

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области
ОГКОУ «Школа-интернат №91»

РАССМОТРЕНО
Руководитель МО
Романова О.Г.
Протокол №1
От «29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
Лицова Д.Н.
«31» августа 2023 г.



УТВЕРЖДЕНО
И.о. директор ОГКОУ
«Школа-интернат №91»
Кочурова О.Н.
Приказ № 49
от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по адаптивной физической культуре
для обучающихся с нарушением зрения
(дошкольный возраст 3-7 лет)
на 2023-2024 учебный год

Учитель физической культуры:
Лопухова Л.А.

Ульяновск 2023

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ..... | 3 |
| 1.1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 1.2. Цели и задачи рабочей программы | 13 |
| 1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы | 14 |
| 1.4. Планируемые результаты освоения рабочей программы | 18 |
| 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ | 25 |
| 2.1. Особенности образовательной деятельности..... | 25 |
| 2.2. Интеграция с другими образовательными областями..... | 27 |
| 2.3. Задачи образовательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся | 28 |
| 2.4. Содержание образовательной деятельности | 34 |
| 2.5. Система физкультурно-оздоровительной работы | 48 |
| 2.6. Особенности взаимодействия специалистов образовательной организации..... | 52 |
| 2.7. Формы взаимодействия с семьей воспитанников..... | 55 |
| 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ | 58 |
| 3.1. Организация образовательного процесса | 58 |
| 3.2. Учебный план по реализации рабочей программы ОО «Физическое развитие»..... | 60 |
| 3.3. Материально-техническое обеспечение реализации программы | 61 |
| 3.4. Учебно-методическое обеспечение..... | 63 |
| СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ..... | 64 |

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка¹

Примерная рабочая программа по адаптивной физической культуре для слепых, слабовидящих детей дошкольного возраста, детей дошкольного возраста с амблиопией и косоглазием (далее – Программа, примерная рабочая программа) разработана с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 (далее – ФГОС ДО) в части физического развития на основе:

— Примерной основной образовательной программы дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 20.05.2015 № 2/15);

— Примерной адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования слепых детей (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 07.12.2017 № 6/17);

— Примерной адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования слабовидящих детей (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 07.12.2017 № 6/17);

— Примерной адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 07.12.2017 № 6/17);

— Примерной рабочей программы воспитания для образовательных организаций, реализующих образовательные программы дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 01.07.2021 № 2/21) с требованиями ФГОС дошкольного образования по физическому развитию воспитанников.

Особенности физического развития детей с нарушениями зрения

Слепота – отсутствие или нарушение зрения, при котором невозможно или значительно ограничено зрительное восприятие окружающего. Среди причин детской слепоты доминируют врожденные, перинатальные патологии: пороки и аномалия развития органа зрения в результате нарушения эмбриогенеза, а также патологические состояния глаз, являющиеся следствием эмбриопатий или перенесенных внутриутробно воспалительных процессов (анофтальм, микрофтальм, врожденные деформации глаза и отдельных его структур, катаракты и глаукомы, дистрофические изменения сетчатки и недоразвитие или атрофия зрительных нервов). В настоящее время большой процент слепых дошкольников – это дети с ретинопатией недоношенных.

В случае приобретения тяжелых нарушений зрения ребенком до трех лет жизни слепота, возникшая на их фоне, считается врожденной.

В категорию слепых дошкольников в соответствии со степенью сохранности базовых зрительных функций входят:

- 1) тотально или абсолютно слепые;
- 2) слепые с остаточным зрением, которых целесообразно подразделять на следующие подгруппы:
 - слепые со светоощущением;
 - слепые со светоощущением и цветоощущением;
 - слепые, различающие движение руки перед лицом;
 - слепые с форменным (предметным) остаточным зрением.

Тотальная (абсолютная) слепота характеризуется отсутствием зрительных ощущений на оба глаза, что приводит к невозможности различать свет и тьму. В качестве ведущих во всех видах деятельности данной группы детей выступают осязательное и слуховое восприятие. Другие анализаторы выполняют вспомогательную роль.

Зрительные возможности слепых с остаточным зрением неоднородны, что прежде всего обусловлено степенью сохранности (проявлением) двух базовых функций: центрального и периферического зрения. Нарушение центрального зрения детей данной группы характеризуется снижением его остроты. Нарушение периферического зрения, приводящее к слепоте (при высоких показателях остроты зрения), характеризуется концентрическим сужением поля зрения от 20 градусов и менее. К слепоте приводят системные поражения зрительного анализатора, поэтому часто состояние зрительных функций слепых с остаточным зрением одновременно характеризуется значительным снижением остроты зрения и сужением поля зрения в любом меридиане или наличием скотом (центральные или парацентральные абсолютные скотомы более 5 градусов). Слепые со светоощущением отличают свет от тьмы. При светоощущении с правильной проекцией они могут показать правильное направление света. При неправильной проекции дети не могут показать, откуда падает свет. Сохранное светоощущение свидетельствует о возможности ребенка ориентироваться на яркий свет и контрастную ему темноту, что выступает сильным фактором повышения мобильности. Слепые дошкольники со светоощущением и цветоощущением не только отличают свет от тьмы, но и различают цвета. Слепые дети, у которых имеются тысячные доли от нормальной остроты зрения (примерно от 0,005% до 0,009% на лучше видящем глазу с оптической коррекцией) в комфортных условиях видят движения руки перед лицом, на очень близком расстоянии могут различать цвета, контуры, силуэты предметов. Острота зрения слепых детей с форменным (предметным)

остаточным зрением варьируется в пределах от 0,01% до 0,04% (на лучше видящем глазу в условиях оптической коррекции). Зрительные возможности детей этой подгруппы характеризуются разнообразием проявлений нарушения зрительных функций, изменчивостью и неустойчивостью их параметров, повышенной утомляемостью зрения. Остаточное зрение не позволяет дошкольникам полноценно опираться на него в различных видах деятельности. Такого зрения недостаточно для выполнения видов деятельности, требующих систематического участия зрительного анализатора. Некоторые дети с остаточным зрением могут лишь на близком расстоянии и непродолжительное время рассматривать картинки и игрушки. У детей данной подгруппы, как и у тотально слепых, ведущим выступает слуховое и осязательное восприятие, при этом зрительное восприятие является вспомогательным инструментом различных видов деятельности, социально-бытовой и пространственной ориентировки, контроля своих действий и получения информации. Все слепые с остаточным зрением относятся к детям с глубокими нарушениями зрения.

При слепоте глубокое снижение остроты зрения делает невозможным (для тотально слепых) или весьма ограниченным и специфичным (для слепых детей с остаточным зрением) зрительное восприятие. Помимо остроты зрения, у них резко выражена степень нарушения и других зрительных функций (поля зрения, световой чувствительности, цветоразличения, характера зрения, фиксации взора и т. д.).

Под слабовидением понимают нарушения центрального, периферического, цветового зрения, других функций зрительной системы в отдельности или в совокупности, осложняющие стабильное качественное получение и обработку информации с ограничением зрительного восприятия окружающего, вследствие чего возникают трудности в ориентировочно-поисковых, познавательных действиях регуляции и контроля. Среди причин слабовидения у детей преобладают врожденные, часто наследственного

характера, аметропии (различные виды нарушений рефракций), врожденные, перинатальные патологии: пороки и аномалия развития органа зрения в результате нарушения эмбриогенеза, а также патологические состояния глаз, являющиеся следствиями эмбриопатий или перенесенных внутриутробно воспалительных процессов (микрофтальм, врожденные деформации глаза и отдельных его структур, катаракта и глаукома, дистрофические изменения сетчатки и недоразвитие или атрофия зрительных нервов). В настоящее время большой процент слабовидящих дошкольников – это дети с ретинопатией недоношенных.

По показателям остроты зрения на лучше видящем глазу в условиях оптической коррекции принято различать три группы слабовидящих детей:

- 1) слабовидящие с остротой зрения 0,05-0,09% (высокая степень слабовидения);
- 2) слабовидящие с остротой зрения 0,1-0,2% (средняя степень слабовидения);
- 3) слабовидящие с остротой зрения 0,3-0,4% (слабая степень слабовидения).

Степень слабовидения усиливается, если наряду со снижением остроты зрения наблюдается значительное нарушение другой(-их) базовой(-ых) зрительной(-ых) функции(-ий) – поля зрения (варианты ограничения или скотомы), цветоразличения (полная или частичная цветовая слепота), глазодвигательных функций (нистагм, паралич глазных мышц), светоощущения (повышение или понижение светочувствительности).

На фоне первичной зрительной патологии у значительной части слабовидящих детей возникают и развиваются осложнения, относящиеся к следующим двум группам.

1. Снижение функционального состояния сенсорного и/или моторного аппаратов зрительной системы (амблиопия разной степени выраженности:

рефракционная, анизометропическая, обскурационная, косоглазие). Осложнения этой группы, с одной стороны, ухудшают, затрудняют процесс зрительного восприятия слабовидящими детьми окружающего мира, с другой стороны, их степень, посредством мероприятий медицинской реабилитации, можно ослабить, что повысит зрительные возможности этой группы детей.

2. Отягощение патологического процесса в виде органических изменений структур глаза или в виде обострения заболевания (изменения на глазном дне, в стекловидном теле в виде кровоизлияний, отслойки сетчатки при высокой миопии; смещение хрусталика, повышение внутриглазного давления и др.). Для слабовидящих дошкольников этой группы крайне важны знание и учет осложнений, так как к ним может привести игнорирование в жизнедеятельности детей с определенными клинико-патофизиологическими характеристиками зрения факторов риска – и, как следствие, к значительному ухудшению зрения, вплоть до слепоты.

У детей с функциональными нарушениями зрения (амблиопия и косоглазие) выражено становление зрительной системы как доминантной в сенсорной организации ребенка, что характерно для нормально видящих: познание и ориентировка в окружающей действительности на основе зрительного восприятия в соответствии с возрастными возможностями. Причины появления зрительных нарушений в дошкольном возрасте носят комплексный характер: имеет значение наследственность, характер роста и развития ребенка, состояние его здоровья, гигиенические условия для зрения, аккомодационная нагрузка.

Зрительные возможности детей этой группы не определяются слабовидением, так как у ребенка имеется «благополучный глаз» с остротой зрения в условиях оптической коррекции от 0,5 и выше, вплоть до 1,0. Кроме этого, у подавляющего числа детей с функциональными нарушениями зрения сохранна на каждый глаз другая базовая функция – поле зрения. Сохранность

двух базовых зрительных функций позволяет детям этой группы достаточно успешно, в сравнении со слабовидящими, осваивать зрительные умения и навыки. Основными клиническими формами функциональных нарушений зрения являются нарушения рефракции (гиперметропия, миопия, астигматизм, миопический астигматизм, анизометропия, которые поддаются оптической коррекции), различные виды косоглазия (монолатеральное, билатеральное, постоянное содружественное сходящееся, непостоянное сходящееся, расходящееся, альтернирующее), нарушение бинокулярного зрения (монокулярное, монокулярное альтернирующее, одновременное зрение), амблиопии разных видов (рефракционная, анизометропическая, истерическая, дисбинокулярная с косоглазием разных степеней) и другие варианты функционального несовершенства зрительной системы. У дошкольников этой группы выявляются разные степени аметропий: слабая (до 3,0) и средняя (от 3,0 до 6,0).

Дети могут иметь разные степени амблиопии:

- 1) слабая степень – острота зрения не ниже 0,4;
- 2) средняя степень – острота зрения 0,3-0,2;
- 3) высокая (тяжелая) степень – острота зрения 0,1-0,05;
- 4) очень высокая (тяжелая) степень – острота зрения от 0,04 и ниже.

Для детей с функциональными нарушениями зрения характерна положительная динамика в улучшении функционального механизма зрительного восприятия – осязаемое и наблюдаемое развитие базовых зрительных функций при моно- или бинокулярном зрении вследствие лечебно-восстановительного процесса, возрастного созревания зрительной системы и развития сохраненных и нарушенных функций зрения, стабилизации их показателей в условиях системного и целенаправленного развития триединства механизмов зрительного восприятия. Основное условие достижения такого эффекта – единство лечебно-восстановительной работы (осуществляется

в условиях ДОО), коррекционно-развивающей работы тифлопедагога и образовательной деятельности специалистов с решением задач активизации зрения, зрительных функций ребенка, повышения его зрительных умений и навыков, развития зрительного восприятия.

Дети этой группы могут находиться на разных этапах лечения амблиопии и косоглазия: на этапе плеоптического лечения – повышение остроты зрения амблиопичного глаза, развитие моторного компонента зрения, достижение ортофории; на этапе ортоптического лечения – развитие фузии, восстановление бинокулярных механизмов; на этапе развития стереоскопического зрения, его механизмов.

Особенностью этой группы выступает и то, что значительная часть детей получает окклюзионное лечение (в большинстве случаев – «выключение» из акта видения благополучного глаза), в условиях которого окружающее воспринимается ребенком амблиопичным глазом (амблиопия – стойкое снижение остроты зрения), вследствие чего ребенок может испытывать определенные, в том числе значительные, трудности при использовании сниженного зрения в построении зрительных образов, в зрительном контроле движений, действий.

У детей с функциональными нарушениями зрения на фоне разных клинических форм (косоглазие, аметропии, амблиопии), различного характера нарушения (монокулярное, одновременное, бинокулярное) отмечаются особенности развития и протекания зрительного восприятия, определенные трудности пространственного видения, зрительно-моторной координации. Однако его уровень (темп развития, качество свойств и прежде всего скорость и осмысленность) всегда выше, чем у слабовидящих дошкольников, что связано с относительно высокими (от 0,5 до 1,0) показателями остроты зрения «рабочего» глаза при амблиопии или лучше видящего глаза при аметропии (в условиях оптической коррекции), что позволяет ребенку достаточно успешно

накапливать зрительный опыт с формированием достаточно точных зрительных образов окружающего в дошкольном возрасте, опираться и использовать его в условиях окклюзии хорошо видящего глаза.

Характерным для этой группы детей выступает и то, что часто зрительные нарушения подобного вида возникают и проявляются на фоне общего раннего (во внутриутробный и/или пренатальный периоды) поражения детского организма, проявляющегося полисистемной хронической патологией: функциональное снижение зрения, функциональные нарушения костно-мышечной системы и соединительной ткани, заболевания ЦНС, речевые нарушения.

В зависимости от степени выраженности и характера зрительных нарушений отставание одних двигательных действий может полностью преодолеваться, а других – частично корригироваться или компенсироваться. Поэтому важно определить компенсаторные возможности и пути развития двигательной функций на основе возрастных закономерностей физического развития и двигательной сферы детей.

Нарушения зрения приводят к замедлению двигательного онтогенеза ребенка в целом, нарушению его хода. Для детей с нарушением зрения характерны дискоординация движений, повышенная физическая утомляемость, снижение потребности в двигательной активности, слабое развитие мышц туловища. Это создает предпосылки для возникновения нарушений опорно-двигательного аппарата у дошкольников. Плоскостопие и нарушение осанки фиксируются у детей в 4-летнем возрасте, степень их выраженности нарастает с возрастом. При снижении амортизационной функции стопы возникает повышенная нагрузка на позвоночник, создаются условия для нарушения осанки и, как следствие, для возникновения заболеваний сердечно-сосудистой и дыхательной систем и позвоночника (артрит, артроз, остеохондроз, бурсит, сколиоз и др.).

При отсутствии своевременной педагогической помощи у детей с нарушениями зрения нарастает отставание в развитии общей координации движений, мелкой моторики рук, точности движений, согласованности движений рук и ног в движениях циклического и ациклического характера, воспроизведения временных и пространственных параметров двигательного действия.

В процессе занятий по адаптивной физической культуре особое внимание уделяется ходьбе. Она включается в каждое занятие и способствует формированию у детей с нарушениями зрения устойчивой походки, правильной осанки, координации движений. Дошкольники учатся ходить по одному, парами, группами. Устойчивость у ребенка тренируется путем выполнения упражнений в ходьбе между предметами, перешагивания предметов (палки, кубики, канат). Свобода движений, координация и устойчивость вырабатываются в процессе выполнения всевозможных упражнений в беге: бег «стайкой», в одиночку, вдоль каната, по кругу, за мячом, к флажку и т. д. На занятиях по адаптивной физической культуре детей с нарушениями зрения деятельность направлена на устранение недостатков в двигательном развитии детей. Правильная осанка отрабатывается в процессе выполнения упражнений из положения лежа на животе и на гимнастической стенке. Задания на развитие равновесия характеризуются уменьшением площади опоры.

Неоднородность контингента воспитанников с нарушениями зрения определяется разной степенью ограничения в самообслуживании, в способности к самостоятельному передвижению, к деятельности (ее организации и осуществлению). С помощью многочисленных средств адаптивного физического воспитания можно достичь направленного коррекционно-развивающего воздействия на развитие двигательной сферы детей.

Программа построена с учетом принципа интеграции образовательных областей в соответствии с двигательными, возрастными возможностями

и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей, решает программные образовательные задачи физического развития в совместной деятельности детей и взрослых, а также самостоятельной двигательной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию, но и при проведении режимных моментов в соответствии со спецификой дошкольного образования.

Реализация рабочей программы по адаптивной физической культуре является одним из основных компонентов системы физкультурно-оздоровительной работы в дошкольной образовательной организации.

1.2. Цели и задачи рабочей программы

Цель: создание благоприятных условий для физического развития, обеспечение коррекционно-развивающего воздействия на формирование произвольной двигательной активности детей дошкольного возраста с нарушениями зрения, формирование у них ценностного отношения к здоровью, ведению здорового образа жизни, приобщение к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; повышение физической работоспособности, предупреждение психического утомления, охрана и развитие сохранных анализаторных систем;
- содействие гармоничному физическому развитию, формированию осанки, свода стопы, совершенствованию умений и навыков основных движений, расширение двигательного опыта, развитие общей и мелкой моторики, преодоление скованности и ограниченности движений;

- формирование потребности в ежедневных занятиях физическими упражнениями, самостоятельной двигательной активности, интереса к участию в подвижных и спортивных играх, интереса и любви к спорту;
- содействие в совершенствовании жизненно важных функций организма (опорно-двигательной, сердечно-сосудистой, дыхательной, выделительной и др.);
- развитие кондиционных физических способностей (силовых, скоростных, гибкости, общей выносливости);
- коррекция и развитие общих и специфических координационных способностей, включая способности к согласованию движений, способности ориентировки движений в пространстве и во времени, зрительно-пространственной координации;
- коррекция развития зрительного, слухового, тактильного, осязательного и других видов восприятия, их синестезии.

Эти задачи реализуются в процессе следующих видов детской деятельности: игровой (подвижные игры), коммуникативной (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками) и физической активности.

1.3. Принципы и подходы к формированию рабочей программы²

Учитывая особенности развития детей с нарушениями зрения, а также наличие у них особых образовательных потребностей, построение рабочей программы по физическому воспитанию основывается на следующих принципах.

Принцип ранней диагностики и компетентной помощи. Реализация этого принципа связана с ранним выявлением основного нарушения, сопутствующих заболеваний, вторичных отклонений и особых образовательных потребностей ребенка с целью организации целенаправленной комплексной

² Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С.П. Евсеев. М.: Спорт, 2016.

помощи. Чем раньше проведена диагностика как заболевания ребенка, так и его особых образовательных потребностей, тем больше возможностей для успешной коррекции нарушенных двигательных функций и предотвращения (профилактики) вторичных отклонений.

Принцип ориентации на зоны актуального и ближайшего развития.

В процессе образования, воспитания и развития, ориентированного на зону актуального развития, закладываются те знания, умения, навыки, которые в настоящий момент ребенок может усвоить под руководством взрослого. При этом создается готовность к усвоению других, более сложных знаний, умений, навыков, к реализации потенциальных возможностей, находящихся в зоне ближайшего развития.

Принцип учета сенситивных периодов развития. Те возрастные периоды, в которых организм наиболее чувствителен к развитию определенных функций, названы сенситивными. В данные периоды функция формируется наиболее быстро и полноценно, что необходимо учитывать при построении занятий по развитию физических, психических и других качеств и способностей ребенка.

Принцип сознательности и активности. Данный принцип предполагает формирование у ребенка осмысленного отношения и устойчивого интереса к общей цели и конкретным задачам, поставленным на занятиях по адаптивной физической культуре. Родителям необходимо разъяснить, что для детей с нарушениями зрения разумная двигательная активность более важна, чем для ребенка с сохранным зрением.

Принцип научности. Реализация данного принципа позволяет строить педагогический процесс в соответствии с современным уровнем научных знаний в области тифлопедагогики, тифлопсихологии, теории и методики адаптивной физической культуры.

Принцип наглядности. Предусматривает формирование у воспитанников чувственного образа движений, основанного на использовании ощущений от всех сохранных анализаторов, то есть мультисенсорного восприятия окружающей действительности. Это достигается за счет применения различных наглядных средств и методов при обязательном словесном сопровождении взрослого как средства актуализации сознания ребенка. Словесное сопровождение является необходимым условием компенсации недостаточности зрительной системы за счет активизации сохранных анализаторной системы.

Принцип доступности и индивидуализации. Доступность – это обеспечение для воспитанников с нарушениями зрения равных возможностей (мобильности, доступа к различным видам физкультурной деятельности) и выполнение дидактического принципа индивидуализации, предусматривающего правильный подбор предлагаемых ребенку заданий на занятии по адаптивной физической культуре, то есть дифференциация учебных знаний и способов их выполнения в соответствии с индивидуальными особенностями ребенка.

В условиях групп комбинированной или компенсирующей направленности образовательная деятельность носит индивидуализированный характер. Малая наполняемость дошкольных групп позволяет использовать как фронтальные, так и индивидуальные формы образовательной деятельности. Индивидуальный подход предполагает создание благоприятных условий, учитывающих как индивидуальные особенности каждого ребенка (особенности высшей нервной деятельности, темперамента и формирующегося характера, скорость протекания мыслительных процессов, уровень сформированности знаний, умений и навыков, работоспособность, мотивацию, уровень развития эмоционально-волевой сферы и др.), так и типологические особенности, свойственные определенной категории детей. Индивидуальный подход

позволяет не исключать из образовательного процесса детей, для которых общепринятые способы коррекционного воздействия оказываются неэффективными.

Принцип дифференцированного подхода. В работе с детьми с нарушением зрения не менее актуален дифференцированный подход, который обусловлен наличием вариативных индивидуально-типологических особенностей даже в рамках одного варианта нарушенного развития. В одной и той же группе могут воспитываться дети как с различными нарушениями зрения, так и с различными особенностями проявления этих нарушений и, как следствие, с возможными дополнительными недостатками в развитии. Дети могут отличаться по учебно-познавательным возможностям, степени познавательной активности, особенностям поведения. Учитывая наличие в группе однородных по своим характеристикам микрогрупп, инструктору АФК нужно для каждой из них дифференцировать содержание, организацию образовательно-коррекционной работы, отбирать адекватные их состоянию методы, приемы работы, объем и сложность заданий, формы и способы мотивации деятельности каждого ребенка.

Принцип прочности. Реализация принципа прочности в адаптивной физической культуре предполагает не только надежное освоение знаний, умений, навыков, но и развитие до необходимого уровня физических способностей, длительную ремиссию при хронических заболеваниях, формирование устойчивых социальных функций и ролей, реализацию типичного для данного времени и страны образа жизни. Этот принцип означает, что обучение, развитие и воспитание, работа по коррекции, компенсации и профилактике должны быть доведены до такого уровня, когда знания, умения, навыки, двигательные возможности ребенка с нарушениями зрения и его потребности развиты в такой степени, что он способен решать соответствующие его возрасту задачи, возникающие в учении, быту и спорте. Поэтому в процессе

освоения ребенком с нарушением зрения содержания программы необходимо на каждом этапе обучения добиваться стабильности в воспроизведении им знаний, умений и навыков путем их повторения в стандартных условиях с постепенным введением элемента новизны, создавая тем самым основу овладения им новым программным материалом.

1.4. Планируемые результаты освоения рабочей программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования, а также развитие в условиях зрительной депривации делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров. Они представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения дошкольного образования.

Слепой ребенок дошкольного возраста:

- понимает роль занятий адаптивной физической культурой для сохранения своего здоровья;
- выражает свои потребности, значимые для здоровья и его сохранения с использованием вербальных средств общения;
- проявляет волевые усилия, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками;
- может соблюдать правила безопасного поведения при занятиях адаптивной физической культурой;
- стремится к изучению себя, своих физических возможностей, представлений о физических возможностях других людей (сверстника и взрослого) и признаках здоровья человека;
- описывает свое самочувствие, привлекает внимание взрослых

в случае плохого самочувствия, возникновения недомогания с помощью вербальных средств общения;

- знает терминологию движений и положений в соответствии с возрастом;

- владеет навыками правильной, свободной, уверенной ходьбы, мобилен в знакомых предметно-пространственных зонах;

- сохраняет заданный темп (быстрый, средний, медленный) во время ходьбы;

- проявляет развитые кондиционные и координационные способности;

- владеет тонко координированными движениями, развита мелкая моторика рук, их мышечная сила;

- владеет основными произвольными движениями, умениями и навыками выполнения физических упражнений;

- выполняет точно, произвольно движения, переключается с одного движения на другое;

- выполняет движения в разном темпе, в различных комбинациях;

- соотносит упражнения друг с другом, дифференцирует различные виды упражнений;

- осуществляет элементарное планирование действий посредством речи вслух и про себя в ходе выполнения элементов спортивных упражнений;

- умеет организовывать выполнение упражнений под тактильно-двигательным контролем;

- умеет оценивать правильность и точность выполнения своих движений на основе тактильно-двигательного контроля и вербальной корректировки;

- умеет объяснить выполняемое упражнение, движение с помощью вербальных средств коммуникации;

- знает простые подвижные игры, и правила их проведения;
- умеет играть в подвижные игры с помощью взрослого;
- владеет мячом (держание, передача и др.);
- выполняет строевые упражнения, принимает основные положения и осуществляет движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами;
- умеет принимать правильную осанку;
- знает о назначении различных видов простых тренажеров;
- умеет занимать исходное положение на тренажере для выполнения упражнения;
- выполняет с помощью взрослого упражнения на простых тренажерах;
- умеет оценивать движения по времени (быстро – медленно) и степени мышечных усилий;
- владеет схемой тела, умениями и навыками ориентировки на себе, от себя и относительно других предметов;
- умеет использовать в пространственной ориентировке возможности сохранных анализаторов;
- выполняет гигиенические процедуры, элементарные предметно-практические действия по самообслуживанию и получает удовлетворение от самостоятельных действий и их результатов.

Слабовидящий ребенок и ребенок с функциональными нарушениями зрения дошкольного возраста:

- понимает роль адаптивной физической культуры для сохранения своего здоровья;
- выражает свои потребности, значимые для здоровья и его сохранения, с использованием вербальных и невербальных средств общения;

- проявляет волевые усилия, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками;
- может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены, гигиены зрения и оптических средств коррекции;
- стремится к изучению себя, своих физических возможностей, представлений о физических возможностях других людей (сверстника и взрослого) и признаках здоровья человека;
- описывает свое самочувствие, привлекает внимание взрослых в случае плохого самочувствия, возникновения недомогания с помощью вербальных и невербальных средств общения;
- знает терминологию простейших движений и положений;
- имеет сформированную общую и мелкую моторику;
- владеет навыками правильной, свободной, уверенной ходьбы, мобилен в знакомых и незнакомых предметно-пространственных зонах;
- сохраняет заданный темп во время ходьбы (медленный, средний, быстрый);
- проявляет развитые физические качества, координационные способности, зрительно-моторную координацию;
- владеет тонко координированными движениями, развита моторика рук, их мышечная сила;
- владеет основными движениями, умениями и навыками выполнения физических упражнений (доступных по медицинским показаниям);
- выполняет точно, произвольно движения, переключается с одного движения на другое;
- выполняет движения в разном темпе, в различных комбинациях;
- соотносит упражнения друг с другом, дифференцирует различные виды упражнений;

- умеет организовывать и выполнять упражнения под зрительно-двигательным контролем;
- умеет оценивать правильность и точность выполнения своих движений на основе зрительно-двигательного контроля, вербальной и невербальной корректировки;
- умеет объяснить выполняемое упражнение, движение с помощью вербальных и невербальных средств коммуникации;
- знает основные подвижные игры, и правила их проведения;
- умеет играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;
- владеет мячом (держание, прием, передача);
- выполняет строевые упражнения, принимает основные положения и осуществляет движения рук, ног, туловища без предметов и с предметами;
- умеет принимать правильную осанку;
- знает о назначении различных видов простых тренажеров;
- умеет занимать исходное положение на тренажере для выполнения упражнения;
- умеет выполнять упражнения на простых тренажерах;
- владеет схемой тела, умениями и навыками ориентировки на себе, от себя и относительно других предметов;
- владеет умениями и навыками зрительной пространственной ориентировки;
- обладает развитыми возможностями ориентировки с использованием сохранных анализаторов как компенсаторного механизма при выраженных нарушениях зрения;
- выполняет гигиенические процедуры и предметно-практические действия по самообслуживанию, проявляет настойчивость при их выполнении.

В соответствии с ФГОС ДО представленные целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке. Они не являются основой объективной

оценки соответствия достижений ребенка установленным требованиям образовательной деятельности и физической подготовки.

Дети с нарушениями зрения исходно могут демонстрировать качественно неоднородные уровни двигательного, речевого и познавательного развития. Поэтому целевые ориентиры должны учитывать возрастные возможности, степень выраженности нарушений, а также индивидуально-типологические особенности ребенка. Степень реального развития этих характеристик и способности ребенка с нарушениями зрения их проявлять к моменту перехода на следующий уровень образования могут существенно варьировать у разных детей в силу различной степени и характера, а также времени наступления нарушения зрения и длительности коррекционно-развивающего сопровождения, своевременности и эффективности лечебно-восстановительной работы, различий в условиях жизни и индивидуально-типологических особенностей развития конкретного ребенка с нарушениями зрения.

Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников. Образовательной программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей. Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития дошкольников с нарушениями зрения, результаты которой фиксируются в таблицах наблюдений детского развития.

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений.

В начале (3-4-я неделя сентября), в середине (декабрь) и в конце (3-4-я неделя апреля) каждого учебного года проводится мониторинг физической подготовленности детей. Физическая подготовленность, включающая основные физические качества, является наиболее важным компонентом мониторинга.

Мониторинг физической подготовленности слепых детей ориентирован на их индивидуальные достижения.

При проведении мониторинга необходимо ориентироваться на рекомендации офтальмолога и учитывать противопоказания при некоторых зрительных нарушениях. При увеите, косоглазии, угрозе отслойки сетчатки, дистрофии роговицы, миопии высокой степени, подвывихе хрусталика для детей с нарушением зрения предусматриваются ограничения при выполнении резких наклонов, интенсивных прыжков на жесткой поверхности, упражнений с отягощением, акробатических упражнений (кувырки, висы вниз головой), а также соскоков со снарядов, упражнений с сотрясением тела и наклонным положением головы и резких перемещений положения тела.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Особенности образовательной деятельности

Занятия по адаптивной физической культуре организуются не менее 3 раз в неделю. Для детей 5-7 лет один раз в неделю следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности (НОД) для детей от 3-4 лет – не более 15 минут, 4-5 лет – не более 20 минут, от 5 до 6 лет – не более 25 минут, для детей 6-7 лет – не более 30 минут. Перерывы между периодами НОД – не менее 10 минут. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня, после дневного сна.

Примерная рабочая программа составлена в соответствии с требованиями СанПиН.

Количество занятий в рамках непосредственно образовательной деятельности

| Возрастная группа | Количество НОД в неделю / время | Количество НОД в месяц / время | Количество НОД в год / время |
|-------------------------|---------------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| Младшая группа | 3/45 мин. | 12/180 мин. | 108/1620 мин. |
| Средняя группа | 3/60 мин. | 12/240 мин. | 108/2160 мин. |
| Старшая группа | 3/75 мин. | 12/300 мин. | 108/2700 мин. |
| Подготовительная группа | 3/90 мин. | 12/360 мин. | 108/3240 мин. |

Специфические требования к организации занятий по адаптивной физической культуре заключаются в следующем:

- учет зрительного диагноза (основного и дополнительного) при организации режима физических нагрузок;
- применение специальных методов и приемов обучения, связанных с показом и демонстрацией движений и практических действий, использование укрупненного и/или рельефного иллюстрационного материала;
- общеразвивающие гимнастические упражнения направлены на развитие координации движений и двигательных качеств. Упражнения на формирование правильной осанки направлены на коррекцию дефектов опорно-двигательного аппарата;
- создание условий для повышения двигательной активности воспитанников, в том числе в обеспечении возможности участия в подвижных играх;
- особое место в программе должны занимать основные виды движений, относящиеся к разряду жизненно важных двигательных умений и навыков. Необходимо научить детей правильно и уверенно выполнять эти движения в изменяющихся условиях повседневной жизни;
- систематическая коррекционная работа по формированию умений и навыков ориентировки в пространстве;
- занятия по адаптивной физической культуре дошкольников с нарушениями зрения должны органично сочетаться с другими видами образовательной деятельности (ритмика, физкультпаузы, музыкальные занятия), а также с организованной взрослыми самостоятельной двигательной деятельностью детей.

2.2. Интеграция с другими образовательными областями

Образовательный процесс в ДОО строится на принципах интеграции образовательных областей. Данная рабочая программа интегрирует в себе такие образовательные области, как социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие и физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие

Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос, выражать свои пожелания в проблемных моментах и эмоции. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие

Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие

Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие

Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером музыки.

2.3. Задачи образовательной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся

Формирование начальных представлений о ЗОЖ и физической культуре в младшей группе (3-4 года)

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма. Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения. Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура. Развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног. Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить отталкиваться двумя ногами и приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15-20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании.
Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры. Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами. Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений. Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений. Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

Формирование начальных представлений о ЗОЖ и физической культуре в средней группе (4-5 лет)

Продолжать знакомство детей с частями тела и органами чувств человека.

Формировать представление о значении частей тела и органов чувств для жизни и здоровья человека (руки делают много полезных дел; ноги помогают двигаться; рот говорит, ест; зубы жуют; язык помогает жевать, говорить; кожа чувствует; нос дышит, улавливает запахи; уши слышат).

Воспитывать потребность в соблюдении режима питания, употреблении в пищу овощей и фруктов, других полезных продуктов. Формировать представление о необходимых человеку веществах и витаминах. Расширять

представления о важности для здоровья сна, гигиенических процедур, движений, закаливания.

Знакомить детей с понятиями «здоровье» и «болезнь». Развивать умение устанавливать связь между совершаемым действием и состоянием организма, самочувствием («Я промочил ноги на улице, и у меня начался насморк»).

Формировать умение оказывать себе элементарную помощь при ушибах, обращаться за помощью к взрослым при заболевании, травме. Формировать представления о здоровом образе жизни; о значении физических упражнений для организма человека. Продолжать знакомить с физическими упражнениями на укрепление различных органов и систем организма.

Физическая культура. Формировать правильную осанку. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки детей, умение творчески использовать их в самостоятельной двигательной деятельности. Развивать координацию движений и умение удерживать равновесие.

Закреплять и развивать умение ходить и бегать с согласованными движениями рук и ног.

Учить лазать и перелезать через предметы. Учить перелезать с одного пролета гимнастической стенки на другой (вправо, влево).

Учить энергично отталкиваться и правильно приземляться в прыжках на двух ногах на месте и с продвижением вперед, ориентироваться в пространстве. В прыжках в длину и высоту с места учить сочетать отталкивание со взмахом рук, при приземлении сохранять равновесие. Учить прыжкам через короткую скакалку.

Закреплять умение принимать правильное исходное положение при метании, отбивать мяч о землю правой и левой рукой, бросать и ловить его кистями рук (не прижимая к груди).

Учить построениям, соблюдению интервала, соблюдению дистанции во время передвижения.

Развивать физические качества: равновесие, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость и др. Учить выполнять ведущую роль в подвижной игре, осознанно относиться к выполнению правил игры.

Во всех формах организации двигательной активности развивать у детей организованность, самостоятельность, инициативность, умение поддерживать дружеские взаимоотношения со сверстниками.

Подвижные игры. Продолжать развивать активность детей в играх с мячами, скакалками, обручами и т. д. Развивать гибкость, ловкость, пространственную ориентировку, быстроту. Воспитывать самостоятельность и инициативность в организации знакомых игр. Приучать к выполнению действий по сигналу.

Формирование начальных представлений о ЗОЖ и физической культуре в старшей группе (5-6 лет)

Продолжать формировать начальные представления о здоровом образе жизни. Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть цитрусовые – у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье. Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека. Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к заболевшим товарищам.

Формировать умение характеризовать свое самочувствие. Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом. Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения. Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура. Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения. Совершенствовать двигательные умения и навыки детей. Развивать скоростные, силовые способности, выносливость, гибкость. Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры. Продолжать развивать навык бега наперегонки, с преодолением препятствий.

Продолжать развивать навык лазания по гимнастической стенке разноименным способом.

Продолжать формировать навык прыжка в длину на мягкое покрытие, сохранения равновесия при приземлении.

Продолжать формировать навык сочетания замаха с броском при метании, подбрасывания и ловли мяча одной рукой, отбивания его правой и левой рукой на месте и ведения при ходьбе.

Закреплять навык ориентировки в большом пространстве. Продолжать развивать координацию движений, зрительные функции организма.

Познакомить с элементами спортивных игр, играми с элементами соревнования, продолжать формировать знания правил игр-эстафет. Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Продолжать формировать навык помощи взрослым при подготовке физкультурного инвентаря к занятиям физическими упражнениями, уборки его

на место. Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать формировать навык самостоятельной организации знакомых подвижных игр, проявляя инициативу и творчество.

Формирование начальных представлений о ЗОЖ и физической культуре в подготовительной группе (6-7 лет)

Продолжать формировать представления о здоровом образе жизни. Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим). Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем. Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье.

Физическая культура. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. Закреплять умения сохранять правильную осанку в различных видах деятельности. Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения. Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Добиваться активного движения кисти руки при броске в метании вдаль. Продолжать формировать умения быстрого перестроения на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном педагогом темпе.

Развивать силовые, скоростные, координационные способности (включая статическое и динамическое равновесие, ориентировку в пространстве), выносливость, гибкость.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений. Продолжать формировать умение следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию. Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Развивать умения детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию физических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Продолжать развивать навыки детей в самостоятельной организации подвижных игр, в придумывании собственных игр, вариантов игр. Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол), познакомить с элементами спортивных игр.

2.4. Содержание образовательной деятельности

Младшая группа (3-4 года)

Создание условий для приобретения опыта:

- становления основных движений, двигательных умений и навыков, а также развития физических качеств во всех видах двигательной активности;
- формирования правильной осанки в процессе осуществления двигательной деятельности и жизнедеятельности;

– ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений.

Создание условий для приобретения опыта:

– развития самостоятельности и творчества при выполнении физических упражнений, в подвижных играх;

– самостоятельного, инициативного участия в подвижных играх;

– осознанного выполнения движений;

– использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования.

Построения. Выполняются с помощью педагога. Дети строятся без равнения: в шеренгу, вдоль каната или веревки, положенной на пол по прямой линии, друг за другом, держась за веревку рукой, в колонну друг за другом, в круг.

Ходьба. Выполняется по подражанию действиям педагога и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов: стайкой вслед за педагогом и к педагогу; группой вдоль зала к противоположной стене, за педагогом и самостоятельно – из исходного положения стоя вдоль стены лицом к залу; друг за другом вдоль каната за педагогом, а затем и самостоятельно друг за другом, держась рукой за веревку; по дорожке из каната самостоятельно; парами, взявшись за руки; на носках, на пятках; с изменением положения рук (вверх, в стороны, на пояс).

Бег. Выполняется по подражанию действиям педагога и самостоятельно с использованием звуковых сигналов: стайкой за взрослым; группой вдоль зала к противоположной стене – из исходного положения стоя вдоль стены лицом к залу; по кругу вдоль каната за воспитателем и самостоятельно; с остановками по окончании звуковых сигналов; друг за другом за воспитателем; самостоятельно друг за другом по кругу; друг за другом по кругу с остановками по окончании звуковых сигналов.

Прыжки. Выполняются по показу и с помощью педагога: подпрыгивания на носках на месте с поворотом; подпрыгивания на носках с небольшим продвижением вперед (расстояние 1,5-2 м); перепрыгивание через положенную на пол веревку, канат; мягкое спрыгивание с приподнятого края доски (высота 10-15 см); спрыгивание со скамейки (высота 20-25 см) на полусогнутые ноги, держась за руку педагога.

Ползание, лазанье. Выполняются со страховкой и с помощью педагога по звуковому сигналу: ползание по ковровой дорожке, по доске, положенной на пол (ширина 30-35 см), по наклонной доске (высота 20-25 см), с подползанием под веревку (высота 30-35 см), по скамейке; лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; перелезание через 1-2 скамейки (расстояние между ними 1-1,5 м); пролезание между рейками лестничной пирамиды или вышки.

Упражнения для формирования правильной осанки. Выполняются по подражанию действиям педагога, и со страховкой взрослого по звуковому сигналу: подтягивание по скамейке или наклонной доске двумя руками, лежа на животе (высота приподнятого края доски 20-25 см); катание среднего мяча к стене, лежа на животе (используется перевернутая скамейка); катание среднего мяча к воспитателю, лежа на животе; катание среднего мяча друг другу, лежа на животе; катание каната стопами сидя; топтание на канате стопами сидя и стоя (поперек каната); ходьба боком приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки; ходьба боком приставными шагами по канату.

Упражнения для развития равновесия. Выполняются по показу и с помощью инструктора: ходьба вдоль каната, положенного змейкой; ходьба по доске (ширина 25-30 см); ходьба по доске с приподнятым краем (высота 10-15 см); ходьба по гимнастической скамейке (высота 25 см) с соскоком в конце нее, держась за руку воспитателя; ходьба друг за другом на носках и пятках с изменением положения рук (вверх, на пояс); движения головы – повороты

вправо-влево, наклоны вперед-назад; ходьба с перешагиванием через 5-6 строительных (высота 5-7 см) кубиков; кружение на месте переступанием; кружение с последующим приседанием по звуковому сигналу; ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол.

Средняя группа (4-5 лет)

Создание условий для приобретения опыта:

– совершенствования основных движений, двигательных умений и навыков (по линии изменения темпа, ритма их выполнения, чередования, ориентации в пространстве, координации выполнения движений, удержания равновесия), а также физических качеств во всех видах двигательной активности;

– сохранения правильной осанки в процессе осуществления двигательной деятельности и жизнедеятельности;

– красивого, грациозного и ритмичного выполнения упражнений, сочетания движения с музыкой, демонстрации культуры освоения основных движений.

Овладение подвижными играми с правилами.

Создание условий для приобретения опыта:

– совершенствования катания на санках, двухколесном велосипеде, участия в спортивных играх;

– самостоятельного, инициативного участия в подвижных играх;

– организации подвижных игр, игр-соревнований, соблюдения их правил;

– осознанного выполнения движений;

– использования спортивного инвентаря и физкультурного оборудования.

Построения. Выполняются с помощью педагога и самостоятельно без равнения: в шеренгу, вдоль каната (веревки), в колонну по одному, в круг.

Ходьба. Выполняется за педагогом и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов: группой к противоположной стене зала; вдоль каната, положенного по кругу, друг за другом; по кругу друг за другом с остановками по окончании звуковых сигналов; парами, взявшись за руки, на носках, на пятках, с изменением положения рук (вверх, в стороны, на пояс), ходьба с изменением направления.

Бег. Выполняется по подражанию за педагогом и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов: группой к противоположной стене; друг за другом вдоль каната по кругу; друг за другом, за воспитателем и самостоятельно с остановками по окончании звуковых сигналов; друг за другом с огибанием 5-6 стульев, поставленных в ряд, а также других предметов; с остановками и приседанием по окончании звуковых сигналов; врассыпную; чередование бега с ходьбой в соответствии с частотой звуковых сигналов, бег с изменением направления.

Прыжки. Выполняются по подражанию и с помощью педагога: подпрыгивания на носках на месте с поворотами; подпрыгивания на носках с небольшим продвижением вперед (расстояние 1,5-2 м); перешагивание через положенную на пол веревку, канат; мягкое спрыгивание с приподнятого края доски (высота 10-15 см); спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги, держась за руку педагога (высота 20-25 см); спрыгивание с приподнятого края доски (высота 5-10 см), с наклонной доски (высота 15-20 см), со скамейки, держась за руку педагога (высота 20-25 см); перепрыгивание через канат, гимнастическую палку, через веревку, натянутую над полом (высота 5-10 см); прыжки в длину с места через шнуры, положенные на пол, через начерченный «ручеек» (ширина 25-30 см).

Ползание, лазанье. Выполняются по показу, с помощью взрослого и со страховкой: ползание на четвереньках, с подползанием под натянутую над полом веревку (высота 30-35 см); ползание на четвереньках по гимнастической

скамейке (с опорой на кисти и колени); «обезьяний бег» (быстрое передвижение на полу с опорой на кисти рук и стопы); ползание по ковровой дорожке, по скамейке, по наклонной доске (высота приподнятого края 25-30 см); лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; перелезание через две гимнастические скамейки, стоящие параллельно (расстояние 1,5-2 м); пролезание между рейками лестничной пирамиды (или вышки).

Упражнения для формирования правильной осанки выполняются по подражанию действиям педагога, с его помощью: лазанье по гимнастической стенке (высота 2 м); подтягивание на руках по скамейке, по наклонной доске, лежа на животе (высота приподнятого края 20-25 см), катание среднего мяча педагогу, лежа на животе (используется перевернутая на бок скамейка), катание среднего мяча друг другу, лежа на животе (расстояние до 1 м); бросок среднего мяча воспитателю через натянутую веревку, лежа на животе (высота 10-15 см); движение рук в стороны, прогнувшись лежа на животе, а также заведение рук за спину по звуковому сигналу; ходьба по доске с мешочком песка на голове; сидя лицом к гимнастической стенке, держась носками за нижнюю рейку, ложиться по звуковому сигналу: «обезьяний бег» (с опорой кистями рук и стопами о пол); «лягушка» – мягкие подпрыгивания с продвижением вперед, опираясь руками о края скамейки, ногами – о пол (скамейка между ногами); топтание на канате, на палке, стоя стопами поперек; ходьба боком приставными шагами по канату, по гимнастической палке; ходьба приставными шагами по нижней рейке гимнастической стенки (2-3 пролета); катание каната стопами сидя; поочередные сгибания, разгибания и вращения стоп сидя.

Упражнения для развития равновесия выполняются по подражанию действиям педагога, с его помощью: ходьба вдоль каната, положенного змейкой, ходьба по доске (ширина 25-30 см), ходьба по доске с приподнятым краем (высота 15-20 см), ходьба по гимнастической скамейке с соскоком в конце ее, держась за руку воспитателя (высота 25 см), ходьба друг за другом

на носках и на пятках с изменением положения рук (вверх, на пояс), движения головой (повороты вправо-влево), наклоны вперед, назад, кружение на месте переступанием, кружение с последующим приседанием по звуковому сигналу, ходьба с перешагиванием через рейки лестницы, положенной на пол; ходьба друг за другом с высоким подниманием колен; сохранение равновесия в положении стоя на одной ноге, держась рукой за рейку гимнастической стенки.

Старшая группа (5-6 лет)

Основные движения.

Ходьба. Ходьба обычная, на носках (руки за голову), на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедра), перекатом с пятки на носок, приставным шагом вправо и влево. Ходьба в колонне по одному, по двое, вдоль стен зала с поворотом, с выполнением различных заданий воспитателя. Упражнения в равновесии. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, веревке (диаметр 1,5-3 см), по наклонной доске прямо и боком, на носках. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через набивные мячи, приседанием на середине, раскладыванием и собиранием предметов, прокатыванием перед собой мяча двумя руками, боком (приставным шагом), с мешочком песка на голове. Ходьба по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком (приставным шагом). Кружение парами, держась за руки.

Бег. Бег обычный, на носках, с высоким подниманием бедра (колена), мелким и широким шагом, в колонне по одному, по двое; змейкой, враспынную, с препятствиями. Непрерывный бег в течение 1,5-2 минут в медленном темпе, бег в среднем темпе на 80-120 м (2-3 раза) в чередовании с ходьбой; челночный бег 3 раза по 10 м. Бег на скорость: 20 м примерно за 5-5,5 секунды (к концу года – 30 м за 7,5-8,5 секунды). Бег по наклонной доске вверх и вниз на носках, боком, приставным шагом. Кружение парами, держась за руки.

Ползание и лазанье. Ползание на четвереньках змейкой между предметами в чередовании с ходьбой, бегом, переползанием через препятствия; ползание на четвереньках (расстояние 3-4 м), толкая головой мяч; ползание по гимнастической скамейке, опираясь на предплечья и колени, на животе, подтягиваясь руками. Перелезание через несколько предметов подряд, пролезание в обруч разными способами, лазанье по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа, перелезание с одного пролета на другой.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте (по 30-40 прыжков 2-3 раза) в чередовании с ходьбой, разными способами (ноги скрестно, ноги врозь, одна нога вперед – другая назад), продвигаясь вперед (на расстояние 3-4 м). Прыжки на одной ноге (правой и левой) на месте и продвигаясь вперед, в высоту с места прямо и боком через 5-6 предметов – поочередно через каждый (высота 15-20 см). Прыжки на мягкое покрытие высотой 20 см, прыжки в длину с места (не менее 80 см). Прыжки через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад, через длинную скакалку (неподвижную и качающуюся).

Бросание, ловля, метание. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (не менее 10 раз подряд); одной рукой (правой, левой не менее 4-6 раз); бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Перебрасывание мяча друг другу из разных исходных положений и построений, различными способами (снизу, из-за головы, от груди, с отскоком о пол от земли). Ведение мяча на месте и в движении (на расстояние 5-6 м), прокатывание набивных мячей (вес 1 кг). Метание предметов на дальность (не менее 5-9 м), в горизонтальную и вертикальную цель (центр мишени на высоте 1 м) с расстояния 3 м.

Групповые упражнения с перестроениями. Построение в колонну по одному, в шеренгу, круг; перестроение в колонну по двое, по трое; равнение в затылок, в колонне, в шеренге. Размыкание в колонне – на вытянутые руки вперед, в шеренге – на вытянутые руки в стороны. Повороты направо, налево, кругом переступанием, прыжком.

Ритмическая гимнастика. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения кистями, круговые движения предплечьем, круговые движения руками. Рывки руками (руки перед грудью с отведением в стороны).

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Поднимать руки вверх и опускать вниз, стоя у стены и касаясь ее затылком, плечами, спиной, ягодицами и пятками. Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, прижавшись к гимнастической стенке и взявшись руками за планку на уровне пояса. Поворачиваться в стороны, держа руки на поясе, отводя в стороны; махи ногами вперед, назад, в стороны у гимнастической стенки или танцевального станка. Из положения лежа подтягивать голову и ноги к груди (группироваться).

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Переступать на месте, не отрывая носки ног от пола. Приседать (с каждым разом все ниже), поднимая руки вперед, вверх, отводя их за спину, выполнять выпад вперед, в сторону (держа руки на поясе, совершая руками движения вперед, в сторону, вверх). Захватывать предметы пальцами ног, приподнимать и опускать их; перекладывать, передвигать их с места на место. Переступать приставным шагом в сторону на пятках, опираясь носками ног о палку (канат).

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на гимнастической скамейке на носках, приседая на носках; сохранять равновесие после бега и прыжков (приседая на носках, руки в стороны), стоя на одной ноге, руки на поясе.

Подвижные игры. «Найди мячик», «Узнай фигуру», «Паровозик», «Попади в мишень», «Догони меня», «Горячий мяч» (подробное описание игр с методическими рекомендациями представлено в пособии Л.В. Шапковой

«Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии»).

Элементы спортивных упражнений. Катание на санках. Катать друг друга на санках. Выполнять поднятие на горку с санками самостоятельно. Скольжение. Скользить по ледяным дорожкам с разбега, приседая и вставая во время скольжения. Катание на беговеле, велосипеде и самокате. Самостоятельно кататься на двухколесном велосипеде по прямой, выполнять повороты налево и направо. Кататься на самокате, отталкиваясь правой и левой ногой.

Элементы баскетбола. Передача мяча друг другу двумя руками от груди, ведение мяча правой, левой рукой, бросок мяча в корзину двумя руками от груди. Элементы бадминтона. Отбивать волан ракеткой, направляя его в определенную сторону. Играть в паре с воспитателем. Элементы футбола. Прокатывать мяч правой и левой ногой в заданном направлении. Обводить мяч вокруг предметов; закатывать в лунки, ворота; передавать ногой друг другу в парах. Элементы хоккея. Прокатывать шайбу клюшкой в заданном направлении, закатывать ее в ворота. Прокатывать шайбу друг другу в парах.

Подвижные игры. С бегом: «Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы веселые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Встречные перебежки», «Пустое место», «Затейники», «Бездомный заяц».

С прыжками: «Не оставайся на полу», «Кто лучше прыгнет?», «Удочка», «С кочки на кочки», «Кто сделает меньше прыжков?», «Классы».

С лазаньем и ползанием: «Кто скорее доберется до флажка?», «Медведь и пчелы», «Пожарные на ученье».

С метанием: «Охотники и зайцы», «Брось флажок», «Попади в обруч», «Сбей мяч», «Сбей кеглю», «Мяч водящему», «Школа мяча», «Серсо».

Эстафеты. «Эстафета парами», «Пронеси мяч, не задев кеглю», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий». «Посадка картошки».

С элементами соревнования (эстафеты). «Кто скорее пролезет через обруч к флажку?», «Кто быстрее?», «Кто выше?»

Народные игры. «Гори, гори ясно!» и др.

Подготовительная группа (6-7 лет)

Основные движения Ходьба. Ходьба обычная, на носках с разными положениями рук, на пятках, на наружных сторонах стоп, с высоким подниманием колена (бедр), широким и мелким шагом, приставным шагом вперед и назад, гимнастическим шагом, перекатом с пятки на носок; ходьба в полуприседе. Ходьба в колонне по одному, по двое, по трое, в шеренге. Ходьба в разных направлениях: по кругу, по прямой, с поворотами, змейкой, враспынную. Ходьба в сочетании с другими видами движений.

Упражнения в равновесии. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом; приседая на одной ноге и пронося другую махом вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу и делая под ней хлопок; с остановкой посередине и перешагиванием (палки, веревки), с приседанием и поворотом кругом, с перепрыгиванием через ленточку. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки, по веревке (диаметр 1,5-3 см) прямо и боком.

Бег. Бег обычный, на носках, высоко поднимая колени, бег с захлестыванием голени назад, бег на прямых ногах «ножнички», бег с подскоком. Бег в колонне по одному, по двое, из разных исходных положений, в разных направлениях, с различными заданиями, с преодолением препятствий. Бег со скакалкой, с мячом, по доске, бревну, в чередовании с ходьбой, прыжками, с изменением темпа. Непрерывный бег в течение 2-3 минут. Бег со средней скоростью на 80-120 м (2-4 раза) в чередовании с ходьбой. Бег на скорость: 30 м примерно за 6,5-7,5 секунды к концу года.

Ползание, лазанье. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке, бревну; ползание на животе и спине по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами. Пролезание в обруч разными способами; подлезание под дугу. Лазанье по гимнастической стенке с изменением темпа, сохранением координации движений, использованием перекрестного и одноименного движения рук и ног, перелезанием с пролета на пролет по диагонали.

Прыжки. Прыжки на двух ногах: на месте (разными способами) по 30 прыжков 3-4 раза в чередовании с ходьбой, с поворотом кругом, продвигаясь вперед на 5-6 м. Прыжки через 6-8 набивных мячей последовательно через каждый; на одной ноге через линию, веревку вперед и назад, вправо и влево, на месте и с продвижением. Прыжки вверх из глубокого приседа. Прыжки в длину с места (около 100 см), вверх с места, доставая предмет. Прыжки через короткую скакалку разными способами, прыжки через длинную скакалку по одному, прыжки через большой обруч (как через скакалку).

Бросание, ловля, метание. Перебрасывание мяча друг другу снизу, из-за головы (расстояние 3-4 м), из положения сидя ноги скрестно; через сетку. Бросание мяча вверх, о землю, ловля его двумя руками (не менее 20 раз), одной рукой (не менее 10 раз), с хлопками, поворотами. Отбивание мяча правой и левой рукой поочередно на месте и в движении. Ведение мяча в разных направлениях. Метание на дальность (6-12 м) левой и правой рукой. Метание в цель из разных положений (стоя, стоя на коленях, сидя), метание в горизонтальную и вертикальную цель (с расстояния 4-5 м), метание в движущуюся цель.

Групповые упражнения с перестроениями. Построение (самостоятельно) в колонну по одному, в круг, шеренгу. Перестроение в колонну по двое, по трое в движении, из одного круга в несколько (в 2-3 круга). Расчет на «первый-второй» и перестроение из одной шеренги в две; равнение в колонне, шеренге,

круге; размыкание и смыкание приставным шагом; повороты направо, налево, кругом.

Ритмическая гимнастика. Выполнение физических упражнений под музыку. Согласование ритма движений с музыкальным сопровождением.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения для кистей рук, развития и укрепления мышц плечевого корсета. Поднимать руки вверх, вперед, в стороны, вставая на носки (из положения основная стойка – правая нога сзади на передней части стопы, отставляя ногу назад на носок, прижимаясь к стенке; поднимать руки вверх из положения руки к плечам. Поднимать и опускать плечи; энергично разгибать согнутые в локтях руки (пальцы сжаты в кулаки), вперед и в стороны; отводить локти назад (рывки 2-3 раза) и выпрямлять руки в стороны из положения руки перед грудью; выполнять круговые движения согнутыми в локтях руками (кисти у плеч). Вращать обруч одной рукой вокруг вертикальной оси, на предплечье и кисти руки перед собой и сбоку; вращать кистями рук. Разводить и сводить пальцы; поочередно соединять все пальцы с большим.

Упражнения для развития и укрепления мышц спины и гибкости позвоночника. Опускать и поворачивать голову в стороны. Поворачивать туловище в стороны, поднимая руки вверх – в стороны из положения руки к плечам (руки из-за головы). В упоре сидя поднимать обе ноги (оттянув носки), удерживая ноги в этом положении; переносить прямые ноги через скамейку, сидя на ней в упоре сзади. Из положения лежа на спине (закрепив ноги) переходить в положение сидя и снова в положение лежа. Прогибаться, лежа на животе. Из положения лежа на спине поднимать обе ноги одновременно, стараясь коснуться лежащего за головой предмета. Из упора присев переходить в упор на одной ноге, отводя другую ногу назад (носок опирается о пол). Поочередно поднимать ногу, согнутую в колене; поочередно поднимать прямую ногу стоя, держась за опору.

Упражнения для развития и укрепления мышц брюшного пресса и ног. Выставлять ногу вперед на носок скрестно: приседать, держа руки за головой; поочередно пружинисто сгибать ноги (стоя ноги врозь); приседать из положения ноги врозь, перенося массу тела с одной ноги на другую, не поднимаясь. Выполнять выпад вперед, в сторону; касаться носком выпрямленной ноги (мах вперед) ладони вытянутой вперед руки (одноименной и разноименной); свободно размахивать ногой вперед-назад, держась за опору. Захватывать ступнями ног палку посередине и поворачивать ее на полу.

Статические упражнения. Сохранять равновесие, стоя на скамейке, кубе на носках, на одной ноге, закрыв глаза. Выполнять общеразвивающие упражнения, стоя на левой или правой ноге и т. п.

Подвижные игры. «Найди мячик», «Узнай фигуру», «Паровозик», «Попади в мишень», «Догони меня», «Горячий мяч» (подробное описание игр с методическими рекомендациями представлено в пособии Л.В. Шапковой «Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии»).

Элементы спортивных упражнений. Катание на санках. Во время спуска на санках с горки поднимать заранее положенный предмет (кегля, флажок, снежок и др.). Выполнять разнообразные игровые задания (проехать в воротца, попасть снежком в цель, выполнить поворот). Участвовать в играх-эстафетах с санками. Скольжение. Скользить с разбега по ледяным дорожкам стоя.

Катание на велосипеде и самокате. Кататься на двухколесном велосипеде по прямой, по кругу, змейкой; тормозить. Свободно кататься на самокате.

Подвижные игры с элементами спортивных упражнений. Элементы футбола. Передавать мяч друг другу, отбивая его правой и левой ногой, стоя на месте. Вести мяч змейкой между расставленными предметами, попадать в предметы, забивать мяч в ворота. Элементы хоккея (без коньков – на снегу, на траве). Вести шайбу клюшкой, не отрывая ее от шайбы. Прокатывать шайбу

клюшкой друг другу, задерживать шайбу клюшкой. Вести шайбу клюшкой вокруг предметов и между ними. Забивать шайбу в ворота, держа клюшку двумя руками (справа и слева). Попадать шайбой в ворота, ударять по шайбе с места и после ведения. Элементы бадминтона. Перебрасывать волан на сторону партнера без сетки, через сетку (правильно держа ракетку). Свободно передвигаться по площадке во время игры. Элементы настольного тенниса. Выполнять подготовительные упражнения с ракеткой и мячом: подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать мяч от ракетки несколько раз.

2.5. Система физкультурно-оздоровительной работы

Система физкультурно-оздоровительной работы включает:

1. Использование вариативных режимов дня.
2. Разнообразные виды режима двигательной активности воспитанников.
3. Систему работы с детьми по формированию основ гигиенических знаний и здорового образа жизни:
 - развитие представлений и навыков здорового образа жизни;
 - воспитание общих и индивидуальных гигиенических навыков, интереса, любви к физической активности;
 - формирование основ безопасности жизнедеятельности;
4. Оздоровительное и лечебно-профилактическое сопровождение.

Формы двигательной активности детей

| Организационная форма | Кто проводит | Время проведения | Место проведения |
|------------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|
| Утренняя гимнастика | Воспитатели групп | Ежедневно утром | Группа |

| | | | |
|---|--|--|---|
| Физкультминутки, физкультпаузы, в том числе пальчиковая гимнастика | Воспитатели групп, инструктор по АФК | Ежедневно во время непосредственно образовательной деятельности | Группа, спортивный зал |
| Динамические паузы | Воспитатели групп | Ежедневно между различными видами непосредственно образовательной деятельности | Группа |
| Адаптивная физическая культура | Инструктор по АФК | По расписанию | Спортивный зал / спортивная площадка на улице |
| Самостоятельная двигательная деятельность детей в помещении и на прогулке | Воспитатели групп (наблюдение, оказание помощи по просьбе детей) | Ежедневно | Группа, игровая площадка, спортивный зал |
| Детские развлечения и физкультурные досуги | Воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор АФК | 2 раза в месяц, во второй половине дня | Группа, музыкальный зал, спортивный зал |
| Физкультурные праздники | Инструктор АФК, музыкальный руководитель | 3 раза в год | Спортивный зал, на территории ДОО (на улице) |

| | | | |
|---|---|-----------------------|---|
| Подвижные игры | Воспитатели групп, музыкальный руководитель | Ежедневно | Группа, музыкально-спортивный зал, игровая площадка |
| Игры с элементами спорта (старший дошкольный возраст) | Воспитатели групп, инструктор по АФК | По календарному плану | Музыкально-спортивный зал, игровая площадка |
| Дни здоровья | В подготовке сценария и проведении участвуют педагоги ДОО | 1 раз в месяц | Музыкально-спортивный зал, игровая площадка |

Комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий

| Организационная форма | Ответственный | Время проведения | Место проведения |
|---|--|-------------------------|-------------------------|
| Гимнастика после сна | Воспитатель | Ежедневно | Группа |
| Гимнастика для глаз (неспецифические комплексы) | Воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по АФК | Ежедневно | Группа, спортивный зал |
| Воздушные закаливающие процедуры | Врач, медсестра, воспитатели групп (по инструкции врача) | Ежедневно | Группа |

| | | | |
|--|--|--|------------------------|
| Свето-воздушные ванны | Врач, медсестра, воспитатели групп (по инструкции врача) | Летний период | Игровая площадка |
| Дыхательная гимнастика (неспецифические комплексы) | Воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор по АФК | Ежедневно | Группа, спортивный зал |
| Прогулки | Воспитатели групп | В соответствии с режимом и погодными условиями | Игровая площадка |
| Массаж стоп – ходьба босиком по массажным коврикам, ребристым дорожкам | Воспитатели групп, инструктор по АФК | В соответствии с режимом | Группа, спортивный зал |
| Режим теплового комфорта выбора одежды для пребывания детей в группе, на занятиях АФК, во время прогулок | Воспитатели групп, | Постоянно | Группа, спортивный зал |

| | | | |
|-------------------------------------|------------------------------|--------------------------|------------------------------|
| Режим проветривания | Медсестра, воспитатели групп | В соответствии с режимом | Группа |
| Витаминно-профилактический комплекс | Медсестра | В течение года | Витаминизация третьего блюда |

Объем лечебно-оздоровительной работы и коррекционной помощи детям регламентируется индивидуально, в соответствии с медико-педагогическими рекомендациями.

2.6. Особенности взаимодействия специалистов образовательной организации

Взаимодействие с медицинскими работниками

В современных условиях полноценное воспитание и развитие ребенка с ОВЗ возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной образовательной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинских работников ДОО.

Основными проблемами, требующими совместной деятельности, являются следующие.

Оценка физического состояния воспитанников. В начале года, после оценки физического развития и здоровья детей, врач и медицинская сестра заполняют листы здоровья, определяют медицинскую группу для занятий физической культурой, дают рекомендации по физическому развитию и двигательному режиму каждого ребенка.

Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем. Разработка рекомендаций к построению педагогического процесса с детьми. Выделение дифференцированных групп детей, требующих

коррекционной работы. Контроль за организацией щадящего режима занятий для детей, перенесших заболевания.

Медицинский работник систематически осуществляет врачебно-педагогический контроль на занятиях по адаптивной физической культуре, проводит качественный и количественный контроль эффективности занятия.

Оказывает помощь по формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ.

Взаимодействие с воспитателями

Инструктор по адаптивной физической культуре оказывает методическую помощь воспитателю по различным вопросам физического развития и воспитания детей.

Совместно с воспитателем:

- планирует и организует образовательную деятельность по физическому воспитанию;
- планирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня;
- разрабатывает и организует информационную работу с родителями;
- 2-3 раза в год (в начале (в начале и в середине) и в конце года) проводит обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.

Инструктор по АФК консультирует по вопросам физического воспитания воспитателя и других педагогов ДОО (проводит различные консультации, выступает на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т. д.).

Взаимодействие с музыкальным руководителем

Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее

настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, привлекает внимание детей.

Основными вопросами, требующими совместной деятельности являются:

- оказание помощи в подборе музыкального сопровождения к различным упражнениям и играм;
- совместное проведение музыкально-спортивных праздников, развлечений и физкультурных досугов;
- разучивание с детьми танцевальных движений, развитие пластики, чувства ритма.

Взаимодействие с тифлопедагогом

Дети с нарушениями зрения по физическому развитию отличаются от своих сверстников нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, низкой ориентировкой в пространстве.

Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с обязательным учетом индивидуальных противопоказаний, коррекционно-воспитательных задач и рекомендаций тифлопедагога. Инструктор учитывает все рекомендации по зрительному режиму детей, ограничения в упражнениях и индивидуальные особенности детей (соматические заболевания).

Взаимодействие с педагогом-психологом (тифлопсихологом)

Дети дошкольного возраста с нарушениями зрения нуждаются в психологической помощи. Необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который содействует в подборе игр и упражнений детям гиперактивным, с тревожностью, вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервно-психическими расстройствами.

В занятия по адаптивной физической культуре включаются игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, использование выразительных движений, мимики и жестов.

Необходимым условием формирования навыков ориентировки в пространстве является развитие всех типов восприятия, видов внимания и памяти. Решение данных задач в процессе адаптивного физического воспитания также согласовывается специалистами.

2.7. Формы взаимодействия с семьей воспитанников

В основе взаимодействия педагогов ДОО с семьей воспитанника лежит парадигма сотрудничества, выражающаяся в формуле «понимание – поддержка и помощь – совместные действия». Основная цель – направление сотрудничества на удовлетворение потребностей участников педагогического процесса.

Задачи работы с семьей:

- формирование адекватного представления родителей о физических возможностях и проблемах ребенка;
- расширение зоны компетентности родителей, информированности в вопросах физического воспитания ребенка с нарушениями зрения;
- изменение представлений о родительской роли в воспитании ребенка с нарушениями зрения;
- формирование безоценочного принятия ребенка;
- исключение гиперболизации проблем ребенка;
- исключение ожидания «чуда» – исцеления;
- коррекция гиперопеки/гипоопеки;
- формирование навыков практической помощи ребенку при освоении двигательного действия;

- повышение двигательной активности ребенка и членов семьи;
- коррекция двигательных нарушений, имеющих у ребенка;
- предупреждение возникновения новых отклонений в состоянии здоровья ребенка, формирование у него игровой деятельности.

Формы работы с семьей

1. Привлечение родителей к проведению занятий по адаптивной физической культуре.
2. Привлечение родителей к рекреативным занятиям.
3. Демонстрация и обучение родителей приемам работы с ребенком.
4. Лекции (учет противопоказаний).
5. Консультации.
6. Обучающие семинары.
7. Круглые столы, дискуссии по проблемам физического воспитания детей с нарушениями зрения.
8. Совместная разработка программы физического воспитания ребенка.
9. Оформление стендов, фотовыставки.
10. Просмотр видеофильмов с последующим обсуждением.
11. Разработка плана семейных досугов.
12. Оказание помощи в создании коррекционно-развивающей среды.

Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

| № | Сроки | Тема |
|---|----------|--|
| 1 | Сентябрь | Консультация «Чистота – залог здоровья» Анкетирование: «Важность физической культуры в семье» |

| | | |
|---|---------|--|
| 2 | Октябрь | Консультация «Приобщение дошкольников к национальной культуре с помощью народных игр» Работа с родителями по привлечению к участию в празднике «Папа, мама, я – спортивная семья» |
| 3 | Ноябрь | Консультация «Закаливание детей» Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья» в образовательной организации |
| 4 | Декабрь | Консультация «Упражнения для осанки» Информационно-просветительская работа – оформление совместной фотовыставки «Мир движений» |
| 5 | Январь | Консультация «Как предупредить развитие плоскостопия у ребенка» Обучающий семинар – участие семьи в обучении детей здоровьесберегающим технологиям |
| 6 | Февраль | Консультация «Подвижные игры в любое время года» Информационно-просветительская работа – беседа на тему «Паралимпийское движение» |
| 7 | Март | Обучающий семинар – участие в проведении занятия по физическому воспитанию ребенка |
| 8 | Апрель | Информационно-просветительская работа – просмотр видеофрагментов по обучению приемам работы с детьми с нарушением зрения |
| 9 | Май | Родительский тренинг – взаимодействие с семьей – ответы на вопросы, перспективы на будущее |

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация образовательного процесса

Основной задачей организации образовательного процесса в контексте данной программы является создание условий для физического развития. Близкий к оптимальному уровень физического развития является значимым фактором для успешной социализации и последующей интеграции ребенка в общество. Становление детской идентичности, образа «Я» тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью. Для детей с нарушениями зрения характерно наличие факторов, ограничивающих физическое развитие и стремление к повышению уровня физической подготовленности и двигательной активности в целом. В этой связи образовательный процесс должен быть направлен на побуждение к целенаправленной двигательной активности, что выражается на практике в выполнении следующих рекомендаций:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности на занятиях АФК;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать,
- активизировать совместную физическую активность детей (как основу для формирования навыков продуктивного взаимодействия).

Образовательная среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь

возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Объем образовательной нагрузки (как непосредственно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) является примерным, дозирование нагрузки – условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в образовательных областях.

Общий объем самостоятельной деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН (3-4 ч в день).

Инструктор по АФК совместно с воспитателем дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

Кадровые условия реализации Программы

Педагогическая деятельность по реализации рабочей программы по адаптивной физической культуре для обучающихся с *нарушениями зрения* осуществляется лицами, отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам и имеющими специальную подготовку в области образования (в том числе инклюзивного), комплексной реабилитации, абилитации лиц с *нарушениями зрения* (курсы повышения квалификации или профессиональная переподготовка).

3.2. Учебный план по реализации рабочей программы ОО «Физическое развитие»

| | младшая группа | | | средняя группа | | |
|--|--|---------|-------|----------------|---------|-------|
| | Количество занятий в рамках непрерывной образовательной деятельности | | | | | |
| Образовательная область «Физическое развитие» | в неделю | в месяц | в год | в неделю | в месяц | в год |
| Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни | Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей и индивидуальной работы с детьми | | | | | |
| - занятия по адаптивной физической культуре | 3 | 12 | 108 | 3 | 12 | 108 |
| - физкультурный досуг | | 2 | 18 | | 2 | 18 |
| - праздники | | | 3 | | | 3 |

| | старшая группа | | | подготовительная группа | | |
|--|--|---------|-------|-------------------------|---------|-------|
| | Количество занятий в рамках непрерывной образовательной деятельности | | | | | |
| Образовательная область «Физическое развитие» | в неделю | в месяц | в год | в неделю | в месяц | в год |
| Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни | Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей и индивидуальной работы с детьми | | | | | |
| - занятия по адаптивной физической культуре | 3 | 12 | 108 | 3 | 12 | 108 |
| - физкультурный досуг | | 2 | 18 | | 2 | 18 |
| - праздники | | | 3 | | | 3 |

3.3. Материально-техническое обеспечение реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы соответствует:

– СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»,

– Правилам пожарной безопасности;

Средства обучения и воспитания подбираются в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями развития детей.

Занятия по адаптивной физической культуре проходят в физкультурном зале, который оснащен спортивным оборудованием и инвентарем:

Рекомендуемое оснащение физкультурного зала

| <i>Стандартное</i> |
|--|
| гимнастические скамейки |
| гимнастическая стенка |
| наклонная доска |
| канаты |
| ребристые дорожки |
| мишени напольные вертикальные озвученные |
| мишени навесные озвученные |
| веревка (2 × 2,5 м) |
| «воротики» (h 32 – 3шт., h 60 – 4 шт.) |
| флажки цветные |
| кегли |
| обручи пластмассовые Ø 50 см |
| обручи пластмассовые Ø 70 см |
| обручи пластмассовые Ø 90 см |

| |
|---|
| ленточки 50 см на кольцо |
| ленточки короткие |
| кубики мягкие |
| гимнастические палки деревянные |
| гимнастические палки пластмассовые |
| мячи резиновые Ø 20 см |
| мячи резиновые Ø 12 см |
| баскетбольный мяч № 2 или № 3 |
| прыжковая резинка |
| волейбольный мяч, диаметр 20 см и вес 400-450 г |
| мячи резиновые Ø 8 см (н – 40, с – 16) |
| фитбол-мячи |
| мячи пластмассовые |
| гантели пластмассовые |
| ориентиры |
| коврики для выполнения упражнения |
| магнитофон |
| CD-диски |
| информационно-тренажерная система «Тиса» |
| беговая дорожка |
| силовой |
| степ |
| велотренажер |
| мячи массажные |
| кольца массажные |
| ориентиры «кочки» |
| ориентиры «листки» |

| |
|---|
| ориентиры «следочки» |
| специальный спортивный инвентарь (адаптированные тренажеры, озвученные мячи, звуковые и световые мишени, звуковые браслеты, волейбольные и баскетбольные сетки с контрастной маркировкой) |

3.4. Учебно-методическое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение включает:

- наглядный материал (муляжи, макеты, укрупненные или рельефные изображения);
- дидактический материал «Виды спорта»;
- картотека различных видов оздоровительных гимнастик;
- картотека «Пантомимических этюдов и игр»;
- картотека музыкальных произведений;
- перспективные планы, конспекты занятий.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Авдеева Н.Н. Безопасность: учеб. пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – М.: АСТ-ЛТД, 1997.
2. Бернадская М.Э. Нарушения зрения у детей раннего возраста. Диагностика и коррекция: методич. пособие для педагогов и психологов, врачей и родителей. – М., 2007.
3. Бондаренко М.П. Ребенок с ретинопатией недоношенных в семье / под ред. В.З. Денискиной; Рос. гос. б-ка для слабовидящих. – М.: Рос. гос. б-ка для слабовидящих, 2011.
4. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет: Сборник игр и упражнений. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2012.
5. Васильева Е.М. Логические задачи как дидактическое средство развития зрительного восприятия старших дошкольников с амблиопией и косоглазием / Е.М. Васильева, Е.Н. Фидрикова // Актуальные проблемы социализации инвалидов по зрению. – СПб., 1999. – С. 32–38.
6. Германович О.Е. Декоративно-прикладное искусство как средство сенсорного развития дошкольников с косоглазием и амблиопией: [в дет. саду] // Актуальные вопросы специального образования / Федер. агентство по образованию, Мурманский гос. пед. ун-т. – Мурманск: МГПУ, 2008. – Вып. 5. – С. 58–61.
7. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении. – М.: Скрипторий 2003, 2004.
8. Денискина В.З. Образовательные потребности детей с нарушением зрения // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2013. – № 6. – С. 4–14.
9. Дружинина Л.А. Индивидуальный и дифференцированный подходы при организации коррекционной помощи детям с косоглазием и амблиопией:

автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03 / Ин-т коррекц. педагогики РАО. – М., 2000.

10. Ельникова Е.А. Коррекционно-педагогическая работа по развитию музыкально-ритмических движений у дошкольников с косоглазием и амблиопией: автореферат дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03 / Дагестанский гос. пед. ун-т. – М., 2000.

11. Жохов В.П. Реабилитация детей, страдающих содружественным косоглазием и амблиопией: метод. пособие / В.П. Жохов, И.А. Кормакова, Л.И. Плаксина; Всерос. об-во слепых. – М.: ВОС, 1989.

12. Замашнюк Е.В. Организационно-педагогическое обеспечение зрительной перцептивной готовности к учебной деятельности детей с амблиопией и косоглазием: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03. – СПб., 2005.

13. Кильпио Н.Н. 80 игр для детского сада. – Изд. 3-е, испр. и доп. – М.: Просвещение, 1973.

14. Ключанов Н.Н. Дорога, ребенок, безопасность: метод. пособие по правилам дорожного движения для воспитателей. – Ростов н/Д: Феникс, 2004.

15. Ключкова Е.В. Введение в физическую терапию: реабилитация детей с церебральным параличом и другими двигательными нарушениями неврологической природы. – М.: Теревинф, 2014.

16. Лапп Е.А. К вопросу о развитии речи дошкольников с амблиопией и косоглазием в специальной группе детского сада // Логопед в детском саду: науч.-метод. журнал. – 2005. – № 3(6). – С. 6–15.

17. Лапп Е.А. Особенности логопедической работы с дошкольниками с амблиопией и косоглазием // Логопед: науч.-метод. журнал. – 2005. – № 4. – С. 9–11.

18. Левченко И.Ю., Приходько О.Г., Гусейнова А.А. Коррекционно-развивающая работа с дошкольниками. – М.: Книголюб, 2008.

19. Лескова Г.П. Общеразвивающие упражнения в детском саду / Г.П. Лескова, П.П. Буцинская, В.И. Васюкова; под ред. Г.П. Лесковой. – М.: Просвещение, 1981.
20. Луконина Н.Н., Чадова Л.Е. Физкультурные праздники в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2004.
21. Материалы международной научно-практической конференции «Проблемы слепоглухих: опыт, задачи, перспективы». – М., 2015.
22. Мишин М.А. Занятия по мелкой моторике и зрительной гимнастике в дошкольном учреждении для детей с косоглазием и амблиопией / М.А. Мишин, И.А. Смирнова, З.Н. Тюбекина // Физ. воспитание детей с нарушением зрения в дет. саду и нач. школе: ежегод. науч.-метод. журнал. – 2003. – № 4. – С. 12–24.
23. Наумов М.Н. Обучение слепых пространственной ориентировке. – М., 1982.
24. Никулина Г.В. Дети с амблиопией и косоглазием: психол.-пед. основы работы по развитию зрительного восприятия в условиях образовательного учреждения общ. назначения: учеб. пособие / Г.В. Никулина, Л.В. Фомичева, Е.В. Артюкевич; Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена. – СПб.: Изд-во РГПУ, 1999.
25. Новичкова И.В. Коррекция недостатков развития речи у дошкольников с косоглазием и амблиопией: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03 / Ин-т коррекц. педагогики РАО. – М., 1997.
26. Новичкова И.В. Логопедическая работа со старшими дошкольниками, имеющими нарушения зрения // Дефектология. – 1994. – № 4. – С. 71–77.
27. Плаксина Л.И. Теоретические основы коррекционной помощи детям с косоглазием и амблиопией в условиях дошкольного образовательного

учреждения: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.10 / Ин-т коррекц. педагогики РАО. – М., 1998.

28. Плаксина Л.И. Теоретические основы коррекционной работы в детском саду для детей с нарушением зрения. – М.: Город, 1998.

29. Подколзина Е.Н. О семейном воспитании дошкольника с нарушением зрения // Физ. воспитание детей с нарушением зрения в дет. саду и нач. школе: ежегод. науч.-метод. журнал. – 2001. – № 2. – С. 56–59.

30. Подколзина Е.Н. Формирование ориентировки в пространстве у дошкольников 3 и 4 лет с косоглазием и амблиопией: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03 / Ин-т коррекц. педагогики РАО. – М., 1998.

31. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования детей с амблиопией и косоглазием (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 г., протокол № 6/17).

32. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слабовидящих детей (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 г., протокол № 6/17).

33. Примерная адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования слепых детей (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию 7 декабря 2017 г., протокол № 6/17).

34. Ремезова Л.А. Коррекционные подходы к формированию у дошкольников с косоглазием и амблиопией конструктивных знаний, умений и навыков на общеобразовательных занятиях и в строительно-конструктивных играх // Коррекционная педагогика: науч.-метод. журнал. – 2004. – № 4(6). – С. 40–47.

35. Ремезова Л.А. Коррекция недостатков развития конструктивной деятельности у дошкольников с косоглазием и амблиопией: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03 / Ин-т коррекц. педагогики РАО. – М., 1998.

36. Сековец Л.С. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию детей дошкольного возраста с нарушением зрения. – Н. Новгород, Издатель Ю.А. Николаев, 2001.

37. Соболева А.В. Особенности работы логопеда в детском саду с глазной патологией (косоглазием и амблиопией) // Актуальные проблемы изучения и обучения детей и подростков с нарушениями развития: материалы межрегион. науч.-практ. конф. – М.; Новокузнецк: Изд-во МОУ ДПОИПК, 2003. – С. 99–103.

38. Совместная деятельность тифлопедагога и воспитателя по социально-эмоциональному развитию дошкольников с амблиопией и косоглазием / Н.И. Шахмаева, Р.А. Железнова, А.В. Бершадская и др. // Актуальные проблемы социализации инвалидов по зрению. – СПб., 1999. – С. 38–45.

39. Степаненкова Э.Я. Дошкольникам – о правилах дорожного движения: пособие для воспитателей детского сада / Э.Я. Степаненкова, Н.Ф. Филенко. – М.: Просвещение, 1979.

40. Теплюк С.К. Занятия на прогулке с малышами: пособие для педагогов дошкольных учреждений. Для работы с детьми 2-4 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2008.

41. Томашпольская И.Э. Развивающие игры для детей 2-8 лет. Систематизация, планирование, описание игр. – СПб.: Смарт, 1996.

42. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 5-7 лет. Конспекты нетрадиционных занятий и развлечений в спортивном зале: пособие для воспитателей и инструкторов по физкультуре. – М.: ГНОМ и Д, 2003.

43. Фомичева Л.В. Клинико-педагогические основы обучения и воспитания детей с нарушением зрения. – СПб.: КАРО, 2007.

44. Фомичева Л.В. Дошкольное воспитание детей с нарушениями зрения // Профессионально-образовательные программы подготовки бакалавров педагогики-тифлопедагогов. – СПб.: РГПУ, 1996. – С. 57–61.

45. Фомичева Л.В. К вопросу о структуре многоуровневой коррекционно-развивающей программы по развитию зрительного восприятия детей с нарушением зрения // Модернизация специального образования в современном социокультурном пространстве: материалы XVIII Международной конференции «Ребенок в современном мире. Процессы модернизации и ценности культуры». – СПб.: Изд-во Политехн. ун-та, 2011. – С. 95–98.

46. Фомичева Л.В. Клинико-педагогические основы обучения и воспитания детей с нарушением зрения: Офтальмологические и гигиенические аспекты охраны и развития зрения: учеб.-методич. пособие. – СПб.: КАРО, 2007.

47. Фомичева Л.В. Коррекционно-развивающие программы для дошкольников с нарушенным зрением // Обучение и коррекция развития дошкольников с нарушенным зрением: методич. пособие / Международный университет семьи и ребенка им. Р. Валленберга. – СПб., 1995. – С. 75–92.

48. Халемский Г.А. Физическое воспитание детей со сколиозом и нарушением осанки. – М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2004.

49. Шапкова Л.В. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / под общей ред. проф. Шапковой Л.В. – М.: Советский спорт, 2002.

50. Шипицина Л.М., Михайлова Е.В. Дети с множественными нарушениями развития. Учебное пособие для педагогов, психологов,

дефектологов. – СПб.: НОУ «Институт специальной педагогики и психологии», 2012.

51. Яковлева Г.В. Коррекционные упражнения и игры для детей с тяжелыми нарушениями зрения: методич. рекоменд. педагогам и родителям / Г.В. Яковлева, Н.Я. Ратанова; Гос. образоват. учреждение доп. проф. образования «Челяб. ин-т переподготовки и повышения квалификации работников образования», Каф. спец. (коррекц.) образования. – Челябинск: Образование, 2010.

52. Якунов А.М. Безопасность на улицах и дорогах. – М., 1997.