

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 «28» 08 2025 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУДО НО ЦППМСП
Т.Н. Шуголина

« 1 » сентября 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Крепыш 6-7(8) лет»**

направленность: физкультурно-спортивная
возраст обучающихся: 6-7(8) лет
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 6-7(8) 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 6-7(8) 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 6-7(8) 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 6-7(8) 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 выполнять по речевой инструкции ряд последовательных действий без предметов и с предметами.
- Учить попадать в цель с расстояния 5 м.
- Продолжать учить бросать и ловить мячи среднего размера.
- Учить находить своё место в шеренге по сигналу.
- Учить ходить на носках, на пятках, на внутренних сводах стоп.
- Учить согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами.
- Продолжать учить перестраиваться в колонну и парами в соответствии со звуковыми сигналами.
- Учить ходить по наклонной гимнастической доске.
- Учить лазать вверх и вниз по шведской стенке, перелезать на соседний пролет стенки.
- Учить ходить и бегать с изменением направления – змейкой, по диагонали.
- закреплять умение прыгать на двух ногах и на одной ноге.
- Продолжать обучать комплексу утренней зарядке и разминке в течении дня.
- Формировать у детей желание участвовать в знакомой подвижной игре.

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 должны научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 м;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами в соответствии со звуковыми сигналами;
- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазать вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезать на соседний пролет стенки;
- ходить и бегать с изменением направления - змейкой, по диагонали;
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- выполнять и знать комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре.

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.	Бросок мяча о стену и ловля его обеими руками	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
3.	Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
4.	Бросок мяча о пол и ловля мяча после отскока	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
5.	Бросание мешочков с песком в горизонтальную цель	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
6.	Игра в кольцоброс	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
7.	Сбивание кегли с расстояния 4-5 м.	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
8.	Метание мячиков маленького размера по нескольким целям (по лежащим на полу обручам)	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
9.	Прыжки на месте с поворотами	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
10.	Прыжки с продвижением вперед друг за другом и вовнутрь круга	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
11.	Прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью

12.	Прыжки с подбиванием подвешенного мяча в ходьбе и беге	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
13.	Ходьба по наклонной доске со спрыгиванием со скамейки	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
14.	Прыжки в длину с разбега	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
15.	Прыжки через скакалку	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
16.	Ползание с подползанием под веревку	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
17.	Ползание с пролезанием между рейками	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
18.	Перелезание между рейками лестничной пирамиды	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
19.	Ползание на четвереньках по скамейке	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
20.	Лазание по гимнастической лестнице	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
21.	Лазание по наклонной лестнице	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
22.	Лазание по наклонной лестнице	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
23.	Прокатывание мяча по ориентирам	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью

					деятельностью
24.	Ходьба по доске с приподнятым краем	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
25.	Ходьба по гимнастической скамейке	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
26.	Ходьба по доске и скамейке боком приставным шагом	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
27.	Ходьба на носках с перешагиванием через рейки лестницы	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
28.	Лазание вверх и вниз по гимнастической лестнице, с переходом на другой пролет	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
29.	Ходьба на носках с наступанием на кубы	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
30.	Сидя лицом к гимнастической стенке, держась носками за нижнюю рейку, лечь и садиться по звуковому сигналу	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
31.	Кружение на месте с переступанием и приседанием по сигналу	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
32.	Лазание вверх и вниз по гимнастической лестнице, с	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью

	переходом на другой пролет				
33.	Удерживание в висе на перекладине до 20 с.	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
34.	Полоса препятствий	2	-	2	Выполнение заданий, наблюдение за деятельностью
35.	Прыжки в длину с места через шнуры, положенные на пол (через ручеек)	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	Бросок мяча о стену и ловля его обеими руками	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег за педагогом, друг за другом. Круговые движения назад согнутыми и прямыми руками. Бросок мяча о стену и ловля его обеими руками. Игра «Снайперы»
4, 5	Бросок мяча вверх и ловля его двумя руками	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег за педагогом, друг за другом. Ритмичные рывки прямыми руками назад. Бросок мяча вверх и ловля его

			двумя руками. Игра «Снайперы»
6, 7	Бросок мяча о пол и ловля мяча после отскока	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег за педагогом, друг за другом. Сжимание и разжимание кистей с одновременным подниманием и опусканием рук. Бросок мяча о пол и ловля мяча после отскока. Игра «Мышеловка»
8, 9	Бросание мешочков с песком в горизонтальную цель	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба с изменением положения рук. Бег с огибанием предметов, змейкой. Наклоны туловища вправо и влево из исходного положения – руки на поясе, ноги на ширине плеч. Бросание мешочков с песком в горизонтальную цель. Игра «Кто дальше бросит мешочек»
10, 11	Игра в кольцеброс	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба с изменением положения рук. Бег с огибанием предметов, змейкой. Мах ногой вперед с хлопком под ногой из исходного положения: руки за головой, ноги на ширине плеч. Игра в кольцеброс Игра «Самолеты»»
12, 13	Сбивание кегли с расстояния 4-5 м.	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба на носках, на пятках. Бег с группой вдоль зала. Приседания на носках с прямой спиной, руки вперед. Сбивание кегли с расстояния 4-5 м. Игра «Снайперы»
14, 15	Метание мячиков маленького размера по нескольким целям	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба на носках, на пятках. Бег с группой вдоль зала.

	(по лежащим на полу обручам)		Ритмичные поднимания на носки, руки на поясе. Метание мячиков маленького размера по нескольким целям (по лежащим на полу обручам) Игра «Снайперы»
16, 17	Прыжки на месте с поворотами	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба на носках, на пятках. Бег с группой вдоль зала. Наклоны туловища вперед с касанием пальцами носков прямых ног. Прыжки на месте с поворотами. Игра «Медведь и пчелы»»
18, 19	Прыжки с продвижением вперед друг за другом и вовнутрь круга	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба на носках, на пятках. Бег с группой вдоль зала. Прогнувшись, развести руки в стороны, поднять голову из исходного положения: лежа на животе с вытянутыми в сторону руками, ноги на ширине плеч. Прыжки с продвижением вперед друг за другом и вовнутрь круга. Игра «Жмурки»
20, 21	Прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба на внутренних сводах стопы. Бег с мячом. Лежа на спине, руки под головой, скрестные движения прямых ног. Прыжки на одной ноге на месте и с продвижением вперед. Игра «Гуси-гуси»»
22, 23	Прыжки с подбиванием подвешенного мяча в ходьбе и беге	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба на внутренних сводах стопы. Бег с мячом. Скрестив ноги «по-турецки», садиться и вставать без помощи рук. Прыжки с подбиванием подвешенного мяча в ходьбе и

			беге. Игра «Весит груша, нельзя скушать»
24, 25	Ходьба по наклонной доске со спрыгиванием со скамейки	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба на внутренних сводах стопы. Бег с мячом. Стоя на коленях, подниматься и вставать на колени без помощи рук. Ходьба по наклонной доске со спрыгиванием со скамейки. Игра «Жмурки»
26, 27	Прыжки в длину с разбега	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба с гимнастической палкой. Бег друг за другом. Поворачивание палки из горизонтального положения в вертикальное по показу педагога. Прыжки в длину с разбега. Игра «Кто дальше прыгнет»»
28, 29	Прыжки через скакалку	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в полуприседе (спина прямая). Бег за обручем. Упражнение с обручем: обруч перед собой, над головой. Прыжки через скакалку. Игра «Прятки»
30, 31	Ползание с подползанием под веревку	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в полуприседе (спина прямая). Бег за обручем. Упражнение с обручем: приседания с обручем в руках. Ползание с подползанием под веревку. Игра «День и ночь»
32, 33	Ползание с пролезанием между рейками	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в полуприседе (спина прямая). Бег за обручем. Упражнение с обручем:

			<p>прокатывание и ловля обруча. Ползание с пролезанием между рейками. Игра «Караси и щука»</p>
34, 35	Перелезание между рейками лестничной пирамиды	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в приседе. Бег с мячом. Упражнение с малым мячом в руках: сгибание и разгибание кисти. Перелезание между рейками лестничной пирамиды. Игра «Медведь и пчелы»</p>
36, 37	Ползание на четвереньках по скамейке	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в приседе. Бег с мячом. Упражнение с малым мячом в руках: вращение кисти с удержанием мяча. Ползание на четвереньках по скамейке. Игра «Карусель»»</p>
38, 39	Лазание по гимнастической лестнице	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в приседе. Бег с мячом. Упражнение с малым мячом в руках: вращение кисти, предплечья и всей руки с удержанием мяча. Лазание по гимнастической лестнице Игра «Обезьянки»»</p>
40, 41	Лазание по наклонной лестнице	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в приседе. Бег с мячом. Упражнение с малым мячом в руках: подбрасывание мяча вверх и ловля двумя руками. Лазание по наклонной лестнице. Игра «Снайперы»</p>
42, 43	Лазание по наклонной лестнице	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба в приседе. Бег с мячом. Прокатывание мяча между</p>

			<p>ориентирами. Лазание по наклонной лестнице. Игра «Висит груша, нельзя скушать»</p>
44, 45	Прокатывание мяча по ориентирам	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег змейкой. Перелезание через гимнастические скамейки. Прокатывание мяча по ориентирам. Игра «Медведь и пчелы»</p>
46, 47	Ходьба по доске с приподнятым краем	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег змейкой. Подтягивание на руках по наклонной доске лежа животе. Ходьба по доске с приподнятым краем. Игра «Мышеловка»»</p>
48, 49	Ходьба по гимнастической скамейке	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег по диагонали. Катание палки стопами в положении сидя. Ходьба по гимнастической скамейке. Игра «День и ночь»</p>
50, 51	Ходьба по доске и скамейке боком приставным шагом	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег по диагонали. Катание мяча друг другу лежа на животе на расстоянии 1 м. Ходьба по доске и скамейке боком приставным шагом. Игра «Гуси-Гуси»»</p>
52, 53	Ходьба на носках с перешагиванием через рейки лестницы	-	<p>Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег в чередовании по звуковому сигналу. Ползание на спине с прижатыми к туловищу руками. Ходьба на носках с перешагиванием через рейки</p>

			лестницы Игра «Караси и щука»»
54, 55	Лазание вверх и вниз по гимнастической лестнице, с переходом на другой пролет	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег в чередовании по звуковому сигналу. Ходьба на носках с перешагиванием через кубики. Лазание вверх и вниз по гимнастической лестнице, с переходом на другой пролет. Игра «Найди себе пару»»
56, 57	Ходьба на носках с наступанием на кубы	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег с остановками по окончании звуковых сигналов. Удерживание в висе на перекладине до 20 с. Ходьба на носках с наступанием на кубы. Игра «Найди свой цвет»»
58, 59	Сидя лицом к гимнастической стенке, держась носками за нижнюю рейку, ложиться и садиться по звуковому сигналу	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег с остановками по окончании звуковых сигналов. Удерживание в висе на перекладине до 20 с. Сидя лицом к гимнастической стенке, держась носками за нижнюю рейку, ложиться и садиться по звуковому сигналу. Игра «у медведя во бору»»
60, 61	Кружение на месте с переступанием и приседанием по сигналу	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег с остановками по окончании звуковых сигналов. Удерживание в висе на перекладине до 20 с. Кружение на месте с переступанием и приседанием по сигналу. Игра «Мишка лезет за медом»»
62, 63	Лазание вверх и вниз по гимнастической	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег с

	лестнице, с переходом на другой пролет		остановками по окончании звуковых сигналов. Лазание вверх и вниз по гимнастической лестнице, с переходом на другой пролет. Движения головой в положении стоя. Игра «Мышеловка»»
64, 65	Удерживание в висе на перекладине до 20 с.	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег с остановками по окончании звуковых сигналов. Удерживание в висе на перекладине до 20 с. Ходьба друг за другом с высоким подниманием коленей, руки на поясе. Игра «Птички в гнездышках»»
66, 67	Полоса препятствий	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег с остановками по окончании звуковых сигналов. Сохранение равновесия в положении стоя на одной ноге. Полоса препятствий. Игра «Прятки»
68, 69	Прыжки в длину с места через шнуры, положенные на пол (через ручеек)	-	Построение в шеренгу с равнением. Ходьба и бег с остановками по окончании звуковых сигналов. Прыжки в длину с места через шнуры, положенные на пол (через ручеек) Метание мешочков в горизонтальную цель. Игра «С кочки на кочку»»
70, 71	Педагогическая диагностика	-	Мониторинг оценки физического развития ребенка

1. 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.

2. Формы аттестации

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

3. Оценочные материалы

Методика проведения диагностики физического развития детей с ОВЗ 5-7 (8) лет.

1. Ходьба:

- по прямой 10 м (*Принеси мяч*);
- по тропинке 7-8 м с препятствиями, перешагивая через деревянные кирпичики – три штуки (*Пройди по тропинке и принеси мяч*).

2. Бег:

- в прямом направлении (*Беги к обручу*);
- в разных направлениях за педагогом или сверстником (*Догони меня! Догони!*).

3. Прыжки:

- подпрыгивание на месте на двух ногах (*Прыгай, как зайка*);
- передвижение вперед прыжками на двух ногах (*Прыгай к домику*);
- прыжки на месте на одной ноге.

4. Ползание, лазанье:

- ползание на четвереньках (*Проползи через ворота*);

- ползание на животе (*Ползи как змея*);
- лазание по шведской стенке (*Ползи вверх, спускайся вниз* - взрослый находится с ребенком).

5. Метание:

- в цель двумя руками (*Брось мяч в сетку*);
- двух маленьких мячей каждой рукой поочередно (*Бросай мячики в корзину*)

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.

4. 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.
5. Л. И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду: подготовительная группа», Издательство мозаика-синтез, Москва 2016 г.
6. Э.Я. Степаненкова «Сборник подвижных игр», Издательство мозаика-синтез, Москва 2016 г.
7. 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 5-7(8) 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-четырех) дней.

Бланк обследования уровня физического развития ребенка 5-7 (8) лет

№	Тема раздела	Форма контроля	Система оценки			
			«Д»	«Б»	«Ч»	«Н»
1.	Ходьба	- по прямой 10 м (<i>Принеси мяч</i>)				
		- по тропинке 7-8 м с препятствиями, перешагивая через деревянные кирпичики – три штуки (<i>Пройди по тропинке и принеси мяч</i>)				
2.	Бег	- в прямом направлении (<i>Беги к обручу</i>)				
		- в разных направлениях за педагогом или сверстником (<i>Догони меня! Догони!</i>)				
3.	Прыжки	- подпрыгивание на месте на двух ногах (<i>Прыгай, как зайка</i>)				
		- передвижение вперед прыжками на двух ногах (<i>Прыгай к домику</i>)				
		- прыжки на месте на одной ноге				
4.	Ползание лазанье	- ползание на четвереньках (<i>Проползи через ворота</i>)				
		- ползание на животе (<i>Ползи как змея</i>)				
		-лазание по шведской стенке (<i>Ползи вверх, спускайся вниз - взрослый находится с ребенком</i>)				
5.	Метание	- в цель двумя руками (<i>Брось мяч в сетку</i>)				
		- двух маленьких мячей каждой рукой поочередно (<i>Бросай мячики в корзину</i>)				
	Общий уровень					