

Принята на заседании
методического объединения
21.12.2023
Протокол № 6

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГКУСО ВО «Владимирский
социально-реабилитационный центр
для несовершеннолетних»

_____ И.Ф. Карташова
« 09 » _____ января 2024 г.

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа

**«Адаптивная мозаика»
(адаптированная)
(для детей 4-18 лет)**

Срок реализации программы: 3 месяца

Автор программы:
Стеблева Мария Юрьевна,
педагог дополнительного образования,
ГКУСО ВО «Владимирский СРЦН»

город Владимир, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Сегодня одной из самых тревожных проблем стало неуклонно увеличивающееся число детей с проблемами здоровья, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (далее – дети с ОВЗ).

Дети с ОВЗ имеют разные нарушения развития: нарушение слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата, интеллекта, выраженные расстройства эмоционально-волевой сферы, включая ранний детский аутизм, задержку и комплексные нарушения развития.

Как правило, у детей с ОВЗ нарушена крупная и мелкая моторика, координация движений. Плавность, точность и ритмичность движений прослеживаются не всегда, в телесном и окружающем пространстве дети ориентируются с трудом. Все это препятствует освоению образовательных программ вне специальных условий обучения и воспитания. Проблемы образования детей указанной группы в нашей стране весьма актуальны. Для того, чтобы в дальнейшем жизнь детей с ОВЗ была полноценной, необходимо обеспечить оптимальные условия для их успешной интеграции в среду здоровых сверстников. Создание этих условий задача сложная, требующая комплексного подхода и полной отдачи от всех участников процесса.

Одним из важных направлений реабилитации детей с ОВЗ является адаптивная физическая культура (далее — АФК).

Основной целью АФК является максимально возможное развитие жизнеспособности человека.

Занятия АФК:

- 1) укрепляют и развивают опорно-двигательный аппарат, стимулируют рост костей, укрепляют суставы и связки, повышают силу, тонус и эластичность мышц;
- 2) улучшают обмен веществ;
- 3) благоприятно влияют на центральную нервную систему, повышают работоспособность коры головного мозга и устойчивость к сильным раздражителям;
- 4) улучшают аналитико-синтетическую деятельность и взаимодействие сигнальных систем;
- 5) улучшают функции сенсорных систем.

Занятия по АФК предполагают взаимосвязь и психофизическое единство организованной двигательной деятельности и целенаправленного формирования личности ребенка, коррекцию: развитие его познавательных способностей, сенсорных систем, психики (восприятия, внимания, памяти, эмоций, мышления, речи), общения, мотивов, интересов, потребностей, самовоспитания.

Именно поэтому в работе с детьми, имеющими стойкие нарушения в развитии, коррекционно-развивающая направленность физического воспитания занимает приоритетное место.

Направленность дополнительной образовательной программы

Программа «Адаптивная мозаика» имеет социально-гуманитарную направленность. Реализация образовательной программы позволяет ребенку с ОВЗ сфокусироваться на восприятии собственного тела, развитии двигательных

способностей, приобретении необходимых знаний, понимании необходимости систематических занятий физическими упражнениями, что служит основой для повышения уверенности в себе, самооценки, формирования положительной мотивации к здоровому образу жизни.

Данная программа охватывает задачи физического и эмоционального развития.

Физическое развитие – это развитие баланса, гибкости, согласованности движений разных частей тела (координации), мелкой моторики кистей рук. По мере увеличения физических упражнений тело становится способно включать в работу большее количество двигательных единиц.

Эмоциональное развитие – умение распознавать собственные эмоции и эмоции окружающих людей, расширение диапазона эмоций. Положительные эмоции мобилизуют организм, приводят к усилению иннервации в мышцах, ускоряют кровообращение, делают легче питание тканей и улучшают физиологические процессы, что способствует активизации реабилитационного процесса.

Актуальность

Для особенных детей большой проблемой является дефицит движения и, как следствие, ограниченность в общении и социальная изолированность. В рамках реализации программы физическое, познавательное и эмоциональное развитие детей реализуется в единстве, подкрепляя и усиливая друг друга.

Отличительные особенности и новизна программы

Особенность программы заключается в том, что реализация осуществляется в двух направлениях: индивидуальные занятия на восстановление нарушенных двигательных функций организма, снижение риска развития вторичных нарушений в условиях сенсорно-динамического зала «Дом Совы»; групповые занятия «Активное движение». Занятия реализуются через систему увлекательных игр и упражнений, где через разную сюжетную линию дети выполняют одни и те же упражнения, закрепляя определенный навык.

Новизной программы является использование уникального пространства «Дом Совы», в котором организация специальной сенсорно-двигательной среды способствует нормализации функций тактильной, вестибулярной и проприоцептивной систем детей с нарушениями развития, появлению опорности и уверенной вертикализации тела, преодолению страхов, связанных с перемещением в пространстве и изменением уровня наклона тела.

Разнообразные способы использования тренажеров «Дома Совы» создают многочисленные задачи, которые ребенок решает за счет своей двигательной активности.

С учетом индивидуальной программы социальной реабилитации ребенка, его возраста, диагноза, психосоматического и эмоционального состояния педагог в структуру занятий включает двигательные и игровые элементы, ранжированные по степени сложности моторной программы:

- знакомство с нижним уровнем пространства (мягкие маты) и спортивными снарядами;
- предметно-манипулятивные и сюжетно-ролевые игры с оборудованием разного размера, цвета, фактуры, материала;

- использование подвесных конструкций;
- включение пространственных комбинаций снарядов и внешних атрибутов.

Отличительной особенностью данной программы является то, что программой предусмотрены занятия, предполагающие включение активных двигательных и физических упражнений как группой, так и индивидуально.

Для детей с особенностями здоровья, для которых не рекомендовано проведение активных аэробных или силовых упражнений, оптимальная нагрузка мышц и интеллекта достигается работой с балансом и вниманием в самом спокойном темпе. Для этого в рамках программы предполагаются занятия в «Доме Совы». После индивидуальных занятий в «Доме Совы» по физическим показателям занятия могут быть продолжены в группе «Активное движение».

Цели и задачи программы

Цель программы: создание условий для развития жизненно важных двигательных навыков и физических качеств, активизации процессов социальной адаптации детей с ОВЗ средствами адаптивной физической культуры.

Задачи программы:

Развивающие:

- оптимальное развитие основных двигательных качеств детей с ОВЗ (выносливости, быстроты, мышечной силы, ловкости, гибкости, точности движений, двигательной реакции);
- формирование и совершенствование у детей с ОВЗ двигательных навыков прикладного характера;
- развитие пространственно-временной дифференцировки;
- стимулирование способности ребенка к самооценке.

Образовательные:

- формирование у детей системы знаний, необходимой для осознанного освоения двигательных умений и навыков;
- обучение детей техники правильного выполнения физических упражнений;
- формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела и в пространстве.;
- обогащение словарного запаса.

Воспитательные:

- воспитание чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях;
- воспитание нравственных и морально – волевых качеств, навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой;
- формирование осознанного отношения к своему здоровью и мотивации ко здоровому образу жизни.

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Программа рассчитана на детей с ОВЗ в возрасте от 4 до 18 лет: для детей от 4 до 12 лет организуются индивидуальные занятия в сенсорно-динамическом зале

«Дом Совы»; для детей возраста 12-18 лет занятия проводятся в группе «Активное движение» (зал, приспособленный для занятий АФК). Деление по возрасту условно и зависит от личностных особенностей и медицинских показателей к занятиям физической культурой.

Сроки реализации программы

Продолжительность курса обучения по направлению «Дом Совы» составляет 3 месяца (1 индивидуальное занятие для ребенка в неделю; всего 8 индивидуальных занятий у специалиста в неделю), за год проводится 3 курса (24 ребенка).

Продолжительность обучения по направлению «Активное движение» составляет 3,5 месяца (1 занятие в неделю для одной группы; занятия проводятся для 2 групп параллельно), за год организуется работа 4 групп (20 детей).

В течение года курсами индивидуальных и групповых занятий будет охвачено 30 человек (первично).

Форма обучения – очная; индивидуальная и групповая.

Длительность одного занятия зависит от возраста, личностных особенностей и физиологических возможностей детей и составляет от 30 до 60 минут.

Ожидаемые результаты

В течение года мероприятиями программы будет охвачено 30 детей.

Реализация программы способствует:

- обогащению двигательного опыта ребенка новыми движениями (увеличение объема освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений);
- нормализации моторных и праксисных (практических) умений;
- формированию мотивации к двигательной деятельности;
- улучшению коммуникативных и социальных навыков ребенка;
- улучшению когнитивных способностей.

Способы определения результативности и форма подведения результатов

В начале и конце обучения проводится диагностика знаний, умений и навыков (начальная и итоговая диагностика). Форма проведения диагностики: беседа, наблюдение, анализ физического развития. Результаты диагностики заносятся в карту наблюдений .

Форма предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытый просмотр занятия, итоговый отчет.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Тематическое планирование занятий в сенсорно-динамическом зале «Дом Совы»

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма
		всего	теория	практи	

п/п				ка	аттестации
1.	Занятие №1. «Вводное занятие. Диагностика»	1	0.5	0.5	Наблюдение, рефлексия
2.	Занятие №2. «Развитие кинестетического восприятия (игры и упражнения)»	1	-	1	
3.	Занятие №3-4. «Упражнения на развитие баланса и координации»	2	0,5	1,5	
4.	Занятие №5-6. «Упражнения на формирование гибкости, ловкости, силы»	2	-	2	
5.	Занятие №7. «Когнитивно-коммуникационная физкультура»	1	-	1	
6.	Занятие №8. «Моторное планирование и саморегуляция»	1	-	1	
7.	Занятие №9. «Развитие зрительной и слуховой системы»	1	-	1	
8.	Занятие №10. «Внимание и память»	1	-	1	
9.	Занятие №11. «Ритмика»	1	-	1	
10.	Занятие №12. «Итоговая диагностика. Рекомендации»	1	-	1	
	ВСЕГО:	12	1	11	

Количество учебных недель – 12.

Количество учебных дней – 12.

Даты начала и окончания учебных периодов: с 9 января по 5 апреля; с 8 апреля по 5 июля; с 1 сентября по 29 ноября.

Календарный учебный график работы строится в соответствии с графиком работы педагога дополнительного образования. Место проведения занятий: ул. Северная, д.4-А.

**Календарный учебный график индивидуальных занятий
в сенсорно-динамическом зале «Дом Совы»**

№ п/п	Дата проведения	Тема	Содержание занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1		Вводное занятие. Диагностика	Диагностика физических возможностей и умений. Знакомство с правилами безопасности и поведения на занятиях. Формирование осознанного понимания своего тела, названия частей тела. Обучение произвольному вниманию: слушать и понимать задания педагога (2-х шаговую инструкцию к упражнениям). Развитие координации движений рук, зрительно-слухового восприятия. Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.	1	Наблюдение, диагностика(карта наблюдения)
2		Развитие кинестетического восприятия (игры и упражнения)	Формирование навыков раскачивания на платформе вперед и назад. Закрепление понимания схемы тела, названия его частей. Обучение произвольному вниманию: слушать и понимать задание педагога (3-х шаговую инструкцию к упражнениям). Игры: «Укромное место», «Равновесие», «Льдина», «Оседлай коня», «Ущелье», «Полоса препятствий». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.	1	Наблюдение
3		Упражнения на развитие баланса и координации	Учить держаться на платформе, используя меньшее количество опор, отработка устойчивой вертикализации тела. Ходьба, стойки, другие упражнения сначала выполняются с открытыми	2	Наблюдение

			<p>глазами, затем с закрытыми (от 2 до 8–10 шагов). Обучение произвольному вниманию: слушать и понимать задания педагога. Игры: «Равновесие», «Акробатика», «Ходьба по бревну», «Шаги». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.</p>		
4		Упражнения на формирование гибкости, ловкости, силы	<p>Укрепление мышечного корсета. Обучение навыкам жонглирования, выполнению упражнений в жилете с утяжелителем, прыжковые упражнения с поролоновыми «кирпичиками» (сжатие руками, ногами, прижимание к полу, поднятие кубика сидя, лежа и т.д.). Игры: «Забей гол», «Подтягивания на соволенте», «Толкать бревно», «Висеть солдатиком». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.</p>	2	Наблюдение
5		Когнитивное-коммуникационная физкультура	<p>Когнитивная гимнастика. Формирование навыков владения мячом (игры с мячом разного диаметра и формы), броска по мишени, во время движения, ловли мяча от стены, от другого ребенка, подбрасывание и ловля мяча (двумя руками, одной рукой, с хлопком, без хлопка). Игры: «1, 2, 3 Лови», «Съедобное – несъедобное на платформе», «Игровой маршрут». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.</p>	1	Наблюдение
6		Моторное планирование и саморегуляция	<p>Обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля в игровых упражнениях. Игры на формирование моторного планирования:</p>	1	Наблюдение

			«Сова», «Лягушонок», «Манипулирование предметами на раскачивающейся платформе», «Классика, «Зоопарк», «Канатоходец». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.		
7		Развитие зрительной и слуховой системы	Когнитивная гимнастика. Обучение произвольному вниманию: слушать и понимать задания педагога. Игры: «Горка», «Бросок», «1, 2, 3 Лови-Животные». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.	1	Наблюдение
8		Внимание и память	Когнитивная гимнастика. Обучение произвольному вниманию: слушать и понимать задания педагога. Упражнения с использованием разных видов передвижений, различные виды ходьбы и бега под музыку. Игры: «Укромное место», «Повтори за мной», «Игровой маршрут». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.	1	Наблюдение
9		Ритмика	Когнитивная гимнастика. Упражнения с использованием разных видов передвижений, различные виды ходьбы и бега под музыку. Ритмическая гимнастика. Игры «Зеркало», «Акробатика», «1, 2, 3 Лови-Имена», «Горка». Упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы и мелкой моторики.	1	Наблюдение
10		Итоговая диагностика. Рекомендации	Определение уровня физических возможностей, знаний, умений и навыков. Анализ результатов. Выработка рекомендаций	1	Карта наблюдения, рефлексия

Содержание работы по сенсомоторной интеграции в сенсорно-динамическом зале «Дом Совы»

«Дом Совы» — это высококачественный профессиональный комплекс для занятий с детьми с ОВЗ по принципам сенсорной интеграции. Разнообразные вариации использования снарядов способствуют развитию физической силы, телесной пластики, ловкости, баланса и координации. В комплекс входит: подвесная платформа Сова, СОВОЛента, тоннель Сова, бревно Сова.

Структура занятия

Вводная часть включает в себя ритуал приветствия, определение темы занятия, гимнастика, развитие мелкой моторики.

Основная часть включает комплексное физическо-эмоционально-познавательное развитие.

Заключительная часть - ритуал завершения занятия: упражнения на расслабление, развитие дыхательной системы.

С учетом специфики сенсомоторных нарушений детей, каждое коррекционное занятие программы направлено на:

- улучшение координации движений;
- развитие вестибулярной системы, в том числе снижения или повышения активности;
- развитие координации движений, равновесия, устойчивости при перемещении;
- развитие двигательного планирования;
- нормализация восприятия и обработки ощущений центральной нервной системой ребенка, получаемых от рецепторов кожи(сниженная или, наоборот, тактильная гиперчувствительность).

В программе используются следующие **методы**:

-*метод двигательных ритмов* (направлен на формирование межфункционального взаимодействия: формирование слухомоторных координаций, произвольной регуляции движений, слухового внимания. Он создает основу для появления таких характеристик моторики детей, как плавность, переключаемость, быстрота и координация движений рук и ног и др.);

-*метод тактильного опознания предметов* (направлен на повышение точности тактильного восприятия, развития межмодульного переноса, формирование тонкой моторики рук);

-*метод звукодыхательных упражнений* (направлен на стимуляцию стволовых отделов головного мозга, развитие межполушарного взаимодействия, развитие лобных отделов; развивает самоконтроль и произвольность. Единственный ритм, которым произвольно может управлять человек - ритм дыхания и движения).

Нейропсихологическая коррекция строится на автоматизации и ритмировании организма ребенка через базовые многоуровневые приемы.

-*релаксационный метод*(направлен на формирование произвольного внимания, дифференцированных двигательных и психических реакций, что

придает психомоторному развитию ребенка своеобразную равномерность. Метод нормализует гипертонус и гипотонус мышц, способствует снятию синкинезий и мышечных зажимов. Развивает чувство своего тела, способствует обогащению и дифференциации сенсорной информации от самого тела);

- *арт-терапевтический метод* (способствует активизации мозга в целом: межполушарного взаимодействия, активизации корково-подкорковых структур, лобных отделов);

- *метод психогимнастики* (способствует преодолению двигательного автоматизма, позволяет снять мышечные зажимы, освоить элементы техники выразительных движений, развивает мимику и пантомимику).

Особенности занятий в сенсорно-динамическом зале «Дом Совы»:

1. Антигравитационные упражнения.

Все приспособления-снаряды подвешены в воздухе. Проведение занятий с ребенком предполагает включение сенсорных ощущений в контекст осмысленных, самостоятельных, адаптивных форм взаимодействия. Акцент делается на интеграции вестибулярных, проприоцептивных и тактильных ощущений.

2. Регулировка уровня нагрузки.

Меняя способы подвешивания (неподвижно закрепленный снаряд; снаряд, раскачивающийся горизонтально, закручивающийся вокруг вертикальной оси, пружинящий вверх-вниз), можно регулировать нагрузку. Это позволяет привести уровень сложности упражнения на снаряде к потребностям конкретного ребенка или группы детей. По мере роста возможностей детей уровень сложности увеличивается.

3. Чередование игры и заданий.

Планирование занятия осуществляется таким образом, что в ходе выполнения задания происходит чередование спонтанных движений ребенка, что очень важно для развития эмоций, мышления, речи и связей мозга с телом.

При выполнении упражнений на оборудовании у детей задействованы мышцы, которые не участвуют в выполнении обычных движений. Укрепление этих мышц влияет на общее физическое состояние человека, а главное – расширяются и укрепляются нейромышечные связи (связи между мозгом и мышцами).

Учебно-тематический план групповых занятий «Активное движение»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Занятие № 1. «Вводное занятие»	1	0.5	0.5	Наблюдение, рефлексия
2.	Занятие № 2, 3. «Красивая осанка»	2	0.5	1.5	
3.	Занятие № 4. «Правильное дыхание»	1	0.5	0.5	
4.	Занятие № 5-7. «На арене цирка»	3	0.5	2.5	
5.	Занятие № 8-9. «Силачи»	2	0.5	1.5	

6.	Занятие № 10-11 «Волшебные мячи»	2	0.5	1.5	
7.	Занятие № 12-13. «Обучение элементам спортивных игр (футбол, баскетбол, пионербол, теннис, городки)»	2	-	2	
8.	Занятие № 14. «Итоговое занятие. Диагностика»	1	-	1	
ВСЕГО:		14	3	11	

Количество учебных недель – 14.

Количество учебных дней – 14.

Даты начала и окончания учебных периодов – с 9 января по 26 апреля; с 2 сентября по 13 декабря.

Календарный учебный график работы строится в соответствии с графиком работы педагога дополнительного образования. Место проведения занятий: ул. Юбилейная, д. 44 (актовый зал).

Календарный учебный график групповых занятий «Активное движение»

№ п/п	Дата проведения	Тема	Содержание занятия	Оборудование	Кол-во часов	Форма контроля
1		Вводное занятие	Знакомство, приветствие, инструктаж по правилам поведения и технике безопасности. Диагностика физических возможностей детей.	Тактильные дорожки, мешочки, теннисные ракетки, мячик	1	Диагностическая карта
2		Красивая осанка	Приветствие, ходьба и бег с элементами корригирующей гимнастики, дыхательные упражнения, общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками, упражнения на формирование правильной осанки. Игры: подвижная игра «Делай правильно», «Волшебный парашют», игра малой подвижности «Река, берег, парус».	Гимнастические палки, мешочки с песком, парашют	1	Наблюдение
3		Красивая осанка	Приветствие, ходьба и бег с элементами корригирующей гимнастики, дыхательные упражнения, общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками, упражнения по формированию правильной осанки. Игры: «Делай правильно», «Волшебный парашют», «Река, берег, парус», «Воробушки и кот», «Удочка», «Лягушки».	Гимнастические палки, мешочки с песком, парашют	1	Наблюдение
4		Правильное дыхание	Приветствие, ходьба и бег с элементами корригирующей гимнастики, обучение техникам правильного дыхания, дыхательные упражнения, общеразвивающие упражнения с флажками, подвижная игра «Мы веселые ребята», игра малой подвижности на восстановление дыхания «Задуй	Веревки – 2 шт., перышко (ватный шарик), подушка, маты, мяч, флажки	1	Наблюдение

			свечу».			
5		На арене цирка	Приветствие, разминочный бег, бег на прямых ногах, бег с захлестыванием голени назад, ходьба с заданиями, дыхательные упражнения, общеразвивающие упражнения с обручами, прыжки на скакалке, пролезание под веревкой. Игры: «Удочка», «Волшебный парашют». Дыхательные упражнения, релакс-упражнения.	Обручи, скакалки, стойки с натянутой веревкой для пролезания, веревка с утяжелителем для игры «Удочка», парашют	1	Наблюдение
6		На арене цирка	Приветствие, разминочный бег, бег на прямых ногах, бег с захлестыванием голени назад, ходьба с заданиями с использованием тактильных дорожек, дыхательные упражнения с ватными шариками, общеразвивающие упражнения с обручами, прыжки на скакалке, пролезание под веревкой, упражнения на балансировочной доске. Игры: «Удочка», «Волшебный парашют». Дыхательные упражнения, релакс-упражнения.	Обручи, скакалки, стойки с натянутой веревкой для пролезания, веревка с утяжелителем для игры «Удочка», балансировочная доска, парашют, ватные шарики, тактильные дорожки	1	Наблюдение
7		На арене цирка	Приветствие, разминочный бег, бег на прямых ногах, бег с захлестыванием голени назад, ходьба с заданиями с использованием тактильных дорожек, массажных кочек. Дыхательные упражнения с ватными шариками, ОРУ с мячами игольчатыми, прыжки на скакалке, пролезание под веревкой, упражнения с заданиями на балансировочной доске. Игры: «Удочка», «Волшебный парашют». Дыхательные упражнения, релакс-упражнения.	Мячи игольчатые, скакалки, стойки с натянутой веревкой для пролезания, веревка с утяжелителем для игры «Удочка», балансировочная доска, парашют, ватные шарики, тактильные дорожки, кочки массажные	1	Наблюдение
8		Силачи	Приветствие, ходьба ускоренная с переходом на бег, бег с подпрыгиванием и доставанием предмета, элементы корригирующей гимнастики,	Мяч, перышко (ватный шарик), подушка, гимнастические палки,	1	Наблюдение

			дыхательные упражнения, общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками, эстафета «Полоса препятствий». Игра «Сделай фигуру».	кочки массажные, дорожки балансировочные, обруч		
9	Силачи	Приветствие, ходьба и бег с заданиями, элементы корригирующей гимнастики, актуализация практических умений и навыков при проведении дыхательных упражнений, общеразвивающие упражнения с мячами, катание мяча друг другу, броски мяча в корзину. Игра «Сороконожка», игровое упражнение «Кошечка скребется в дверь», релаксация «Ящерка на камушке».	Мячи, кочки массажные, дорожки балансировочные, корзина для заброса мячей	1	Наблюдение	
10	Волшебные мячи	Приветствие, бег в разных направлениях с чередованием с ходьбой, ходьба на носочках, на пяточках, приставным шагом вправо и влево, знакомство со спортивными играми, общеразвивающие упражнения и игровые упражнения с элементами футбола, релакс-упражнения.	Компьютер с презентацией, мячи, конусы разметочные 6 шт.	1	Наблюдение	
11	Волшебные мячи	Приветствие, бег в разных направлениях с чередованием с ходьбой, ходьба на носочках, на пяточках, приставным шагом вправо и влево, знакомство со спортивными играми, общеразвивающие упражнения с мячом, игровое упражнение элементами баскетбола «Передача мяча в парах», подвижная игра «Ловкие и смелые», релакс-упражнения.	Компьютер с презентацией, мячи, корзина для мяча	1	Наблюдение	
12	Обучение элементам	Приветствие, бег в чередовании с ходьбой, ходьба на носочках, на пяточках, махи и круговые	Компьютер с презентацией, мячи,	1	Наблюдение	

		спортивных игр (футбол, баскетбол, пионербол, теннис, городки)	движения руками, знакомство со спортивными играми, общеразвивающие упражнения без предметов, игровые упражнения с мячом и ракеткой, эстафета «Не урони мяч», подвижная игра «Замри», релакс-упражнения.	ракетки, мячик теннисный		
13		Обучение элементам спортивных игр (футбол, баскетбол, пионербол, теннис, городки)	Приветствие, бег и ходьба с заданиями, знакомство с игрой «Городки», общеразвивающие упражнения с кеглями, игровые упражнения «Составь фигуру», «Меткий стрелок», «Попади в город», подвижная игра с парашютом «Быстрые фигуры», игра малой подвижности «Угадай фигуру», релакс-упражнения.	Компьютер с презентацией, кегли, мешочки для метания, набор «Городки», парашют	1	Наблюдение
14		Итоговое занятие. Диагностика	Приветствие, ходьба и бег с заданиями, элементы корригирующей гимнастики, дыхательные упражнения, актуализация практических умений и навыков при проведении общеразвивающие упражнения с мячами, подвижная игра «Волшебный парашют», подвижные игры на выбор.	Мячи, скакалки, балансир, ватные шарики, маты, парашют	1	Диагностическая карта

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ И ОБОРУДОВАНИЕ

Методические средства:

- упражнения на проприоцепцию, баланс, координацию;
- психогимнастические игры;
- релаксационные упражнения;
- коммуникативные упражнения;
- музыкально-ритмические практики на подвесных тренажерах;
- сенсорно-динамический зал «Дом Совы» базовой комплектации;
- музыкальный центр;
- наборы музыкальных композиций в соответствии с коррекционно-развивающими задачами.

Оценочные материалы.

На каждого ребенка заводится диагностическая карта.

Диагностическая карта

Фамилия и имя ребенка _____

Дата рождения (возраст) _____

Проведено занятий _____

Дата проведения диагностики (начальная, итоговая) _____

Физические качества, способности	Порядок действий (действия)	Оценка (по шкале от 0 до 10 по мере возрастания умения; 0 -не выполняет, 10 -выполняет точно)		Динамика
		начальная	итоговая	
Общие умения	Знание схемы тела			
	Навыки взаимодействия (Умение поддерживать зрительный контакт)			
	Имитационные действия (Навык зеркального подражания)			
	Понимание обращенной речи			
Ловкость	Пространственная, временная точность движений, точность и быстрота двигательных решений в ответ на внезапные сигналы.			
Выносливость	Интенсивность упражнения, его продолжительность, количество повторений, интервалы отдыха, характер отдыха (главное в развитии ловкости аномального ребёнка –			

	овладение новыми, разнообразными двигательными умениями и навыками и их закрепление)			
Гибкость	Амплитуда выполняемого движения, характер упражнения, количество повторений, продолжительность выполнения упражнений. Упражнения: махи, рывки, наклоны, шпагаты, сгибания, разгибания, пассивные движения с использованием собственной силы.			
Чувство равновесия (баланс)	Навык стояния на платформе Навык раскачивания на платформе Навык удержания баланса на узкой поверхности. Навык приставного шага на нестабильной поверхности «Бревно»			
Координация движений	Умение ходить приставным шагом на твердой поверхности Навык ползания на мягкой поверхности (Туннель) Навык залезания в гамак, раскачиваться (Гамак)			

_____/_____
подпись / расшифровка

Если по результатам мониторинга по 4 из 6 критериев отмечается положительная динамика, то работа по программе считается эффективной; по 2 из 6 критериев - рассматривается возможность продолжения занятий по выработке конкретных навыков; если более чем по 4 из 6 критериев отсутствует положительная динамика, то работа по программе считается неэффективной, требуется анализ причин и, в случае необходимости, актуализация программы.

Информационное обеспечение:

- информационные материалы «Кинезиологические упражнения как инновационный метод в работе с обучающимися, которые испытывают трудности в обучении» (<https://infourok.ru/kinezeologicheskie-uprazhneniya-kak-innovacionnyy-metod-v-rabote-s-obuchayuschimisya-kotorie-ispitivayut-trudnosti-v-obuchenii-3823924.html>);

- информационные материалы «Моторное планирование как способ развития высших психических функций у детей» (<https://infourok.ru/motornoe-planirovanie-kak-sposob-razvitiya-vysshih-psihicheskikh-funkcij-u-detej-6564165.html>).

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. «Дом Совы общие рекомендации». Торгово-производственное предприятие «Сова-Нянька» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nannyowl.ru/>.
2. Ветрова, И.В. Гимнастика с методикой преподавания в адаптивной физической культуре. Учебное пособие [Текст] / И.В. Ветрова. – Красноярск: Градь, 2014. – 304 с.
3. Евсева, С.П. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии [Текст] / С.П. Евсева. – М.: Советский спорт, 2001. – 215 с.
4. Евсева, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник [Текст] / С.П. Евсева. – М.: Академия, 2002. – 388 с.
5. Левченко, И.Ю. Технология обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Учебное пособие для студентов в средних педагогических учебных заведениях [Текст] / И.Ю. Левченко, О.Г. Приходько. – М.: Академия, 2001. – 483 с.
6. Марчибаева, У.С. Адаптивная физическая культура и спорт. Учебное пособие [Текст] / У.С. Марчибаева, Д.Г. Тортакбаев. – Нур-Султан: Фолиант, 2019. – 286 с.
7. Шанина, Г.Е. Упражнения специального кинезиологического комплекса для восстановления межполушарного взаимодействия у детей и подростков: учебное пособие [Текст] / Г.Е. Шанина. – М.: Слово, 2014. – 354 с.
8. Шапкова, Л.В. Средства адаптивной физической культуры: Методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии [Текст] / Л.В. Шапкова, С.П. Евсева. – М.: Советский спорт, 2001. – 348 с.
9. Шмелькова, А.А. Адаптивное физическое воспитание для детей с ОВЗ [Текст] / А.А. Шмелькова, Ю.С. Крещенова, А.С. Щеглова // Вопросы школьной педагогики. – 2021. – №10 (47). – С. 35-37.

Информационная карта
Дополнительной образовательной общеразвивающей программы
«Адаптивная мозаика»
(адаптированная)

Наименование учреждения	Государственное казенное учреждение социального обслуживания Владимирской области «Владимирский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»
Дата образования учреждения	1997 год
Организационно-правовая форма	Государственное казенное учреждение субъекта Российской Федерации
Адрес организации исполнителя	600009, Владимирская обл. г. Владимир, ул. Северная, д. 4-А; ул. Юбилейная, д. 44
Контактный телефон, факс, эл.почта	тел. 8 (49223) 77-16-14, e-mail: vladimir_srcn@avo.ru
Ф.И.О. руководителя учреждения	Карташова Инна Федоровна
Полное наименование программы	Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Адаптивная мозаика» (адаптированная)
Ф.И.О. руководителя творческого коллектива	Стеблева Мария Юрьевна, педагог дополнительного образования
Участники программы	Дети с ОВЗ в возрасте от 4 до 18 лет
Цель программы	Создание условий для развития жизненно важных двигательных навыков и физических качеств, активизации процессов социальной адаптации детей с ОВЗ средствами адаптивной физической культуры
Задачи программы	<p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - оптимальное развитие основных двигательных качеств детей с ОВЗ (выносливости, быстроты, мышечной силы, ловкости, гибкости, точности движений, двигательной реакции); - формирование и совершенствование у детей с ОВЗ двигательных навыков прикладного характера; - развитие пространственно-временной дифференцировки; - стимулирование способности ребенка к самооценке. <p><i>Образовательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование у детей системы знаний, необходимой для осознанного освоения двигательных умений и навыков; - обучение детей техники правильного выполнения

	<p>физических упражнений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела и в пространстве; - обогащение словарного запаса. <p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях; - воспитание нравственных и морально – волевых качеств, навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости; - воспитание устойчивого интереса к занятиям физической культурой; - формирование осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Срок реализации программы	3 месяца
Вид программы	Адаптивная
Уровень реализации	Дополнительное образование
Уровень освоения	Общеразвивающая
Ожидаемые результаты	<p>В течение года мероприятиями программы будет охвачено не менее 30 детей.</p> <p>Реализация программы способствует:</p> <ul style="list-style-type: none"> • обогащению двигательного опыта ребенка новыми движениями (увеличение объема освоенных основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений); • нормализации моторных и праксисных (практических) умений; • формированию мотивации к двигательной деятельности; • улучшению коммуникативных и социальных навыков ребенка; • улучшению когнитивных способностей.
Формы контроля	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Текущий контроль на каждом занятии в форме педагогического наблюдения, беседы. ▪ Внутренний контроль.