа.

Форма обучения: индивидуальные коррекционно-развивающие занятия, также программа может быть реализована в групповой форме.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу (35 мин).

Планируемые (ожидаемые) результаты:

Дети 3-4 лет должны научиться:

- смотреть на взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит; тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу, ориентируясь на опору - стену, веревку, ленту, палку;
- выполнять движения и действия по подражанию взрослому;
- бросать мяч в мишень;
- ходить стайкой за инструктором;
- ходить друг за другом, держась за веревку рукой;
- ходить по «дорожке» и «следам»;
- спрыгивать с доски;
- ползать по ковровой дорожке, доске, наклонной доске;
- проползать под веревкой;
- проползать под скамейкой;
- переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе.

2. Учебно-тематический план

№ п/п	Название темы	Кол-во учебных часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Педагогическая диагностика	2	-	2	Диагностические задания для оценки физического развития ребенка
2.	Ходьба и бег за педагогом	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью

3.	Ходьба и бег к педагогу	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
4.	Ходьба и бег к вдоль зала к противоположной стене	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
5.	Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
6.	Метание мячей по крупной мишени	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
7.	Метание мячей в цель одной рукой	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
8.	Метание мячей в цель двумя руками	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
9.	Ползание по ковровой дорожке	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
10.	Ползание по доске, положенной на пол	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
11.	Ползание по наклонной доске.	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
12.	Ползание с подползанием под веревку	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
13.	Ползание по скамейке	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
14.	Лазание по гимнастической стенке произвольным	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью

	способом				
15.	Перелезание через одну-две скамейки	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
16.	Спрыгивание с доски	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
17.	Спрыгивание с приподнятого края доски	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
18.	Подпрыгивание на носках на месте	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
19.	Прыжки на месте	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
20.	Отталкивание двумя руками большого мяча, подвешенного к сетке	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
21.	Катание среднего мяча друг к другу сидя в парах	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
22.	Катание среднего мяча к педагогу лежа на животе	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
23.	Бег за мячом брошенным педагогом	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
24.	Бросок малого мяча вдаль и бег за мячом	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
25.	Бросок среднего мяча педагогу и ловля летящего от него мяча сидя	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
26.	Бросок среднего мяча педагогу и ловля летящего от	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью

	него мяча стоя				
27.	Передача мяча друг другу по ряду сидя	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
28.	Переворот из положения лежа на спине в положение лежа на животе	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
29.	Подтягивание по скамейке двумя руками лежа на животе	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
30.	Топтание на канате, стоя поперек каната	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
31.	Ходьба боком приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
32.	Ходьба боком приставными шагами по канату	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
33.	Ходьба по доске с приподнятым краем	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
34.	Ходьба по гимнастической скамейке	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
35.	Перешагивание через канат, гимнастические палки, кубики	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
36.	Педагогическая диагностика	2		2	Диагностические задания для оценки физического развития ребенка
	Итого:	72		72	

3. Содержание учебного плана

В соответствии с индивидуальными особенностями развития ребенка может быть составлен индивидуальный план программы.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1, 2	Педагогическая диагностика	-	Мониторинг оценки физического развития ребенка
3, 4	Ходьба и бег за педагогом	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег за педагогом. Игра «Побежим по дорожке»
5, 6	Ходьба и бег к педагогу	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег к педагогу. Игра «Побежим по дорожке»
7, 8	Ходьба и бег к вдоль зала к противоположной стене	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег к вдоль зала к противоположной стене. Повороты головы вправо-влево, наклоны вперед-назад.
9, 10	Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Движения руками вперед, в стороны, вверх, к плечам, на пояс, вниз.
11, 12	Метание мячей по крупной мишени	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Метание мячей по крупной мишени. Игра «Целься-пли»
13, 14	Метание мячей в цель одной рукой	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Метание мячей в цель одной рукой. Игра «Целься-пли»
15, 16	Метание мячей в цель двумя руками	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Метание мячей в цель двумя руками.

			Игра «Попади в ворота»
17, 18	Ползание по ковровой дорожке	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Ползание по ковровой дорожке. Игра «Маленькая змейка»
19, 20	Ползание по доске, положенной на пол	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Движения руками вперед, в стороны, вверх, к плечам, на пояс, вниз. Ползание по доске, положенной на пол, шириной 30-35 см. Игра «Маленькая змейка»
21, 22	Ползание по наклонной доске.	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. «Пропеллер» (круговые движения согнутыми перед грудью руками). Ползание по наклонной доске. Игра «Спустишься с горки»»
23, 24	Ползание с подползанием под веревку	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Сжимание и разжимание пальцев в кулаки. Ползание с подползанием под веревку. Игра «Солнышко и дождик»»
25, 26	Ползание по скамейке	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Ползание по скамейке. Игра «Поезд»»
27, 28	Лазание по гимнастической стенке произвольным способом	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Притоптывание одной ногой, руки на поясе. Лазание по гимнастической стенке произвольным способом. Игра «Птички полетели»

29, 30	Перелезание через одну-две скамейки	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Притоптывание двумя ногами поочередно. Перелезание через одну-две скамейки. Игра «Курочки и петушки»»
31, 32	Спрыгивание с доски	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Хлопки с одновременным притоптыванием ногами. Спрыгивание с доски. Игра «Котята»
33, 34	Спрыгивание с приподнятого края доски	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Упражнение с флажком: движение рук вверх и вниз. Спрыгивание с приподнятого края доски. Игра «Беги-ловлю»
35, 36	Подпрыгивание на носках на месте	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Упражнение с флажком: скрестные широкие размахивания внизу перед собой. Подпрыгивание на носках на месте. Игра «Зайчики прыгают»»
37, 38	Прыжки на месте	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Упражнение с флажком: приседания с опусканием флажка на пол. Прыжки на месте Игра «Зайчики прыгают»»
39, 40	Отталкивание двумя руками большого мяча, подвешенного к сетке	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната за педагогом. Отталкивание двумя руками

			большого мяча, подвешенного к сетке. Игра «Покачай грушу»»
41, 42	Катание среднего мяча друг к другу сидя в парах	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Катание среднего мяча друг к другу сидя в парах. Игра «Попади в ворота»
43, 44	Катание среднего мяча к педагогу лежа на животе	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Катание среднего мяча к педагогу лежа на животе. Игра «Прокати мяч»»
45, 46	Бег за мячом брошенным педагогом	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Бег за мячом брошенным педагогом. Игра «Догони мяч»»
47, 48	Бросок малого мяча вдаль и бег за мячом	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Бросок малого мяча вдаль и бег за мячом. Игра «Догони мяч»»
49, 50	Бросок среднего мяча педагогу и ловля летящего от него мяча сидя	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Бросок среднего мяча педагогу и ловля летящего от него мяча сидя. Игра «Попади в ворота»»
51, 52	Бросок среднего мяча педагогу и ловля летящего от него мяча стоя	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Бросок среднего мяча педагогу и ловля летящего от него мяча стоя. Игра «Догоню, догоню»»
53, 54	Передача мяча друг другу по ряду сидя	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно.

			Передача мяча друг другу по ряду сидя. Игра «Передай по кругу»
55, 56	Переворот из положения лежа на спине в положение лежа на животе	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Переворот из положения лежа на спине в положение лежа на животе. Игра «маленькая змейка»»
57, 58	Подтягивание по скамейке двумя руками лежа на животе	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Подтягивание по скамейке двумя руками лежа на животе. Игра «Маленькая змейка»»
59, 60	Топтание на канате, стоя поперек каната	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Топтание на канате, стоя поперек каната. Игра «Птички в гнездышках»»
61, 62	Ходьба боком приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Ходьба боком приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки. Игра «Птички полетели»»
63, 64	Ходьба боком приставными шагами по канату	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Ходьба боком приставными шагами по канату. Игра «Побежим по дорожке»»
65, 66	Ходьба по доске с приподнятым краем	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Ходьба по доске с приподнятым краем. Игра «Спустишься с горки»»
67, 68	Ходьба по гимнастической скамейке	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно.

			Ходьба по гимнастической скамейке. Игра «Пройдем по камушкам»»
69, 70	Перешагивание через канат, гимнастические палки, кубики	-	Построение в шеренгу на следки. Ходьба и бег по кругу вдоль каната самостоятельно. Перешагивание через канат, гимнастические палки, кубики. Игра «Через ручеек»»
71, 72	Педагогическая диагностика	-	Мониторинг оценки физического развития ребенка

4. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
2025-2026	01.09.2025	29.05.2026	36	72	2 раза в неделю, по 35 мин.

5. Формы аттестации

Входящая диагностика физического развития проводится на первом и втором занятиях. Итоговый контроль успешности прохождения программы проводится на 2 последних занятиях.

Основные задачи аттестации – выявить индивидуальные особенности физического развития каждого ребенка, наметить индивидуальный маршрут образовательной деятельности для максимального раскрытия потенциала детской личности, определить влияние образовательного процесса на физическое развитие ребенка.

Форма аттестации (Приложение) наблюдение за деятельностью ребенка в процессе выполнения заданий или игровой деятельности запланированной педагогом на основе «Педагогической диагностики развития детей раннего дошкольного возраста» по ред. Стребелевой Е.А.

6. Оценочные материалы

Методика проведения диагностики физического развития детей с ОВЗ 3-5 лет.

1. Ходьба:

- по прямой (*Иди по дорожке к мячу*);
- с препятствиями – задание перешагнуть через деревянный кирпичик (*Иди к колокольчику*);
- по шнуру, положенному зигзагом (*Иди по шнуру к погремушке*);
- по лесенке вверх и вниз (*Поднимайся по лесенке вверх, а теперь спускайся вниз* - взрослый находится рядом с ребенком).

2. Бег:

- за взрослым в прямом направлении (*Беги за мячом, как я*);
- за взрослым в разных направлениях (*Догони меня*);
- самостоятельно по прямой (*Беги к домику*).

3. Прыжки:

- подпрыгивание на месте на двух ногах (*Прыгай, как заяка*);
- спрыгивание со скамейки высотой 10 см (*Иди по скамейке, спрыгни со скамейки* – взрослый находится рядом с ребенком);
- перепрыгивание через широкую ленту, положенную на пол (*Прыгай через ручеек*).

4. Ползание, лазанье:

- ползание на четвереньках (*Проползи через ворота*);
- ползание на животе (*Ползи за игрушкой* – взрослый держит мячик за резинку и постепенно двигает его вперед);
- лазание по шведской стенке (*Ползи вверх* - взрослый находится с ребенком).

5. Метание:

- в цель двумя руками (*Брось мяч в корзину*);
- трех четырех маленьких мячей одной рукой (*Бросай мячики*)

Педагогическая диагностика ребенка проводится по следующим уровням показателей:

«Д» (достаточный уровень: синий цвет) показатель сформирован устойчиво, наблюдается в самостоятельной деятельности детей.

«Б» (уровень близкий к достаточному: зеленый цвет) показатель находится в стадии формирования, проявляется при умеренной поддержке взрослого.

«Ч» (неустойчивый уровень: желтый цвет) показатель находится в стадии формирования, проявляется неустойчиво, чаще при создании специальных ситуаций при активной поддержке взрослого.

«Н» (**недостаточный уровень**: красный цвет) показатель не сформирован, не появляется ни в одной из ситуаций, ребенок не в состоянии выполнить задание самостоятельно, даже при максимальной поддержке взрослого.

Предложенные задания можно давать ребенку не в один день, а в течении нескольких (двух-трех) дней.

7. Методические материалы

В программе задействованы следующие методы индивидуальной работы: игровые приемы, объяснение, показ, метод наблюдения. В целях изучения уровня сформированности основных движений детям предлагаются комплексы упражнений.

Учебно-методический комплекс программы состоит из трёх компонентов:

- Учебные и методические пособия для педагога: списки литературы и интернет-источников, необходимых для работы педагога и учащихся, а также учебные пособия, включая раздаточный материал для подвижных игр, наборы карточек для занятий на доске Бильгоу и Сибборде и решения задач по соответствующей теме.
- Система средств обучения: организационно-педагогические средства (дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, конспекты занятий; дидактические средства).
- Система средств контроля результативности обучения состоит из диагностических и контрольных материалов (тесты по итогам прохождения каждого этапа обучения, заданий по темам программы и т.д.)

8. Условия реализации программы

Для проведения образовательной деятельности инструктора по физической культуре выделяется спортивный зал, отвечающий санитарно-гигиеническим требованиям.

Оборудование:

Тренажеры – детский велотренажер, детская беговая дорожка, тренажер детский "Бегущий по волнам", тренажер детский "Мини-Твистер", тренажер детский "Степпер", детская скамья для жима со штангой, тренажер для развития нижних конечностей.

Интерактивный скалодром, балансировочная доска Бельгоу, сибборды, координационная лестница, батут, сенсорные дорожки, набор следочков и отпечатков рук, мягкие модули, нейроскалки, скакалки, чудо-колесо, фитболы, мячи, обручи, гантели, гимнастические палки, сенсорные

мешочки, платочки, гимнастические ленты, кегли, кольцоброс, баскетбольное кольцо, детская горка (с лесенкой), шведская стенка, маты.

Комната сенсорной интеграции "Дом Совы" (бревно, платформа, качели, утяжелители, чулок, гамак, тоннель, лестница, бочка).

9.Список литературы

1. С.П. Евсеев, Л.В. Шапкина «Адаптивная физическая культура»-Учебное пособие.-М.:Советский спорт, 2000.

2. Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева «Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», Москва: «Мозаика-Просвещение», 2020 г.

3. Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений», Издательство мозаика-синтез, Москва 2016 г.

4. Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: Младшая группа», Издательство мозаика-синтез, Москва 2016 г.

5. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр», Издательство мозаика-синтез, Москва 2016 г.

6. Коррекционные и подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие./под ред.Шапкиной Л.В.- М:Советский спорт, 2002.

Бланк обследования уровня физического развития ребенка 3-5 лет

Фамилия и имя ребенка

Дата рождения, возраст, какое образовательное учреждение посещает

Заболевание, физические нарушения

ФИО родителя, телефон

Педагогическая диагностика ребенка проводится по следующим уровням показателей:

«Д» (достаточный уровень: синий цвет) показатель сформирован устойчиво, наблюдается в самостоятельной деятельности детей.

«Б» (уровень близкий к достаточному: зеленый цвет) показатель находится в стадии формирования, проявляется при умеренной поддержке взрослого.

«Ч» (неустойчивый уровень: желтый цвет) показатель находится в стадии формирования, проявляется неустойчиво, чаще при создании специальных ситуаций при активной поддержке взрослого.

«Н» (недостаточный уровень: красный цвет) показатель не сформирован, не появляется ни в одной из ситуаций, ребенок не в состоянии выполнить задание самостоятельно, даже при максимальной поддержке взрослого.

Предложенные задания можно давать ребенку не в один день, а в течении нескольких (трех-четырёх) дней.

Бланк обследования уровня физического развития ребенка 3-5 лет

№	Тема раздела	Форма контроля	Система оценки			
			«Д»	«Б»	«Ч»	«Н»
1.	Ходьба	- по прямой (<i>Иди по дорожке к мячу</i>)				
		- с препятствиями – задание перешагнуть через деревянный кирпичик (<i>Иди к колокольчику</i>)				
		- по шнуру, положенному зигзагом (<i>Иди по шнуру к погремушке</i>)				
		- по лесенке вверх и вниз (<i>Поднимайся по лесенке вверх, а теперь спускайся вниз</i> - взрослый находится рядом с ребенком)				
2.	Бег	- за взрослым в прямом направлении (<i>Беги за мячом, как я</i>)				
		- за взрослым в разных направлениях (<i>Догони меня</i>)				
		- самостоятельно по прямой (<i>Беги к домику</i>)				
3.	Прыжки	- подпрыгивание на месте на двух ногах (<i>Прыгай, как зайка</i>)				
		- спрыгивание со скамейки высотой 10 см (<i>Иди по скамейке, спрыгни со скамейки</i> – взрослый находится рядом с ребенком)				
		- перепрыгивание через широкую ленту, положенную на пол (<i>Прыгай через ручеек</i>)				
4.	Ползание лазанье	- ползание на четвереньках (<i>Проползи через ворота</i>)				
		- ползание на животе (<i>Ползи за игрушкой</i> – взрослый держит мячик за резинку и постепенно двигает его вперед)				
		-лазание по шведской стенке (<i>Ползи вверх</i> - взрослый находится с ребенком)				
5.	Метание	- в цель двумя руками (<i>Брось мяч в корзину</i>)				
		-трех четырех маленьких мячей одной рукой (<i>Бросай мячики</i>)				
	Общий уровень					