

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 308 «ЗВЕЗДОЧКА» Г. ЧЕЛЯБИНСКА»
ул. Калинина, 24а, г. Челябинск, 454084 Тел.: +7 (351)791-26-81
ул. Худ. Русакова, 5а, г. Челябинск, 454021 Тел.: +7 (351)740-34-44
ул. Молодогвардейцев, 62б, г. Челябинск, 454136 Тел. +7(351)741-37-78
E-mail: mdou308kalin@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 308 г. Челябинска»
Семяняк О.А. Приказ № 09/01 от 01.09.2022

Утверждена решением
педагогического совета
МБДОУ «ДС № 308 г. Челябинска»
протокол от «30» августа 2022г. № 1

АДАптиРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

**Муниципального бюджетного дошкольного учреждения
«Детский сад № 308 г. Челябинска»**

Разработана в соответствии с федеральным образовательным стандартом дошкольного образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013г., № 1155, зарегистрировано в Минюсте России 14 ноября 2013г., регистрационный № 30384) и с учетом

примерной адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (одобрена решением федерального УМО по общему образованию, протокол от 7 декабря 2017г. № 6/17)

Примерной рабочей программы воспитания для образовательных организаций, реализующих образовательные программы дошкольного образования (одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 01.07.2021 года № 2/21)

С приоритетным осуществлением
образовательной области «Социально-коммуникативного развития»
(Модуль «Поколение будущего»)

Челябинск, 2022

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ	3
Пояснительная записка	3
Цели и задачи реализации программы	4
Принципы и подходы к формированию программы	5
Характеристика особенностей развития детей дошкольного возраста с НОДА	6
Планируемые результаты освоения программы	8
СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ	17
Основные содержательные направления работы с детьми Система работы по реализации образовательных областей	17
Система работы по реализации образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»	17
Система работы по реализации образовательной области «Познавательное развитие»	17
Система работы по реализации образовательной области «Речевое развитие»	19
Система работы по реализации образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»	20
Система работы по реализации образовательной области «Физическое развитие»	22
Взаимодействие взрослых с детьми	26
Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	26
Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений	27
Особенности работы групп комбинированной направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (НОДа)	27
Программы коррекционно-развивающей работы с детьми НОДА	28
ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ	82
Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	82
Организации развивающей предметно-пространственной среды	82
Планирование образовательной деятельности	83
Кадровые условия реализации программы	84
Материально-техническое обеспечение программы	85
Финансовые условия реализации программы	86
Распорядок и режим дня	87
Перечень нормативных и нормативно-методический документов	91
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ	95
Список литературы	167

ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Пояснительная записка

Адаптированная образовательная программа дошкольного образования детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 308г. Челябинска» (далее – программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее – ФГОС ДО), с учетом Примерной основной образовательной программы дошкольного образования детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 07.12.2017 №6/17).

Программа разработана рабочей группой педагогических работников ДОУ, деятельность которой координируется положением о рабочей группе по разработке адаптированной образовательной программы дошкольного образования образовательной организации. Состав рабочей группы может меняться по мере необходимости, рассматривается на Педагогическом совете ДОУ и утверждается руководителем учреждения.

Данная программа разработана с учетом особенностей развития и образовательных потребностей детей с НОДА, не имеющих умственной отсталости или (и) сенсорных нарушений.

Программа включает в себя совокупность образовательных областей, которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям развития (далее – образовательные области) – социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому и физическому. Задачи по формированию физических, интеллектуальных и личностных качеств детей решаются интегрированно в ходе освоения всех образовательных областей наряду с задачами, отражающими специфику каждой образовательной области.

Программа определяет содержание образовательных областей с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей в различных видах деятельности, таких как:

- предметная деятельность;
- игровая (сюжетно-ролевая игра, игра с правилами и другие виды игры),
- коммуникативная (общение и взаимодействие с взрослыми и другими детьми),
- познавательно-исследовательская (исследование и познание природного и социального миров в процессе наблюдения и взаимодействия с ними), а также такими видами активности ребенка, как:
 - восприятие художественной литературы и фольклора,
 - самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице),
 - конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал,
 - изобразительная (рисование, лепка, аппликация),
 - музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах),
 - двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Общие сведения о ДОУ

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 308 «Звёздочка» г. Челябинска» осуществляет образовательную деятельность по образовательным программам дошкольного образования.

Общая характеристика

<i>Полное наименование</i>	Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 308 «Звёздочка» г. Челябинска»
<i>Сокращенное наименование</i>	МБДОУ «ДС № 308 г. Челябинска»
<i>Тип</i>	Бюджетное
<i>Организационно-правовая форма</i>	Учреждение
<i>Учредитель</i>	Администрация города Челябинска в лице Комитета по делам образования города Челябинска
<i>Юридический адрес</i>	ул. Калинина, 24а, г. Челябинск, 454084
<i>Фактический адрес</i>	454021, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Худ. Русакова, 5а; 454084, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Калинина, 24а
<i>Телефоны</i>	8(351) 791-26-8 8(351) 740-34-44
<i>E-mail</i>	mdou308kalin@mail.ru
<i>Адрес сайта</i>	http://ds308.ucoz.org/
<i>Режим работы</i>	7.00-19.00ч., выходные: суббота, воскресенье
<i>Устав</i>	Постановление Главы администрации Калининского района города Челябинска № 1641 от 11.08.1995г.
<i>Лицензия</i>	№ 12047 от 14.12.2015г.
<i>Виды деятельности</i>	Реализация: - основной образовательной программы дошкольного образования; - присмотр и уход за детьми; - адаптированных образовательных программ для детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья

Цели и задачи реализации Программы

Цель – обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями ребёнка дошкольного возраста с НОДА, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав детей дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

Цель Программы достигается через решение следующих задач:

- реализация адаптированной основной образовательной программы;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей с НОДА, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с НОДА в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
- создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с НОДА как субъекта отношений с другими детьми, взрослыми и миром;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- формирование общей культуры личности детей с НОДА, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития детей с НОДА;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей с НОДА;
- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

Принципы и подходы к формированию программы

Программа разработана в соответствии с основными принципами ФГОС ДО, которые позволяют эффективно реализовать поставленные цели и задачи.

Общие принципы:

- поддержка разнообразия детства;
- сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека;
- позитивная социализация ребенка;

- лично-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ДОУ и детей;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- сотрудничество ДОУ с семьей;
- возрастная адекватность образования. Этот принцип предполагает подбор педагогом содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями детей.

Специфические принципы:

- сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование детей, а также использование ресурсов местного сообщества и вариативных программ дополнительного образования детей для обогащения детского развития.

- индивидуализация дошкольного образования детей с НОДА предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса, появления индивидуальной траектории развития каждого ребенка с характерными для данного ребенка спецификой и скоростью, учитывающей его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.

- развивающее вариативное образование. Этот принцип предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка (Л.С. Выготский), что способствует развитию, расширению как явных, так и потенциальных возможностей ребенка.

- полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей. В соответствии с ФГОС ДО Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие детей посредством различных видов детской активности. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития детей с НОДА дошкольного возраста.

Характеристики особенностей развития детей дошкольного возраста с НОДА

Основные участники реализации программы – воспитанники, родители (законные представители), педагоги. Социальными заказчиками реализации программы выступают родители воспитанников, как гаранты реализации прав ребенка на уход, присмотр, воспитание и обучение.

В дошкольном образовательном учреждении функционирует 3 группы комбинированной направленности для детей с НОДА и осуществляется реализация адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования.

Вид группы	Количество
Старшая группа комбинированной направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата	1

Подготовительная к школе группа комбинированной направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата 1

Разновозрастная группа комбинированной направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата 1

Нарушения функций опорно-двигательного аппарата наблюдаются у 5-7% детей и могут носить как врожденный, так и приобретенный характер. Отклонения в развитии у детей с двигательной патологией отличаются значительной полиморфностью и диссоциацией в степени выраженности различных нарушений. Контингент детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА) крайне неоднороден.

У всех детей данной категории ведущими являются двигательные расстройства (задержка формирования, недоразвитие или утрата двигательных функций), которые могут иметь различную степень выраженности.

Двигательные нарушения у детей имеют различную степень выраженности.

Для воспитанников ДОО характерны двигательные нарушения легкой степени: дети ходят самостоятельно, уверенно. Они полностью себя обслуживают, достаточно развита манипулятивная деятельность. Однако у них могут наблюдаться неправильные патологические позы и положения, нарушения походки, движения недостаточно ловкие, замедленные. Снижена мышечная сила, имеются недостатки мелкой моторики.

Дети с двигательными нарушениями ортопедического характера могут иметь вторичные когнитивные нарушения, но они в меньшей мере нуждаются в коррекционной помощи. Обычно эти дети не имеют выраженных нарушений интеллектуального развития. У некоторых детей несколько замедлен общий темп психического развития и могут быть частично нарушены отдельные корковые функции, особенно зрительно-пространственные представления. В этом случае дети, имеющие незначительное отставание познавательного развития при условии минимальной коррекционно-педагогической помощи на протяжении дошкольного возраста, к началу школьного обучения могут достичь уровня нормально развивающихся сверстников. Нередко у детей наблюдаются незначительные отклонения в развитии речи.

Анализ особенностей развития дошкольников с НОДА позволяет выделить ряд их специфических (особых) образовательных потребностей, среди которых, важнейшими являются потребности в:

- ранней психолого-медико-педагогической помощи в системе комплексной абилитации/реабилитации;
- обеспечении особой пространственной и временной организации образовательной среды;
- регламентации деятельности с учетом медицинских рекомендаций (соблюдение ортопедического режима);
- обязательной непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы;
- наличии рекомендаций лечащего врача и / или ПМПК к определению режима нагрузок, организации образовательного процесса (организация режима дня, режим

ношения ортопедической обуви, смена видов деятельности на занятиях, проведение физкультурных пауз и т.д.);

- адресной помощи по коррекции двигательных, речевых, познавательных и социально-личностных нарушений и подготовке к школе;

- использовании специальных методов, приёмов и средств обучения (в том числе специализированных компьютерных и ассистивных технологий), обеспечивающих реализацию «обходных путей» обучения:

- целенаправленной работе с родителями детей с НОДА, включая обучение их доступным приемам коррекционно-развивающей работы;

- сохранении, укреплении психического и соматического здоровья, в поддержании работоспособности, предупреждении истощаемости, психофизических перегрузок, эмоциональных срывов;

- индивидуализации образовательного процесса с учетом структуры нарушений и вариативности проявлений;

- формировании у педагогов образовательной организации специальных компетенций в области работы с детьми с двигательной патологией;

- формировании толерантного отношения к ребенку с НОДА у здоровых детей и их родителей.

Планируемые результаты освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с НОДА к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с НОДА. Они представлены в виде изложения возможных достижений воспитанников на разных возрастных этапах дошкольного детства. В связи с разнообразием причин, вызывающих двигательные нарушения, особенностями течения заболеваний, разной динамикой развития детей разных групп, ряд показателей развития этих детей на разных возрастных этапах может отличаться от возрастных нормативов.

В соответствии с особенностями психофизического развития ребенка с НОДА, планируемые результаты освоения Программы предусмотрены в ряде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры дошкольного возраста

К шести годам ребенок:

- проявляет мотивацию к занятиям, попытки планировать (с помощью взрослого) деятельность для достижения какой-либо (конкретной) цели;

- понимает и употребляет слова, обозначающие названия предметов, действий, признаков, состояний, свойств, качеств;

- различает словообразовательные модели и грамматические формы слов в

импрессивной речи;

- использует в речи простейшие виды сложносочиненных предложений с сочинительными союзами, применяет слова в соответствии с коммуникативной ситуацией;

- пересказывает (с помощью взрослого) небольшую сказку, рассказ, с помощью взрослого рассказывает по картинке, пересказывает небольшие произведения;

- составляет описательный рассказ по вопросам (с помощью взрослого), ориентируясь на игрушки, картинки, из личного опыта;

- различает на слух ненарушенные и нарушенные в произношении звуки;

- владеет простыми формами фонематического анализа;

- использует различные виды интонационных конструкций;

- выполняет взаимосвязанные ролевые действия, изображающие социальные функции людей, понимает и называет свою роль;

- использует в ходе игры различные натуральные предметы, их модели, предметы-заместители;

- передает в сюжетно-ролевых и театрализованных играх различные виды социальных отношений;

- стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от взрослого;

- проявляет доброжелательное отношение к детям, взрослым, оказывает помощь в процессе деятельности, благодарит за помощь;

- занимается доступным продуктивным видом деятельности, не отвлекаясь, в течение некоторого времени (15–20 минут);

- устанавливает причинно-следственные связи между условиями жизни, внешними и функциональными свойствами в животном и растительном мире на основе наблюдений и практического экспериментирования;

- осуществляет «пошаговое» планирование с последующим словесным отчетом о последовательности действий сначала с помощью взрослого, к концу периода обучения, самостоятельно;

- имеет представления о независимости количества элементов множества от пространственного расположения предметов, составляющих множество, и их качественных признаков, осуществляет элементарные счетные действия с множествами предметов на основе слухового, тактильного и зрительного восприятия;

- имеет представления о времени на основе наиболее характерных признаков (по наблюдениям в природе, по изображениям на картинках); узнает и называет реальные явления и их изображения: времена года и части суток;

- владеет ситуативной речью в общении с другими детьми и со взрослыми, элементарными коммуникативными умениями, взаимодействует с окружающими взрослыми и сверстниками, используя речевые и неречевые средства общения;

- может самостоятельно получать новую информацию (задает вопросы, экспериментирует);

- обладает значительно возросшим объемом понимания речи и звукопроизносительными возможностями, активным словарным запасом с последующим включением его в простые фразы;

- в речи употребляет все части речи, проявляя словотворчество;
- сочиняет небольшую сказку или историю по теме, рассказывает о своих впечатлениях, высказывается по содержанию литературных произведений (с помощью взрослого и самостоятельно);
- изображает предметы с деталями, появляются элементы сюжета, композиции, замысел опережает изображение;
- положительно эмоционально относится к изобразительной деятельности, ее процессу и результатам, знает материалы и средства, используемые в процессе изобразительной деятельности, их свойства;
- знает основные цвета и их оттенки;
- сотрудничает с другими детьми в процессе выполнения коллективных работ;
- внимательно слушает музыку, понимает и интерпретирует выразительные средства музыки, проявляя желание самостоятельно заниматься музыкальной деятельностью;
- выполняет двигательные цепочки из трех-пяти элементов;
- выполняет общеразвивающие упражнения с учетом особенностей двигательного развития;
- элементарно описывает по вопросам взрослого свое самочувствие, может привлечь его внимание в случае плохого самочувствия, боли и т. п.

К семи-восемью годам ребенок:

- обладает сформированной мотивацией к школьному обучению;
- усваивает значения новых слов на основе знаний о предметах и явлениях окружающего мира;
- употребляет слова, обозначающие личностные характеристики, с мотивным значением, многозначные;
- умеет подбирать слова с противоположным и сходным значением;
- умеет осмысливать образные выражения и объяснять смысл поговорок (при необходимости прибегает к помощи взрослого);
- правильно употребляет грамматические формы слова; продуктивные и непродуктивные словообразовательные модели;
- составляет различные виды описательных рассказов, текстов (описание, повествование, с элементами рассуждения) с соблюдением цельности и связности высказывания, составляет творческие рассказы;
- осуществляет слуховую и слухопроизносительную дифференциацию звуков по всем дифференциальным признакам;
- владеет простыми формами фонематического анализа, способен осуществлять сложные формы фонематического анализа (с постепенным переводом речевых умений во внутренний план), осуществляет операции фонематического синтеза;
- осознает слоговое строение слова, осуществляет слоговой анализ и синтез слов (двухсложных с открытыми, закрытыми слогами, трехсложных с открытыми слогами, односложных);
- правильно произносит звуки (в соответствии с онтогенезом);
- владеет доступными видами продуктивной деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности;

- выбирает род занятий, участников по совместной деятельности, избирательно и устойчиво взаимодействует с детьми;
- участвует в коллективном создании замысла в игре и на занятиях;
- передает как можно более точное сообщение другому, проявляя внимание к собеседнику;
- регулирует свое поведение в соответствии с усвоенными нормами и правилами, проявляет кооперативные умения в процессе игры, соблюдая отношения партнерства, взаимопомощи, взаимной поддержки;
- отстаивает усвоенные нормы и правила перед ровесниками и взрослыми, стремится к самостоятельности, проявляет относительную независимость от взрослого;
- использует в играх знания, полученные в ходе экскурсий, наблюдений, знакомства с художественной литературой, картинным материалом, народным творчеством, историческими сведениями, мультфильмами и т. п.;
- использует в процессе продуктивной деятельности все виды словесной регуляции: словесного отчета, словесного сопровождения и словесного планирования деятельности;
- устанавливает причинно-следственные связи между условиями жизни, внешними и функциональными свойствами в животном и растительном мире на основе наблюдений и практического экспериментирования;
- владеет элементарными математическими представлениями: количество в пределах десяти, знает цифры 0, 1–9 в правильном и зеркальном (перевернутом) изображении, среди наложенных друг на друга изображений, соотносит их с количеством предметов; решает простые арифметические задачи устно, используя при необходимости в качестве счетного материала символические изображения;
- определяет времена года, части суток;
- самостоятельно получает новую информацию (задает вопросы, экспериментирует);
- пересказывает литературные произведения, по иллюстративному материалу (картинкам, картинам, фотографиям), содержание которых отражает эмоциональный, игровой, трудовой, познавательный опыт детей;
- выполняет речевые действия в соответствии с планом повествования, составляет рассказы по сюжетным картинкам и по серии сюжетных картинок, используя графические схемы, наглядные опоры;
- отражает в речи собственные впечатления, представления, события своей жизни, составляет с помощью взрослого небольшие сообщения, рассказы «из личного опыта»;
- владеет языковыми операциями, обеспечивающими овладение грамотой;
- стремится к использованию различных средств и материалов в процессе изобразительной деятельности;
- имеет элементарные представления о видах искусства, понимает доступные произведения искусства (картины, иллюстрации к сказкам и рассказам, народная игрушка: семеновская матрешка, дымковская и богородская игрушка, воспринимает музыку, художественную литературу, фольклор);
- проявляет интерес к произведениям народной, классической и современной музыки, к музыкальным инструментам;

- соперничает персонажам художественных произведений;
- выполняет доступные движения и упражнения по словесной инструкции взрослых;
- знает и подчиняется правилам игр, игр с элементами спорта;
- владеет элементарными нормами и правилами здорового образа жизни (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Темпы двигательного развития могут существенно варьировать в зависимости от тяжести двигательных нарушений и динамических изменений в ходе лечения. Речевое и познавательное развитие детей с НОДА тесно связаны с их двигательным развитием. У детей с тяжелой двигательной патологией может задерживаться темп познавательного и речевого развития.

Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов освоения программы

Программой предусмотрена система мониторинга динамики развития детей, динамики их образовательных достижений, основанная на методе наблюдения и включающая:

- педагогические наблюдения, педагогическую диагностику, связанную с оценкой эффективности педагогических действий с целью их дальнейшей оптимизации;
- карты развития ребенка с НОДА.

В соответствии со ФГОС дошкольного образования и принципами Программы оценка качества образовательной деятельности по Программе:

- 1) поддерживает ценности развития и позитивной социализации ребенка раннего и дошкольного возраста с НОДА;
- 2) учитывает факт разнообразия путей развития ребенка с НОДА в условиях современного постиндустриального общества;
- 3) ориентирует систему дошкольного образования на поддержку вариативности используемых образовательных программ и организационных форм дошкольного образования для детей с НОДА.

Система оценки качества реализации адаптированной образовательной программы дошкольного образования для детей с НОДА обеспечивает участие всех участников образовательных отношений и в то же время выполняет свою основную задачу – обеспечение развития системы дошкольного образования в соответствии с принципами и требованиями ФГОС ДО.

Система оценки качества реализации Программы решает задачи:

- повышения качества реализации программы дошкольного образования;
- реализации требований ФГОС ДО к структуре, условиям и целевым ориентирам основной образовательной программы дошкольной организации;
- обеспечения объективной экспертизы деятельности ДОУ в процессе оценки качества адаптированной программы дошкольного образования детей с НОДА;
- создания оснований преемственности между дошкольным и начальным общим образованием обучающихся с НОДА.

Система оценки качества дошкольного образования:

- должна быть сфокусирована на оценивании психолого-педагогических и других условий реализации, адаптированной основной образовательной программы в

Организации в пяти образовательных областях, определенных ФГОС ДО;

– учитывает образовательные предпочтения и удовлетворенность дошкольным образованием со стороны семьи ребенка;

– исключает использование оценки индивидуального развития ребенка в контексте оценки работы ДОУ;

– исключает унификацию и поддерживает вариативность программ, форм и методов дошкольного образования;

– способствует открытости по отношению к ожиданиям ребенка с НОДА, семьи, педагогов, общества и государства;

– включает как оценку педагогами ДОУ собственной работы, так и независимую профессиональную и общественную оценку условий образовательной деятельности в дошкольной образовательной организации;

– использует единые инструменты, оценивающие условия реализации программы в ДОУ, как для самоанализа, так и для внешнего оценивания.

Мониторинг развития ребенка по освоению достижений образовательных областей программы ДОУ осуществляется с помощью автоматизированной информационно-аналитической системы (АИС) «Мониторинг развития ребенка». Разработчики программы: научный руководитель проекта – к.п.н., Едакова И.Б., программист-разработчик Соколов Е.Г., разработчики содержания – Шилкова И.А., Соколова Ю.Г.

Инструментарий для педагогической диагностики - карты наблюдений детского развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребёнка в ходе реализации образовательной области «Физическое развитие».

Результаты мониторинга по образовательной области «Физическое развитие»

№ п/п	Образовательные области ООП ДО	Результаты освоения достижений по образовательным областям (не освоено)
5-6 лет		
		<i>Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)</i>
		Выполняет упражнения на статическое и динамическое равновесие
		Умеет перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом
		Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп
		Участвует в спортивных играх и упражнениях, в играх с элементами

соревнования, играх- эстафетах

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)

Владеет школой мяча

Может прыгать на мягкое покрытие (высота 20 см)

Прыгает в высоту с разбега (не менее 40 см)

Прыгает с разбега (не менее 100 см)

Прыгать в длину с места (не менее 80 см)

Прыгать в обозначенное место с высоты 30 см

Прыгать через короткую и длинную скакалку

Умеет бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой

Умеет лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа

Умеет метать предметы правой и левой рукой в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3–4 м

Умеет метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–9 м

Умеет отбивать мяч в ходьбе (расстояние 6 м)

Умеет отбивать мяч на месте не менее 10 раз

Умеет сочетать замах с броском

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Проявляет самостоятельность, творчество, выразительность и грациозность движений

Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры

Участвует в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон,

футбол, хоккей

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Имеет хороший аппетит

Легко и быстро засыпает

Редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год)

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Быстро раздевается и одевается

Вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви

Владеет простейшими навыками поведения во время еды

Во время еды пользуется вилкой, ножом

Имеет навыки опрятности (замечает беспорядок в одежде, устраняет его при небольшой помощи взрослых)

Правильно пользуется носовым платком и расческой

Правильно умывается, пользуясь индивидуальным полотенцем, полощет рот после еды

Сформированы навыки личной гигиены (моет руки перед едой; при кашле закрывает рот и нос платком)

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Знает о значении для здоровья человека ежедневной утренней гимнастики, закаливания организма, соблюдения режима дня

Имеет начальные представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон) и факторах, разрушающих

здоровье

Имеет представление о правилах ухода за больным

Имеет представление о роли гигиены и режима дня для здоровья человека

6-7 лет

Накопление и обогащение двигательного опыта (овладение основными движениями)

Выполняет правильно технику всех видов основных движений: ходьбы, бега, прыжков, метания, лазанья

Выполняет физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции

Умеет перестраиваться: в 3–4 колонны, в 2–3 круга на ходу шеренги после расчета на первый-второй

Умеет соблюдать интервалы во время передвижения

Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости, координации)

Может бросать предметы в цель из разных исходных положений

Может метать предметы в движущуюся цель

Может метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5–12 м

Может перебрасывать набивные мячи (вес 1 кг)

Может прыгать в высоту с разбега (не менее 50 см)

Может прыгать в длину с места (на расстояние не менее 100 см)

Может прыгать на мягкое покрытие (с

высоты до 40см) и мягко приземляться

Может прыгать с разбега (180 см)

Попадает в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 4–5 м

Прыгает через короткую и длинную скакалку разными способами

Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании

Проявляет интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, теннис, хоккей, футбол)

Проявляет интерес к физической культуре и спорту

Умеет самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры

Участвует в играх с элементами спорта (городки, бадминтон, баскетбол, футбол, хоккей, настольный теннис)

Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей

Имеет хороший аппетит

Легко и быстро засыпает

Редко болеет острыми респираторно-вирусными инфекциями (1–2 раза в год).

Воспитание культурно-гигиенических навыков

Быстро раздевается и одевается

Вешает одежду в определенном порядке, следит за чистотой одежды и обуви

Правильно пользуется носовым платком и расческой

Правильно умывается, пользуясь индивидуальным полотенцем, полощет рот после еды

Имеет представление о рациональном питании

О важности соблюдения режима дня

Имеет сформированные представления о пользе и видах закаливающих процедур, роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье

Имеет сформированные представления об особенностях строения и функциями организма человека

Имеет сформированные представления о значении двигательной активности в жизни человека

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Основные содержательные направления работы с детьми. Система работы по реализации образовательных областей

В группах комбинированной направленности осуществляется совместное образование обучающихся с НОДА по адаптированной основной образовательной программе дошкольного образования, при разработке которой учитываются особенности психофизического развития воспитанников, определяющие организацию и содержание коррекционной работы специалистов (учителя-логопеда, педагога-психолога и др.). Воспитанник с НОДА получает образование по адаптированной основной образовательной программе дошкольного образования в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии.

Система работы по реализации образовательной области «Социально-коммуникативное развитие»

В области социально-коммуникативного развития ребенка в условиях информационной социализации основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- развития положительного отношения ребенка к себе и другим людям;
- развития коммуникативной и социальной компетентности, в том числе информационно-социальной компетентности;
- развития игровой деятельности;
- развития компетентности в виртуальном поиске.

В сфере развития положительного отношения ребенка к себе и другим людям

Взрослые способствуют развитию у ребенка положительного самоощущения, чувства собственного достоинства, осознанию своих прав и свобод. У детей формируются представления о взрослых и детях, об особенностях их внешнего вида, о ярко выраженных эмоциональных состояниях, о делах и поступках людей, о семье и родственных отношениях.

Особое внимание обращается на развитие положительного отношения ребенка к окружающим его людям: воспитывают уважение и терпимость к другим детям и взрослым, вне зависимости от их социального происхождения, внешнего вида, расовой и национальной принадлежности, языка, вероисповедания, пола, возраста, личностного и поведенческого своеобразия; воспитывают уважение к чувству собственного достоинства других людей, их мнениям, желаниям, взглядам.

В сфере развития коммуникативной и социальной компетентности

Педагоги расширяют представления детей с НОДА о микросоциальном окружении, опираясь на имеющийся у них первый положительный социальный опыт в общении и социальных контактах, приобретенный в семье, в повседневной жизни.

Педагоги предоставляют детям с НОДА возможность выражать свои переживания, чувства, взгляды, убеждения и выбирать способы их выражения, исходя из имеющегося у них опыта, в том числе средств речевой коммуникации. Эти возможности свободного самовыражения играют ключевую роль в развитии речи и коммуникативных способностей, расширяют словарный запас и умение логично и связно выражать свои мысли, развивают готовность принятия на себя ответственности в соответствии с уровнем

развития.

Взрослые во всех формах взаимодействия с детьми формируют у них представления о себе и окружающем мире, активизируя речевую деятельность детей с НОДА, накопление ими словарного запаса, связанного с их эмоциональным, бытовым, предметным, игровым опытом.

Взрослые способствуют развитию у детей социальных навыков: при возникновении конфликтных ситуаций не вмешиваются, позволяя детям решить конфликт самостоятельно и помогая им только в случае необходимости. В различных социальных ситуациях дети учатся договариваться, соблюдать очередность, устанавливать новые контакты.

В сфере развития игровой деятельности

Педагоги создают условия для свободной игры детей, организуют и поощряют участие детей с НОДА в дидактических и творческих играх и других игровых формах; поддерживают творческую импровизацию в игре. У детей развивают стремление играть вместе со взрослыми и с другими детьми на основе личных симпатий. Детей знакомят с адекватным использованием игрушек, в соответствии с их функциональным назначением, воспитывая у них умение, соблюдать в игре элементарные правила поведения и взаимодействия на основе игрового сюжета. Взрослые обучают детей с НОДА использовать речевые и неречевые средства общения в процессе игрового взаимодействия. Активно поощряется желание детей самостоятельно играть в знакомые игры. Взрослые стимулируют желание детей отражать в играх свой жизненный опыт, включаться в различные игры и игровые ситуации по просьбе взрослого, других детей или самостоятельно, расширяя их возможности использовать приобретенные игровые умения в новой игре. Используют дидактические игры и игровые приемы в разных видах деятельности и при выполнении режимных моментов.

Игра как основная часть образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» включается в совместную образовательную деятельность взрослых и детей в процессе овладения всеми образовательными областями, в групповые и индивидуальные коррекционно-развивающие занятия. В игре возникают партнерские отношения, поэтому социальная сфера «ребенок среди сверстников» становится предметом особого внимания педагогов. Взаимодействие взрослого с детьми с НОДА строится с учетом интересов каждого ребенка и детского сообщества в целом.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Содержание образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» направлено на всестороннее развитие у детей с НОДА навыков игровой деятельности, дальнейшее приобщение их к общепринятым нормам и правилам взаимоотношения со сверстниками и взрослыми, в том числе моральным, на обогащение первичных представлений о гендерной и семейной принадлежности.

В этот период в коррекционно-развивающей работе с детьми взрослые создают и расширяют знакомые образовательные ситуации, направленные на стимулирование потребности детей в сотрудничестве, в кооперативных действиях со сверстниками во всех видах деятельности, проводится работа по активизации двигательной, познавательной и речевой деятельности.

Работа с детьми старшего дошкольного возраста предполагает активное

применение игротерапевтических техник с элементами куклотерапии, песочной терапии, арттерапии и др. Занятия по психотерапевтическим методикам (работа с детской агрессией, страхами, тревожностью) проводит педагог-психолог, согласовывая их с педагогами группы и родителями.

Педагоги уделяют основное внимание формированию связной речи у детей с НОДА, ее основных функций (коммуникативной, регулирующей, познавательной). Дети вовлекаются в различные виды деятельности, естественным образом обеспечивающие их коммуникативное взаимодействие со взрослыми и сверстниками, развитие познавательного интереса и мотивации к деятельности.

Особое внимание обращается на формирование у детей представления о Родине: о городах России, о ее столице, о государственной символике, гимне страны и т. д. У детей в различных ситуациях расширяют и закрепляют представления о предметах быта, необходимых человеку, о макросоциальном окружении.

Взрослые создают условия для формирования экологических представлений детей, знакомя их с функциями человека в природе (потребительской, природоохранной, восстановительной). С детьми организуются праздники.

Особое внимание обращается на развитие у детей устойчивого алгоритма и стереотипа поведения в опасных ситуациях, количество которых для детей с НОДА значительно больше, чем для их сверстников, не имеющих моторных нарушений.

В этот период большое внимание уделяется формированию у детей интеллектуальной и мотивационной готовности к обучению в школе. У детей старшего дошкольного возраста активно развивается познавательный интерес (интеллектуальный, волевой и эмоциональный компоненты). Взрослые, осуществляя совместную деятельность с детьми, обращают внимание на то, какие виды деятельности их интересуют, стимулируют их развитие, создают предметно-развивающую среду, исходя из потребностей каждого ребенка.

Активными участниками образовательного процесса в области «Социально-коммуникативное развитие» являются родители детей, а также все специалисты, работающие с детьми с НОДА.

Система работы по реализации образовательной области «Познавательное развитие»

В области познавательного развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- развития любознательности, познавательной активности, познавательных способностей детей;
- развития представлений в разных сферах знаний об окружающей действительности, в том числе о виртуальной среде, о возможностях и рисках Интернета.

В сфере развития любознательности, познавательной активности, познавательных способностей

Взрослые создают насыщенную предметно-пространственную среду, стимулирующую познавательный интерес детей, исследовательскую активность, элементарное экспериментирование с различными веществами, предметами, материалами.

Возможность свободных практических действий с разнообразными материалами, участие в элементарных опытах и экспериментах имеет большое значение для умственного и эмоционально-волевого развития ребенка с НОДА, способствует

построению целостной картины мира, оказывает стойкий долговременный эффект. У него формируется понимание, что окружающий мир полон загадок, тайн, которые еще предстоит разгадать. Таким образом, перед ребенком открывается познавательная перспектива дальнейшего изучения природы, мотивация расширять и углублять свои знания.

Педагоги создают возможности для развития у детей общих представлений об окружающем мире, о себе, других людях, в том числе общих представлений в естественнонаучной области, математике, экологии. Взрослые читают книги, проводят беседы, экскурсии, организуют просмотр фильмов, иллюстраций познавательного содержания и предоставляют информацию в других формах. Побуждают детей задавать вопросы, рассуждать, строить гипотезы относительно наблюдаемых явлений, событий.

У детей развивается способность ориентироваться в пространстве; сравнивать, обобщать предметы; понимать последовательности, количества и величины; выявлять различные соотношения; применять основные понятия, структурирующие время; правильно называть дни недели, месяцы, времена года, части суток. Дети получают первичные представления о геометрических формах и признаках предметов и объектов, о геометрических телах, о количественных представлениях.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Содержание образовательной области «Познавательное развитие» в этот период обеспечивает развитие у детей с НОДА познавательной активности, обогащение их сенсомоторного и сенсорного опыта, формирование предпосылок познавательно-исследовательской и конструктивной деятельности, а также представлений об окружающем мире и элементарных математических представлений.

Характер решаемых задач позволяет структурировать содержание образовательной области: 1) конструирование; 2) развитие представлений о себе и об окружающем мире; 3) формирование элементарных математических представлений.

Продолжается развитие у детей с НОДА мотивационного, целевого, содержательного, операционального и контрольного компонентов конструктивной деятельности. При этом особое внимание уделяется самостоятельности детей, им предлагаются творческие задания, задания на выполнение работ по своему замыслу, задания на выполнение коллективных построек.

Система работы по реализации образовательной области «Речевое развитие»

В области речевого развития ребенка с НОДА основными задачами образовательной деятельности является создание условий для:

- формирования основы речевой и языковой культуры, совершенствования разных сторон речи ребенка;
- приобщения детей к культуре чтения художественной литературы.

В сфере совершенствования разных сторон речи ребенка

Речевое развитие ребенка связано с умением вступать в коммуникацию с другими людьми, умением слушать, воспринимать речь говорящего и реагировать на нее собственным откликом, адекватными эмоциями, то есть тесно связано с социально-коммуникативным развитием. Полноценное речевое развитие помогает дошкольнику устанавливать контакты, делиться впечатлениями. Оно способствует взаимопониманию, разрешению конфликтных ситуаций, регулированию речевых действий. Речь как

важнейшее средство общения позволяет каждому ребенку участвовать в беседах, играх, проектах, спектаклях, занятиях и др., проявляя при этом свою индивидуальность.

Взрослые создают возможности для формирования и развития звуковой культуры, образной, интонационной и грамматической сторон речи, фонематического слуха, правильного звуко- и словопроизношения, поощряют разучивание стихотворений, скороговорок, чистоговорок, песен; организуют речевые игры, стимулируют словотворчество.

В сфере приобщения детей к культуре чтения литературных произведений

Взрослые читают детям книги, стихи, вспоминают содержание и обсуждают вместе с детьми прочитанное, способствуя пониманию, в том числе на слух. Детям, которые хотят читать сами, предоставляется такая возможность.

У детей активно развивается способность к использованию речи в повседневном общении, а также стимулируется использование речи в области познавательно-исследовательского, художественно-эстетического, социально-коммуникативного и других видов развития. Взрослые могут стимулировать использование речи для познавательно-исследовательского развития детей, например, отвечая на вопросы «Почему?..», «Когда?..», обращая внимание детей на последовательность повседневных событий, различия и сходства, причинно-следственные связи, развивая идеи, высказанные детьми, вербально дополняя их. Например, ребенок говорит: «Посмотрите на это дерево», а педагог отвечает: «Это береза. Посмотри, у нее набухли почки и уже скоро появятся первые листочки».

Речевому развитию способствуют наличие в развивающей предметно-пространственной среде открытого доступа детей к различным литературным изданиям, предоставление места для рассматривания и чтения детьми соответствующих их возрасту книг, наличие других дополнительных материалов, например, плакатов и картин, рассказов в картинках, аудиозаписей литературных произведений и песен, а также других материалов.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Ведущим направлением работы в рамках образовательной области «Речевое развитие» является развитие и формирование связной речи детей с НОДА.

В этот период основное внимание уделяется стимулированию речевой активности детей. У них формируется мотивационно-потребностный компонент речевой деятельности, развиваются ее когнитивные предпосылки: восприятие, внимание, память, мышление. Одной из важных задач обучения является формирование вербализованных представлений об окружающем мире, дифференцированного восприятия предметов и явлений, элементарных обобщений в сфере предметного мира. Различение, уточнение и обобщение предметных понятий становится базой для развития активной речи детей. Для развития фразовой речи детей проводятся занятия с использованием приемов комментированного рисования, обучения рассказыванию по литературным произведениям, по иллюстративному материалу.

Педагоги создают условия для развития коммуникативной активности детей с НОДА в быту, играх и на занятиях. Для этого в ходе специально организованных игр и в совместной деятельности ведется формирование средств межличностного взаимодействия детей. Взрослые предлагают детям различные ситуации, позволяющие моделировать

социальные отношения в игровой деятельности. Они создают условия для расширения словарного запаса через эмоциональный, бытовой, предметный, социальный и игровой опыт детей.

Для формирования у детей мотивации к школьному обучению в работу по развитию речи детей с НОДА включаются занятия по подготовке их к обучению грамоте.

Эту работу воспитатель и учитель-логопед проводят, исходя из особенностей и возможностей развития детей старшего дошкольного возраста с НОДА, дифференцировать с учетом речевых проблем каждого ребенка. Содержание занятий по развитию речи тесно связано с содержанием логопедической работы, а также работы, которую проводят с детьми другие специалисты.

Система работы по реализации образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»

В области художественно-эстетического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- развития у детей интереса к эстетической стороне действительности, ознакомления с разными видами и жанрами искусства (словесного, музыкального, изобразительного), в том числе народного творчества;
- развития способности к восприятию музыки, художественной литературы, фольклора;
- приобщения к разным видам художественно-эстетической деятельности, развития потребности в творческом самовыражении, инициативности и самостоятельности в воплощении художественного замысла.

В сфере развития у детей интереса к эстетической стороне действительности, ознакомления с разными видами и жанрами искусства, в том числе народного творчества

Программа относит к образовательной области художественно-эстетического развития приобщение детей к эстетическому познанию и переживанию мира, к искусству и культуре в широком смысле, а также творческую деятельность детей в изобразительном, пластическом, музыкальном, литературном и др. видах художественно-творческой деятельности.

Эстетическое отношение к миру опирается, прежде всего, на восприятие действительности разными органами чувств. Взрослые способствуют накоплению у детей сенсорного опыта, обогащению чувственных впечатлений, развитию эмоциональной отзывчивости на красоту природы и рукотворного мира, сопереживания персонажам художественной литературы и фольклора.

Взрослые знакомят детей с классическими произведениями литературы, живописи, музыки, театрального искусства, произведениями народного творчества, рассматривают иллюстрации в художественных альбомах, организуют экскурсии на природу, в музеи, демонстрируют фильмы соответствующего содержания, обращаются к другим источникам художественно-эстетической информации.

В сфере приобщения к разным видам художественно-эстетической деятельности, развития потребности в творческом самовыражении, инициативности и самостоятельности в воплощении художественного замысла

Взрослые создают возможности для творческого самовыражения детей: поддерживают инициативу, стремление к импровизации при самостоятельном воплощении ребенком художественных замыслов; вовлекают детей в разные виды

художественно-эстетической деятельности, в сюжетно-ролевые и режиссерские игры, помогают осваивать различные средства, материалы, способы реализации замыслов.

В изобразительной деятельности (рисовании, лепке) и художественном конструировании взрослые предлагают детям экспериментировать с цветом, придумывать и создавать композицию; осваивать различные художественные техники, использовать разнообразные материалы и средства.

В музыкальной деятельности (танцах, пении, игре на детских музыкальных инструментах) – создавать художественные образы с помощью пластических средств, ритма, темпа, высоты и силы звука.

В театрализованной деятельности, сюжетно-ролевой и режиссерской игре – языковыми средствами, средствами мимики, пантомимы, интонации передавать характер, переживания, настроения персонажей.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

Основной формой организации работы с детьми в этот период становятся занятия, в ходе которых решаются более сложные задачи, связанные с формированием операционально-технических умений. На этих занятиях особое внимание обращается на проявления детьми самостоятельности и творчества.

Изобразительная деятельность детей в старшем дошкольном возрасте предполагает решение изобразительных задач (нарисовать, слепить, сделать аппликацию) и может включать отдельные игровые ситуации.

Для развития изобразительных умений и навыков большое значение имеет коллективная деятельность детей, как в непосредственно образовательной деятельности, так и в свободное время. К коллективной деятельности можно отнести следующие виды занятий с детьми: создание «портретной» галереи, изготовление альбомов о жизни детей и иллюстраций к сказкам; выполнение коллективных картин и др.

Все больше внимания уделяется развитию самостоятельности детей при анализе природы и образца, при определении изобразительного замысла, при выборе материалов и средств реализации этого замысла, его композиционных и цветовых решений.

Тематика занятий и образовательных ситуаций отражает собственный эмоциональный, межличностный, игровой и познавательный опыт детей. Руководство изобразительной деятельностью со стороны взрослого приобретает косвенный, стимулирующий, содержание деятельности характер. В коррекционно-образовательный процесс вводятся технические средства обучения, в том числе использование мультимедийных средств и т. д.

Реализация содержания раздела «Музыка» направлена на обогащение музыкальных впечатлений детей, совершенствование их певческих, танцевальных навыков и умений.

Продолжается работа по формированию представлений о творчестве композиторов, о музыкальных инструментах, об элементарных музыкальных формах. В этом возрасте дети различают музыку разных жанров и стилей. Знают характерные признаки балета, оперы, симфонической и камерной музыки. Различают средства музыкальной выразительности (лад, мелодия, метроритм). Дети понимают, что характер музыки определяется средствами музыкальной выразительности.

Особое внимание в музыкальном развитии дошкольников с НОДА уделяется умению рассказывать, рассуждать о музыке адекватно характеру музыкального образа.

В этот период музыкальный руководитель, воспитатели и другие специалисты продолжают развивать у детей музыкальный слух (звуко-высотный, ритмический, динамический, тембровый), учить использовать для музыкального сопровождения самодельные музыкальные инструменты, изготовленные с помощью взрослых.

Система работы по реализации образовательной области «Физическое развитие»

В области физического развития ребенка основными задачами образовательной деятельности являются создание условий для:

- становления у детей ценностей здорового образа жизни;
- развития представлений о своем теле и своих физических возможностях;
- приобретения двигательного опыта и совершенствования двигательной активности;
- коррекция недостатков общей и тонкой моторики;
- формирования начальных представлений о некоторых видах спорта, овладения подвижными играми с правилами.

В сфере становления у детей ценностей здорового образа жизни

Взрослые способствуют развитию у детей ответственного отношения к своему здоровью. Они рассказывают детям о том, что может быть полезно и что вредно для их организма, помогают детям осознать пользу здорового образа жизни, соблюдения его элементарных норм и правил, в том числе правил здорового питания, закаливания и пр. Взрослые способствуют формированию полезных навыков и привычек, нацеленных на поддержание собственного здоровья, в том числе формированию гигиенических навыков. Создают возможности для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях.

В сфере совершенствования двигательной активности детей, развития представлений о своем теле и своих физических возможностях, формировании начальных представлений о спорте

Взрослые уделяют специальное внимание развитию у ребенка представлений о своем теле, произвольности действий и движений ребенка.

Для удовлетворения естественной потребности детей в движении взрослые организуют пространственную среду с соответствующим оборудованием как внутри помещения, так и на внешней территории подвижные игры (как свободные, так и по правилам), занятия, которые способствуют получению детьми положительных эмоций от двигательной активности.

Взрослые поддерживают интерес детей к подвижным играм, занятиям на спортивных снарядах, упражнениям в беге, прыжках, лазании, метании и др.; побуждают детей выполнять физические упражнения, направленные на коррекцию недостатков двигательной сферы, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также правильного не наносящего ущерба организму выполнения основных движений.

Взрослые проводят физкультурные занятия, организуют спортивные игры в помещении и на воздухе, спортивные праздники; развивают у детей интерес к различным видам спорта, предоставляют детям заниматься разными видами двигательной активности с учетом возможностей детей и рекомендации врача.

Основное содержание образовательной деятельности с детьми старшего дошкольного возраста

В ходе физического воспитания детей с НОДА старшего дошкольного возраста большое значение приобретает формирование у детей осознанного понимания

необходимости здорового образа жизни, интереса и стремления к двигательной активности, желания участвовать в подвижных и спортивных играх со сверстниками и самим организовывать их.

На занятиях физкультурой реализуются принципы ее адаптивности, концентричности в выборе содержания работы. Этот принцип обеспечивает непрерывность, преемственность и повторность в обучении. Очень важно при подборе упражнений учитывать характер двигательных патологий и опираться на рекомендации врача, которые должны включать не только показания к тем или иным видам упражнений, но и противопоказания, а также рекомендации о характере двигательных нагрузок.

В структуре каждого занятия выделяются разминочная, основная и релаксационная части. В процессе разминки мышечно-суставной аппарат ребенка подготавливается к активным физическим нагрузкам, которые предполагаются в основной части занятия. Релаксационная часть помогает детям самостоятельно регулировать свое психоэмоциональное состояние и нормализовать процессы возбуждения и торможения.

В этот период продолжается развитие физических качеств детей: объема движений, силы, ловкости, выносливости, гибкости, координации движений. Потребность в ежедневной осознанной двигательной деятельности формируется у детей в различные режимные моменты: на утренней гимнастике, на прогулках, в самостоятельной деятельности, во время спортивных досугов и т.п.

Физическое воспитание связано с развитием музыкально-ритмических движений, с занятиями ритмикой, подвижными играми.

Основной формой коррекционно-развивающей работы по физическому развитию дошкольников с НОДА остаются специально организованные занятия, утренняя гимнастика. Кроме этого, проводятся лечебная физкультура, массаж, различные виды гимнастик, закаливающие процедуры, подвижные игры, игры со спортивными элементами, спортивные досуги, спортивные праздники и развлечения.

Проводится работа по формированию двигательной активности, организованности, самостоятельности, инициативы. Во время игр и упражнений дети учатся соблюдать правила, участвуют в подготовке и уборке места проведения занятий. Взрослые привлекают детей к активному участию в подготовке физкультурных праздников, спортивных досугов, создают условия для проявления их творческих способностей в ходе изготовления спортивных атрибутов и т. д.

Содержание образовательной области «Физическое развитие», направленное на становление представлений детей о ценностях здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами, реализуется в разных формах организации работы, прежде всего, в ходе осуществления режимных моментов, самостоятельной деятельности детей при незначительной помощи взрослых.

Для организации работы с детьми активно используется время, предусмотренное для их самостоятельной деятельности. На данном этапе обучения важно вовлекать детей с НОДА в различные игры-экспериментирования, викторины, игры-этюды, жестовые игры, предлагать им иллюстративный и аудиальный материал и т.п., связанный с личной гигиеной, режимом дня, здоровым образом жизни.

В этот период является значимым расширение и уточнение представлений детей с НОДА о человеке (себе, сверстнике и взрослом), об особенностях внешнего вида здорового и заболевшего человека, об особенностях своего здоровья. Взрослые

продолжают знакомить детей на доступном их восприятию уровне со строением тела человека, с назначением отдельных органов и систем, а также дают детям элементарные, но значимые представления о целостности организма. В этом возрасте дети уже достаточно осознанно могут воспринимать информацию о правилах здорового образа жизни, важности их соблюдения для здоровья человека, о вредных привычках, приводящих к болезням. Содержание раздела интегрируется с образовательной областью «Социально-коммуникативное развитие», формируя у детей представления об опасных и безопасных для здоровья ситуациях, а также о том, как их предупредить и как вести себя в случае их возникновения.

Взаимодействие взрослых с детьми

Формы, способы, методы и средства реализации программы, которые отражают следующие аспекты образовательной среды:

- характер взаимодействия со взрослыми;
- характер взаимодействия с другими детьми;
- система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому.

Взаимодействие взрослых с детьми является важнейшим фактором развития ребенка и пронизывает все направления образовательной деятельности.

С помощью взрослого и в самостоятельной деятельности ребенок учится познавать окружающий мир, играть, рисовать, общаться с окружающими. Процесс приобщения к культурным образцам человеческой деятельности (культуре жизни, познанию мира, речи, коммуникации, и прочим), приобретения культурных умений при взаимодействии со взрослыми и в самостоятельной деятельности в предметной среде называется процессом овладения культурными практиками.

Процесс приобретения общих культурных умений во всей его полноте возможен только в том случае, если взрослый выступает в этом процессе в роли партнера, а не руководителя, поддерживая и развивая мотивацию ребенка. Основной функциональной характеристикой партнерских отношений является равноправное относительно ребенка включение взрослого в процесс деятельности. Взрослый участвует в реализации поставленной цели наравне с детьми, как более опытный и компетентный партнер.

Для *личностно-порождающего взаимодействия* характерно принятие ребенка таким, какой он есть, и вера в его способности. Взрослый не подгоняет ребенка под какой-то определенный «стандарт», а строит общение с ним с ориентацией на достоинства и индивидуальные особенности ребенка, его характер, привычки, интересы, предпочтения. Он сопереживает ребенку в радости и огорчениях, оказывает поддержку при затруднениях, участвует в его играх и занятиях. Ограничения и порицания используются в случае крайней необходимости, не унижая достоинство ребенка. Такой стиль воспитания обеспечивает ребенку чувство психологической защищенности, способствует развитию его индивидуальности, положительных взаимоотношений со взрослыми и другими детьми.

Личностно-порождающее взаимодействие способствует формированию у ребенка различных позитивных качеств. Ребенок учится уважать себя и других, так как отношение ребенка к себе и другим людям всегда отражает характер отношения к нему окружающих взрослых. Он приобретает чувство уверенности в себе, не боится ошибок. Когда взрослые предоставляют ребенку самостоятельность, оказывают поддержку,

вселяют веру в его силы, он не пасует перед трудностями, настойчиво ищет пути их преодоления.

Взаимодействие педагогического коллектива с семьями дошкольников

Все усилия педагогов по подготовке к школе и успешной интеграции детей с двигательной патологией, будут недостаточно успешными без постоянного контакта с родителями. Семья должна принимать активное участие в развитии ребенка, чтобы обеспечить непрерывность коррекционно-восстановительного процесса.

Рекомендации по физическому развитию детей и организации ортопедического режима дома

Консультируя родителей в этом направлении, следует акцентировать их внимание на то, что физическое воспитание - важнейшая составляющая в системе обучения, воспитания и лечения детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Необходимо активное взаимодействие родителей со специалистами, осуществляющими коррекцию двигательной сферы ребенка (массажистом, инструктором ЛФК). В ходе консультации для родителей необходимо рекомендовать:

- комплекс мероприятий по стимуляции двигательного развития ребенка в домашних условиях.
- адаптация домашних условий к двигательным возможностям ребенка, (как сделать тренажеры и специальные приспособления для стимуляции развития двигательных навыков и облегчения передвижения ребенка).
- контроль родителей за положением ребенка в пространстве.

Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

Особенности работы групп комбинированной направленности для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата (НОДА)

Основные цели деятельности группы

совершенствование функций формирующегося организма, развитие двигательных навыков, тонкой ручной моторики, зрительно-пространственной координации

Специальные коррекционные задачи

- формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;
- изучение в процессе предметной деятельности различных свойств материалов, а также назначения предметов;
- развитие речи посредством движения;
- формирование в процессе двигательной деятельности различных видов познавательной деятельности;
- управление эмоциональной сферой ребенка, развитие морально-волевых качеств личности, формирующихся в процессе специальных двигательных занятий, игр, эстафет

Основные задачи адаптивной физической культуры

- формировать у ребенка осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами здоровых

сверстников;

- развивать способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни;
- формировать компенсаторные навыки, умение использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных;
- развивать способность к преодолению физических нагрузок, необходимых для полноценного функционирования в обществе;
- формировать потребность быть здоровым и вести здоровый образ жизни; стремление к повышению умственной и физической работоспособности

Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с нарушениями опорно-двигательного аппарата

Коррекционная работа организуется в рамках ведущей деятельности. Поэтому при коррекционно-педагогических мероприятиях стимулируется ведущий для данного возраста вид деятельности — игровая деятельность.

Необходимо гибкое сочетание различных видов и форм коррекционно-педагогической работы (индивидуальных, подгрупповых и фронтальных).

Основными направлениями коррекционной работы в дошкольном возрасте являются:

- развитие двигательной деятельности (общей моторики и функциональных возможностей кистей и пальцев рук);
- развитие навыков самообслуживания и гигиены;
- развитие игровой деятельности;
- формирования конструирования и изобразительной деятельности;
- развитие всех сторон речи и коррекция речевых нарушений;
- расширение запаса знаний и представлений об окружающем;
- развитие сенсорных функций;
- формирование пространственных и временных представлений, коррекция их нарушений.
- формирование элементарных математических представлений;
- подготовка к школе.

Развитие двигательной деятельности (общей моторики и функциональных возможностей кистей и пальцев рук)

Развитие общих движений необходимо проводить поэтапно в ходе специальных упражнений, с учетом степени сформированности основных двигательных функций. В ходе коррекционной работы необходимо решить следующие задачи:

- формирование контроля над положением головы и ее движениями;
- обучение разгибанию верхней части туловища;
- тренировка опорной функции рук (опора на предплечья и кисти);
- развитие поворотов туловища (переворачивания со спины на живот и с живота на спину);
- формирование функции сидения и самостоятельного присаживания;
- обучение вставанию на четвереньки, развитие равновесия и ползания в этом положении;
- обучение вставанию на колени, затем на ноги;
- развитие возможности удержания вертикальной позы и ходьбы с поддержкой;
- стимуляция самостоятельной ходьбы и коррекция ее нарушений.

В работе с детьми с легкими двигательными нарушениями особое внимание уделяется развитию тонкой моторики, обучению точным движениям.

Ведущую роль в развитии движений у детей с НОДА играют лечебная физкультура (ЛФК) и массаж.

Основными задачами лечебной гимнастики являются торможение патологической тонической рефлекторной активности, нормализация на этой основе мышечного тонуса и облегчение произвольных движений, тренировка последовательного развития возрастных двигательных навыков ребенка. На начальных этапах развития общей моторики все мероприятия направлены на воспитание задержанных статокинетических рефлексов и устранение влияния тонических рефлексов, а затем на развитие возможностей активных движений. Проведению мероприятий по становлению общей моторики должны предшествовать приемы, направленные на нормализацию мышечного тонуса.

Наряду с лечебной физкультурой при НОДА широко применяется общий лечебный и точечный массаж. Классический лечебный массаж способствует расслаблению спастичных мышц и укрепляет, стимулирует функционирование ослабленных мышц. Основными приемами массажа являются поглаживание, растирание, разминание, похлопывание, вибрация.

Нужно подключить к коррекционной работе один из наиболее мощных механизмов компенсации — мотивацию к деятельности, заинтересованность, личную активность ребенка в овладении моторикой. Развивая различные стороны мотивации, нужно добиваться осознания ребенком производимых им действий, по возможности обосновывая ход выполнения каждого действия. Специалист по физической адаптивной физической культуре ЛФК, воспитатель должны привлекать внимание ребенка к выполнению задания, терпеливо и настойчиво добиваясь ответных реакций. При этом следует избегать чрезмерных усилий ребенка, что приводит обычно к нарастанию мышечного тонуса.

При развитии двигательных функций важное значение имеет использование комплексных афферентных стимулов: зрительных (проведение упражнений перед зеркалом); тактильных (применение различных приемов массажа; ходьба босиком по песку и камешкам; щеточный массаж); проприоцептивных (специальные упражнения с сопротивлением, чередование упражнений с открытыми и закрытыми глазами); температурных (локально использование льда, упражнения в воде с изменением ее температуры).

При выполнении движений широко используются также звуковые и речевые стимулы. Многие упражнения, особенно при наличии насильственных движений, полезно

проводить под музыку. Особо важное значение имеет четкая речевая инструкция и сопровождение движений стихами, что развивает целенаправленность действий, создает положительный эмоциональный фон, улучшает понимание обращенной речи, обогащает словарь. На всех занятиях у ребенка нужно формировать способность воспринимать позы и направление движений, а также восприятие предметов на ощупь (стереогноз).

Очень важно соблюдать общий двигательный режим. Ребенок с двигательным нарушением во время бодрствования не должен более 20 мин. находиться в одной и той же позе. Нужно следить за тем, чтобы ребенок не сидел в течение длительного времени с опущенной вниз головой, согнутыми спиной и ногами. Это приводит к стойкой патологической позе, способствует развитию сгибательных контрактур коленных и тазобедренных суставов. Чтобы этого избежать, ребенка следует сажать на стул так, чтобы его ноги были разогнуты, стопы стояли на опоре, а не свисали, голова и спина были выпрямлены. В течение дня полезно несколько раз выкладывать ребенка на живот, добиваясь в этом положении разгибания головы, рук, спины и ног. Чтобы облегчить принятие этой позы, ребенку под грудь подкладывают небольшой валик.

Развитие функциональных возможностей кистей и пальцев рук тесно связано с формированием общей моторики. При развитии функциональных возможностей кистей и пальцев руки у детей с двигательными нарушениями необходимо учитывать этапы становления моторики кисти и пальцев рук: опора на раскрытую кисть, осуществление произвольного захвата предметов кистью, включение пальцевого захвата, противопоставление пальцев, постепенно усложняющиеся манипуляции и предметные действия, дифференцированные движения пальцев рук.

Полезно включать в занятия, а также рекомендовать родителям для выполнения дома, с детьми следующие виды упражнений:

- разгладить лист бумаги, ладонью правой руки, придерживая его левой рукой, и наоборот;
- постучать по столу расслабленной кистью правой (левой) руки;
- повернуть правую руку на ребро, согнуть пальцы в кулак, выпрямить, положить руку на ладонь; сделать то же левой рукой;
- руки полусогнуты, опора на локти - встряхивание по очереди кистями ("звонок");
- руки перед собой, опора на предплечья, по очереди смена положения кистей, правой и левой (согнуть-разогнуть, повернуть ладонью к лицу - к столу);
- фиксировать левой рукой правое запястье - поглаживать ладонью правой руки, постучать ладонью по столу и т.п.

Одновременно проводится работа и по развитию движений пальцев рук, особенно правой руки:

- соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук ("домик");
- соединить лучезапястные суставы, кисти разогнуть, пальцы отвести ("корзиночка").

Необходимо обратить внимание на формирование противопоставления первого пальца всем остальным; на свободное сгибание и разгибание пальцев рук без движений кисти и предплечья, которыми они часто замещаются. Для этого рекомендуется применять следующие задания:

- сжать пальцы правой руки в кулак - выпрямить;
- согнуть пальцы одновременно и поочередно;

- противопоставить первому пальцу все остальные поочередно;
- постучать каждым пальцем по столу под счет "один, один-два, один-два-три";
- отвести и привести пальцы, согнуть и разогнуть с усилием ("кошка выпустила коготки");
- многократно сгибать и разгибать пальцы, легко касаясь концевой фалангой первого пальца остальных ("сыпать зерно для птиц").

Развитие навыков самообслуживания и гигиены

Развитие навыков самообслуживания и гигиены должно быть максимально индивидуализировано в зависимости от двигательных возможностей ребенка. Важно, чтобы двигательные умения включались в повседневную жизнь и практическую деятельность, постоянно развивались и постепенно становились автоматизированными навыками.

Ребенок с НОДА, поступающий в школу, должен уметь самостоятельно одеваться, раздеваться, застегивать и расстегивать пуговицы, кнопки и молнии, снимать и надевать обувь, не путая правую и левую ногу, расшнуровывать и зашнуровывать ботинки; самостоятельно есть, пить из чашки, уметь пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой) и салфеткой, носовым платком, зубной щеткой, расческой, уметь мыть руки, умываться, вытираться.

Развитие игровой деятельности

Для детей с НОДА игра имеет огромное значение, поскольку ее можно использовать для тренировки двигательных, познавательных, речевых навыков, для развития правильных взаимоотношений, творческого воображения.

Обучение игре необходимо проводить со всеми детьми с НОДА, независимо от состояния их двигательной сферы, в виде фронтальных и подгрупповых занятий, регламентированных по времени, в игровой комнате. Выбор содержания игры, ее тематика и форма проведения определяются степенью сформированностью психофизических предпосылок.

Участие в игре, выполнение детьми игровых и предметных действий следует осуществлять различными способами в зависимости от состояния движения:

- пассивно-активные действия, при понимании ребенком с НОДА функционального назначения всех предметов и игрушек, темы и сюжета игры. Помощь можно оказывать при захватывании и удержании игрушки.
- включение ребенка с НОДА в игру лишь при условии правильного планирования игровых действий, сопровождаемых речью;
- самостоятельное осуществление игровых действий с их планированием, оценкой под руководством взрослых.

Индивидуально, а также с небольшой группой детей следует проводить тренировочные упражнения, направленные на формирование предпосылок для развития предметного и игрового действия: формирование манипулятивной деятельности с предметами с тренировкой акта захвата и удержания предмета при его различном положении по отношению к ребенку; развитие целенаправленных действий по отношению предметов друг с другом; отработка отдельных действий - развязывание, завязывание шнурков, расстегивание, застегивание пуговиц, молний и т.д. Постепенно отработанные действия следует вводить в игровую деятельность.

Игры требуют соблюдения дисциплины. Надо стремиться к тому, чтобы

взаимопонимание, взаимопомощь стали привычными формами поведения ребенка. Именно в игре дети получают первый опыт общения друг с другом, у них развиваются общественные формы поведения.

Важно развивать у детей и творческое отношение к игре. Творческая игра имеет в своей основе условное преобразование окружающего. Основная задача руководства данной игрой состоит в том, чтобы содействовать устойчивости замысла, развитию его в определенном сюжете. Надо следить за тем, чтобы игра ребенка не представляла простого механического действия. Важно обратить внимание на подбор игрушек. Наиболее подходят игрушки, которые пригодны для разнообразного использования. Необходимо помнить, что игры и деятельность должны подбираться в зависимости от реальных возможностей ребенка.

Формирование конструирования и изобразительной деятельности

Занятия изобразительной деятельностью служат важным средством коррекции недостатков психофизического развития детей с НОДА. Программа для дошкольников, с двигательными нарушениями, имея в своей основе все те этапы, которые входят в программу для здоровых детей, должна включать дополнительные занятия, направленные на тренировку движений рук, развитие мелкой моторики, развитие зрительно-пространственного восприятия.

На занятиях изобразительной деятельностью с детьми НОДА, необходимо решать следующие задачи:

- развивать мелкую моторику руки и зрительно-двигательную координацию для подготовки к овладению навыками письма;
- формировать правильное восприятие формы, величины, цвета и умение передать их в изображении;
- формировать правильное восприятие пространства, корригировать нарушения зрительно-пространственного восприятия;
- формировать целостное восприятие предмета и добиваться его отражения средствами изобразительной деятельности (рисованием, лепкой, аппликацией);
- развивать навыки конструирования;
- воспитывать положительное эмоциональное отношение к изобразительной деятельности и ее результатам;
- развивать любознательность, воображение;
- расширять запас знаний и представлений.

Специфика методов обучения состоит в применении средств, отвечающих психолого-педагогическим особенностям детей с НОДА. Необходимо выделить виды деятельности, наиболее способствующие решению коррекционных задач. К таковым можно отнести аппликацию, лепку, тренировочное рисование, использование трафарета,

Занятия аппликацией способствуют развитию конструктивных возможностей, формированию представлений о цвете и форме. Достоинством этого вида деятельности является и его доступность: аппликацией могут заниматься дети, имеющие низкий уровень графических возможностей вследствие поражения рук.

Лепка способствует развитию мелкой моторики рук, точности движений, корригирует нарушение мышечно-суставного чувства. Использование трафарета способствует воспитанию правильного движения, расширению графических возможностей ребенка с пораженными руками.

Тренировочное рисование – система графических упражнений для развития манипулятивной деятельности кисти руки.

На занятиях изобразительной деятельностью необходимо особое внимание уделять восприятию и изображению форм предметов (круг, овал, четырехугольник и т. д.). Необходимо развивать умение видеть геометрические формы в окружающих ребенка предметах, дифференцировать близкие формы. Полезно использовать специальные трафареты, которые дети обводят и раскрашивают. Зрительный образ предмета закрепляется на занятиях аппликацией, лепкой.

Обучение конструированию детей с НОДА рекомендуется начать с конструирования по образцу, составленному из частей, и только после этого переходить к конструированию по нерасчлененному образцу. Эта методика включает несколько этапов.

На первом этапе необходимо ознакомить ребенка со строительным материалом, обучить его простым конструктивным действиям, пользуясь деталями одинаковой величины и формы, обучить планомерному обследованию образцов и деталей постройки, словесному обозначению пространственных отношений предметов («рядом», «на», «над», «под», «около», «сзади», «спереди» и т. д.).

Второй этап — «конструирование по нерасчлененному образцу». Детей обучают планомерному рассматриванию образцов, эффективным способам конструирования с использованием развернутых действий с деталями (прикладывание их к образцам); учат пользоваться пространственными и метрическими признаками предметов в процессе конструирования; составлять геометрические фигуры, учитывая форму и величину деталей; обогащают словарный запас ребенка специальной пространственной терминологией («квадрат», «прямоугольник», «ромб» и т. д.). Программа второго этапа рассчитана на длительный срок, определяемый индивидуальными возможностями ребенка.

На третьем этапе занятий ребенку предлагается свободное конструирование, когда он может самостоятельно использовать усвоенные им приемы обследования и исполнения. При этом могут выполняться следующие задания: конструирование дома для куклы, постройка улицы, города, конструирование по замыслу.

Развитие всех сторон речи и коррекция речевых нарушений

Для коррекции речевых нарушений необходимо:

- Уменьшение степени проявления двигательных дефектов речевого аппарата;
- Развитие речевого дыхания и голоса;
- Формирование продолжительности, звонкости, управляющей голоса в речевом потоке. Выработка синхронности голоса, дыхания и артикуляции.
- Нормализация просодической системы речи (мелодико-интонационных и темпоритмических характеристик речи);
- Формирование артикуляционного праксиса на этапе постановки, автоматизации и дифференциации звуков речи.
- Развитие фонематического восприятия и звукового анализа.
- Развитие функциональных возможностей кистей и пальцев рук.
- Нормализация лексико-грамматических навыков экспрессивной речи.

Основной целью коррекционно-логопедической работы является формирование всей системы полноценной речевой деятельности: развитие понимание обращенной речи, расширение пассивного и активного словаря, формирование грамматического строя и

связных высказываний, улучшение произносительной стороны речи. Очень важным является развитие полноценного речевого общения.

При проведении коррекционно-логопедической работы с детьми с НОДА целесообразно использовать следующие методы логопедического воздействия: дифференцированный логопедический массаж (расслабляющий или стимулирующий), зондовый массаж, пассивная и активная артикуляционная гимнастика, дыхательные и голосовые упражнения.

Расширение запаса знаний и представлений об окружающем мире

Очень важно, какими способами ребенок с НОДА получает сведения об окружающем мире. В ходе ознакомления с окружающим миром детей следует учить выделять в предметах и явлениях существенные и несущественные признаки, проводить сравнения, объединения предметов и явлений по различным признакам, устанавливать причинно-следственные связи, делать выводы и заключения, расширять наполняемость родовых, видовых и обобщающих понятий.

Важное значение для развития знаний и представлений об окружающем мире имеют прогулки. У ребенка-дошкольника мыслительные процессы должны быть, как можно теснее связаны с живыми, яркими, наглядными предметами окружающего мира. Для развития представлений об окружающем мире большую роль играют специальные занятия с использованием картинок. Для ребенка с НОДА важно, чтобы картина была четкой, достаточно крупной и располагалась в поле его зрения.

Готовность ребенка к обучению в школе определяется уровнем развития его интеллектуальных процессов. Ребенок должен уметь не только наблюдать, но и дифференцировать и обобщать предметы и явления окружающего мира. Формирование обобщающего и дифференцирующего мышления должно проводиться систематически как в процессе повседневной деятельности ребенка, так и на специальных занятиях.

Развитие пространственных представлений

Пространственные представления - важнейшая характеристика окружающего мира и необходимая составляющая сенсорного воспитания в детском возрасте. В силу двигательных и оптико-пространственных нарушений пространственные представления формируются у детей с НОДА с большим трудом. Взрослые должны помнить, что положительный эффект приносят практические упражнения, когда с целью формирования пространственных представлений ребенок осуществляет перемещение своего тела в помещении самостоятельно. В том случае, если ребенок не передвигается, его обязательно нужно перемещать в заданном направлении. Развитие пространственных представлений осуществляется поэтапно.

Первый этап - расположение предметов в пространстве, ориентация в предметно-пространственном окружении "от себя». На этом этапе важно, чтобы у ребенка сформировалось представление о сторонах и частях тела человека, а также его лица. Здесь также как и при формировании представлений о величине необходимо давать сразу же словесное обозначение формируемого представления. При заучивании названий правой и левой рук ребенку следует сказать, что каждая из рук имеет свое название. Чтобы сформировать понятия "впереди", "сзади", "вверху", "внизу", "справа", "слева", следует связать их с конкретными частями тела, например, впереди (лицо) – сзади (спина), вверху (голова) – внизу (ноги), правая рука (справа) – левая рука (слева). Важно также научить ребенка различать парные части тела. С этой целью могут быть использованы различные

детские стихотворения и игры.

Второй этап: ориентация в предметно-пространственном окружении "от другого человека». Чтобы сформировать предметно-пространственные представления в позиции "от другого человека" нужно использовать куклу. Ручку куклы нужно маркировать тем же способом, что и у ребенка. Затем игрушку посадить напротив ребенка. Взрослый должен обратить внимание ребенка на то, маркированная рука находится наискосок от руки самого ребенка. Чтобы расширить количество упражнений, можно маркировать щечки, ушки, плечики, ножки, коленки, пальчики, ладошки у сидящей напротив куклы и т.д. Важно также научить ребенка определять, где находится предмет по отношению к кукле или другому человеку. Пространственную ориентировку на любых предметах следует тренировать с ребенком постоянно.

Третий этап: ориентировка по основным пространственным направлениям. На этом этапе отрабатывается ориентировка по основным пространственным направлениям: вперед–назад, направо–налево, вверх–вниз. Определение своего местоположения относительно другого предмета (впереди–позади, справа–слева, сзади, позади). Вводятся понятия: близко–далеко, ближе–дальше. Важно стремиться к тому, чтобы ребенок с НОДА опробовал на собственном опыте передвижение в указанных направлениях. Если он не может это сделать самостоятельно, взрослый должен показать ему это с помощью перемещения коляски ребенка. Одновременно он должен комментировать свои действия правильными терминами.

Четвертый этап: ориентировка на листе бумаги. Ориентировка на листе бумаги - важный этап в подготовке ребенка к школе. Здесь вводятся понятия: посередине, в центре, верхняя и нижняя стороны, правая и левая стороны, верхний правый угол, верхний левый угол, нижний левый угол, нижний правый угол.

Пятый этап: коррекция оптико-пространственного восприятия. Коррекция нарушений оптико-пространственного восприятия может достигаться с помощью заданий на воссоздание по образцу или представлению пространственного размещения геометрических фигур или узоров; фиксации и воспроизведения поворотов на плоскости отдельных элементов узора или графических знаков. Взрослым полезно зарисовывать с детьми схемы расположения предметов в помещении; геометрических фигур на листе бумаги, отраженном в зеркале. Важным этапом в этом направлении работы является формирование у ребенка навыка составления разрезных картинок. В начале ребенку можно предложить разрезные картинки без фона, т.е. вырезанные по контуру. Затем предлагаются к составлению картинки, изображающие предмет с фоном, из 2-х, 3-х, 4-х, 6-ти, 9-ти частей. Важно, чтобы взрослые сопровождали собственные действия правильными терминами, определяющими местоположение каждой из частей. Затем, когда у ребенка этот навык сформируется, можно ему предлагать задания на составление сюжетных картин по контурному изображению из 9-ти, 12-ти частей.

Закрепить сформировавшиеся навыки можно с помощью составления сюжетных картинок из 4-х, 6-ти, 9-ти, 12-ти предметных кубиков или кубиков Никитина (кубиков Кооса).

Формирование временных представлений

Освоение временных понятий детьми с НОДА протекает с разной скоростью и характеризуется крайней неустойчивостью. Формирование временных представлений осуществляется поэтапно.

Первый этап: формирование представлений о сутках. Сутки являются первой естественной единицей измерения времени. У дошкольников начинают формировать представления о таких промежутках времени, как день - ночь, утро - вечер. Взрослым рекомендуется начинать развитие представлений о времени с различения отдельных контрастных частей суток (день - ночь; утро - вечер), а затем только переходить к их последовательности и сменяемости суток. Для формирования представлений об указанных временных отрезках взрослые могут использовать прием описания конкретной деятельности, которой в этот период занимаются дети. Детей обучают различать части суток: по внешним объективным признакам (светло-темно).

Большую пользу приносит рассмотрение с детьми картинок и фото, изображающих деятельность людей в разные отрезки времени, а затем соотносить каждую картинку с определенным временным эталоном. Можно составлять сериационный ряд из частей суток: располагать четыре картинки, изображающие части суток, в нужном порядке.

С целью закрепления представлений о частях суток можно использовать цветные карточки.

Формирование представлений о сутках будет стимулировать чтение взрослыми отрывков из художественных произведений, стихов, описывающих действия, связанные с данным временем суток (например, А. Барто «Спать пора. Уснул бычок»), а также отгадывание загадок.

Второй этап: формирование представлений о временах года. Знания о времени года лучше усваиваются детьми, если они предлагаются по контрастному принципу в сравнении с предыдущим временем года. Самое трудное время года для усвоения детьми – это весна. Взрослым следует в соответствии с рекомендациями специалистов изготовить наглядные пособия, в которых каждому сезонному изменению в природе или в жизни людей соответствовала бы карточка или картинка. В качестве наиболее продуктивных форм работы предлагаются: раскладывание карточек с изображением времен года в соответствии с порядком их возникновения; определение времени года по картинкам и составление рассказов по картинкам; наблюдение за изменениями в природе в естественных условиях, использование литературных произведений, чтение и заучивание наизусть стихов, отгадывание загадок и заучивание пословиц; изготовление аппликаций по темам времен года; рисование сюжетных картин; проведение праздников, посвященных временам года (очень продуктивная форма работы, особенно для детей с тяжелыми нарушениями).

Третий этап: временные понятия "Вчера, сегодня, завтра". На этом этапе работы используются те же формы работы. Временные отрезки вчера, сегодня, завтра связываются с определенной деятельностью детей и обозначаются определенным термином,

Четвертый этап: календарь, дни недели. Для ознакомления детей с НОДА с днями недели можно использовать отрывной календарь. Каждый листок календаря отмечают полоской соответствующего цвета или изготавливают из цветной бумаги так, чтобы каждый день имел свой цвет (понедельник - синий, вторник - желтый, среда - зеленый, четверг - белый, пятница - фиолетовый, суббота - оранжевый, воскресенье - красный). На каждом листке календаря проставляют такое количество кружочков, которое соответствует порядковому номеру дня недели. Ежедневно отрывая листок календаря, ребенок укладывает его в соответствующее деление. В конце недели подсчитывается

количество дней, и они называются. В конце месяца подсчитывается количество недель, а в старшем возрасте и количество дней.

Работая с календарем, взрослые помогают детям запомнить дни недели по порядковому номеру (количеству точек) и по цвету листка календаря. Можно также для запоминания названий дней недели связывать их с конкретным содержанием деятельности детей (используется недельное расписание занятий).

Пятый этап: временное понятие "месяц", названия месяцев. Работая с моделью календарного года, взрослый одновременно знакомит ребенка с названиями месяцев. Каждый месяц связывается с определенным временем года и наполняется конкретным содержанием (изменения в погоде, в природе, в жизни человека и животных). Хорошим стимулом для запоминания является заучивание стихов о месяцах года (С.Я. Маршак «Двенадцать месяцев» или другие). Особый положительный эффект приносит разыгрывание игр-драматизаций для заучивания названий месяцев.

Формирование элементарных математических представлений

В работе с дошкольниками с НОДА целесообразно проводить подготовительные занятия по формированию и уточнению имеющихся у них основных количественных, пространственных и временных представлений, по формированию навыков сравнения предметов по форме, величине и протяженности. Необходимо научить детей изучать и сравнивать предметы и группы предметов по какому-то одному из признаков, устанавливать общее и различное; особое внимание уделять сравнению предметов, которые невозможно пересчитывать поштучно (для этого необходимо выбрать соответствующую меру измерения).

Овладение основными понятиями о числе и арифметическими действиями с числами требует предварительного усвоения и уточнения элементарных представлений о величине: большой — маленький, больше — меньше, короткий — длинный, короче — длиннее, шире — уже, ниже — выше и т. д.

Необходимо проводить ежедневные занятия, в процессе которых дети смогут осознать, что все предметы расположены определенным образом в пространстве и имеют различную протяженность. Во время прогулок обращать внимание детей на то, что улицы бывают узкие и широкие, дома — большие и маленькие, высокие и низкие и т. п. Именно в такого рода сравнениях формируются и уточняются элементарные математические понятия.

Необходимо научить детей отыскивать и находить предметы нужной величины, формы, протяженности. Для этого взрослые отбирают кубики, мячи, пирамидки, куклы различной величины и просят ребенка найти сначала самые большие предметы, затем — самые маленькие и вводят эти понятия в речь.

Далее следует обращать внимание детей на то, что предметы одной и той же величины могут отличаться по форме: «Сравните большой красный мяч и большой красный кубик, маленький синий шарик и маленький синий кубик». Затем им нужно помочь установить, что предметы, одинаковые по величине и форме, могут отличаться по длине. На следующем этапе дети овладевают умением подобрать (разгруппировать) предметы разной величины, формы, протяженности по какому-то одному заданному признаку. Затем эти задания можно разнообразить и усложнить: подобрать предмет либо такой же, как образец, либо большей или меньшей величины. Вначале лучше использовать те предметы, которые уже знакомы детям по предыдущим занятиям, а затем

включать и новые.

Дальнейшее усложнение заданий идет за счет сопоставления предметов различной формы и величины, при этом предметы сопоставляются не парами, а рядами. Сначала такие задания выполняются по показу. По мере постепенного усвоения и закрепления понятий формы и величины дети могут выполнять задания по словесной инструкции. Ребенку объясняют, что нужно сделать, и на первых порах взрослый рассказывает, каким образом надо выполнять задание. Постепенно дети учатся самостоятельно планировать ход выполнения задания.

Развитию и закреплению элементарных математических понятий способствуют занятия по ручному труду, рисованию, лепке.

При обучении элементарному счету необходимо обращать внимание на то, умеют ли дети сравнивать разные множества (количества) предметов, независимо от их формы и величины. Только после того как ребенок научится сравнивать предметы по какому-либо признаку и устанавливать, где предметов больше (меньше), в каком сосуде жидкости больше (меньше) и т. д., переходят к умению уравнивать количества (множества) предметов. При обучении детей элементарному счету необходимо обратить особое внимание на состав числа. Здесь особенно важна наглядность обучения. Сначала нужно научить ребенка составлять число предметов из разных групп. Для закрепления состава числа можно использовать нахождение целого числа не по двум, а по трем слагаемым (группам предметов).

Подготовка к школе

Установлено, что для обучения в школе большую роль играет уровень сформированности навыков самообслуживания, поэтому при подготовке детей к школе особое внимание следует уделять их формированию. Формирование навыков самообслуживания проходит, как на специально организованных занятиях, так и во все режимные моменты, учитывая индивидуальные, двигательные возможности детей.

Обучение грамоте (добукварный период). Формирование первоначальных навыков чтения и письма.

В ходе коррекционно-педагогической работы важно учитывать характер и структуру речевого нарушения каждого ребенка.

Задачами подготовительного периода обучения грамоте являются:

- Формирование произвольной стороны речи.
- Развитие слухового внимания и речеслуховой памяти.
- Формирование фонематического восприятия.
- Нормализация оптико-пространственного гнозиса.
- Подготовка мелкой моторики руки к процессу письма.
- Формирование психологической базы речи.
- Формирование мыслительных операций.

Программа подготовительного периода в обучении грамоте имеет несколько разделов, которые тесно связаны между собой:

- Формирование навыков произношения.
- Развитие фонематического восприятия, формирование звукового анализа и синтеза.
- Развитие ритмической и звуко-слоговой структуры слова.

Основной период в обучении грамоте - букварный период. Программа основного периода обучения грамоте предусматривает на основе звукового анализа и синтеза научить детей чтению слогов и слов

Дети с двигательными нарушениями испытывают трудности во владении графическими навыками и навыками письма, работу по формированию данных навыков надо начинать как можно раньше и вести постоянно.

Успешное формирование графо-моторной функции у детей с НОДА возможно только при условии специально согласованной деятельности учителя-логопеда, воспитателя и инструктора ЛФК. Необходима индивидуальная подготовка руки к письму, последовательная отработка и закрепление двигательного навыка письма. Необходимо выделить время для специальных занятий по формированию движений, обеспечивающих правильную технику письма.

С целью подготовки руки ребенка к письму можно также предложить прием рисования мокрым или окрашенным в краску пальцем по доске или прием рисования по доске с рассыпанной манкой или мукой. Важно обучить ребенка удержанию пальцевой позы для показа определенного количества предметов (один предмет - один палец; два предмета - два пальца и т.д.).

Правильный захват предметов, способы его удержания определяют возможности развития ребенка к предметной деятельности, а в дальнейшем, и к письму. Поэтому взрослые должны постоянно развивать у детей с НОДА правильные формы удержания предметов, игрушек и двигательных действий с ними. Специалист должен показать, как эти навыки формируются у ребенка в процессе игры.

Для развития точности движений пальцев рук следует строить различные фигуры на плоскости из палочек, мозаики и плоскостных геометрических фигур. Хорошие результаты в формировании двигательных навыков дают следующие упражнения: надевание колечек, пуговиц, бус на проволоку, веревку, нитку; продевание через отверстия малого размера шнурков; прошивание иглой контура предметов на бумаге, а также застегивание, расстегивание, завязывание, развязывание шнурков, пуговиц, молний.

Обучение письму начинается с обследования возможностей овладения графическим навыком письма. Важным этапом работы является обучение ребенка адекватной позе во время письма. При этом необходимо решать следующие задачи:

- подбор позы и «рефлекс-запрещающих» позиций, при которых нарушения мышечного тонуса и интенсивность гиперкинезов были бы минимальными;
- применение специальных приспособлений для фиксации конечностей и головы ребенка;
- отработка общей позы при письме и обучение среднему положению головы, поворотам и наклонам при строго определенном положении рук;
- развитие зрительного контроля за движением рук в разных направлениях.

Формирование элементарных математических представлений

При подготовке к школе очень важно развить у ребенка с НОДА основы математического мышления. В ходе работы по формированию математических представлений у детей с двигательной патологией в период подготовки к школе решаются следующие задачи:

- накопление конкретных фактов о различных свойствах предметов окружающей действительности;

– формирование у детей способности выделять в объектах существенные признаки, развитие различных операций сравнения и группировки предметов по определенному признаку;

- накопление представлений о количестве, величине и форме предмета;
- развитие ориентировки во времени и пространстве;
- образование множеств, их соотношение с заданным образцом (количеством);
- усвоение элементарного математического счета.

Формирование конструктивных и изобразительных навыков у детей происходит в тесном единстве со становлением двигательной функции рук - захватывание и удержание предметов в их различном положении по отношению к ребенку, соотносительные действия с предметами под контролем зрения, с развитием интереса к данным видам деятельности и потребности в осуществлении контролирования и самого процесса изображения по мере развития общих представлений об окружающем мире.

Все усилия педагогов по подготовке к школе и успешной интеграции детей с двигательной патологией, будут недостаточно успешными без постоянного контакта со взрослыми. Семья должна принимать активное участие в развитии ребенка, чтобы обеспечить непрерывность коррекционно-восстановительного процесса. Взрослые должны отрабатывать и закреплять навыки и умения у детей, сформированные специалистами, по возможности помогать изготавливать пособия для работы в детском саду и дома. Домашние задания, предлагаемые учителем-логопедом, педагогом-психологом и воспитателем для выполнения, должны быть четко разъяснены. Это обеспечит необходимую эффективность коррекционной работы, ускорит процесс восстановления нарушенных функций у детей.

При этом для детей с двигательной патологией особое значение приобретает ранняя стимуляция развития основных двигательных навыков. Родители должны выделить дома уголок, где должны находиться специально оборудованные стул, стол, ходунки, поручни, качалка, гимнастическая стенка, спортивный инвентарь, тренажеры и др.

Учебно-тематический план

Группа	Разделы программы							Всего часов
	Диагностика	Элементы правил стойки	Выработка навыка правильной осанки	Развитие силовой выносливости мышц	Профилактика плоскостопия	Дыхательная гимнастика	Оздоровительный массаж	
Старшая	4	10	13	25	10	3	3	68
Подготовительная	4	10	13	25	10	3	3	68

Содержание разделов

Раздел	Цели и задачи.	Содержание раздела
Диагностика	Цель: Определение уровня физической подготовленности, оценка функционального состояния и адаптация организма к нагрузке	- Подвижные игры. Игры с метанием, прыжками, лазаньем. - Упражнения на определение силовой выносливости мышц, гибкости, координации,

		<p>быстроты, равновесия.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общеразвивающие упражнения. - Функциональные пробы. <p>Двигательные тесты. Нагрузочная проба с приседанием.</p>
Элементы правильной стойки	Цель: Выработка представлений о правильной стойке, обучение зрительному и кинестетическому восприятию правильной осанки.	
	Дать первоначальное представление о правильной стойке	Игра «Встань прямо»
	Научить находить правильные шаблоны постановки стоп. Научить отличать правильное положение стоп от неправильного, стоять на отпечатанных следах стоп, сохраняя правильное положение тела.	Игры «Найди правильный след», «Как стоять?»
	Научить отличать правильную стойку от неправильной, подражая положению тела инструктора. Учить стоять на шаблоне, касаясь стены затылком, лопатками, ягодицами, пятками; приседать и вставать, сохраняя правильную осанку	Игры «Встань как я», «Приседание у стены»
	Научить правильному положению головы, развивать умение переносить на голове лёгкие предметы.	Игра «Держи голову прямо».
	Научить правильному положению верхней части туловища (плеч и груди) при естественной стойке.	Игра «Держи плечи прямо»
	Научить подтягивать живот, развивать мышцы живота и спины	Игра «Подтяни живот».
	Закреплять правильную постановку стоп. Развивать мышцы ног.	Игра «Выпрями ноги»
	Учить правильному положению корпуса при ходьбе и беге. Выполнять упражнения с гимнастическими палками.	Игра «Выполняй правильно»
	Учить перекачиванию из исходного положения лежа на животе. Продолжать упражнять в	Игра «Каток»

	правильной стойке с использованием шаблонов и без них.	
	Учить сохранять правильную стойку в различных вариантах	Игра «Стоп»
Выработка навыка правильной осанки	<p>Развивать мышечно-суставное чувство; тренировать ощущение положения тела в пространстве; закреплять правильное положение частей тела во время движений и при принятии различных поз;</p> <p>выравнивать тонус мышц с правой и левой сторон туловища; вырабатывать новую схему тела, позволяющую принимать и удерживать правильную позу; улучшать координацию движения, развивать чувство равновесия;</p> <p>учить расслаблять, растягивать сокращенные мышцы;</p> <p>формировать практические умения для поддержания правильной осанки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Упражнения для закрепления правильной стойки в различных исходных положениях: стоя спиной к стене, стоя, лежа, сидя, выполняемые на месте и в сочетании с различными движениями. - Общеразвивающие упражнения с предметами и без. - Упражнения на развитие координации статического и динамического равновесия, выполняемые с партнером, стоя, в ходьбе, в упоре присев, на снарядах. - Упражнения для растягивания сокращенных мышц в различных исходных положениях. - Упражнения на расслабление и напряжение мышц различных звеньев тела в разных исходных положениях. - Упражнения на поддержание навыка правильной осанки. - Подвижные игры.
Развитие силовой выносливости мышц	<p>Формировать мышечный корсет; развивать общую силовую выносливость мышц, улучшать тонус мышц;</p> <p>доводить навык правильной осанки до автоматизма;</p> <p>корректировать индивидуальные нарушения осанки;</p> <p>упражнять в равновесии, развивать ловкость, координацию, чувство ритма, глазомер; развивать ориентировку в пространстве.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Тесты на определение силовой выносливости мышц. - Комплексы упражнений для укрепления мышц, отвечающих за поддержание позвоночника (мышцы брюшного пресса, боковые мышцы туловища, передней и задней поверхности бедер, поясницы, верхней части спины и плечевого пояса) с учетом индивидуального состояния здоровья и характера протекания болезни. - Комплексы аэробики (степ-аэробика, фитбол-аэробика, танцевально-ритмическая гимнастика). - Упражнения на закрепление навыка правильной осанки.

		<ul style="list-style-type: none"> - Упражнения на локальное развитие мышц туловища. - Упражнения на развитие координации, равновесия (статического и динамического). Упражнения с предметами на голове. - Упражнения на расслабление, растягивание мышц. - Общеразвивающие упражнения для развития ловкости, мышечного чувства. - Упражнения прикладного характера (ходьба, бег, ходьба на четвереньках и ее разновидности). - Подвижные игры.
Дыхательная гимнастика	Учить определять тип дыхания, его глубину, частоту и по этим признакам состояние организма. Укреплять мышцы дыхательной системы (носоглотку, верхние дыхательные пути, легкие, диафрагму). Учить расслаблять и восстанавливать организм после нагрузки.	Упражнения с произвольной задержкой дыхания; упражнения с произвольным усилением дыхания; упражнения на диафрагмальное дыхание, реберное, верхнеключичное дыхание, полное дыхание, выполняемые в положении стоя на месте, лежа, в движении. Медленное произношение гласных и согласных звуков и букв на выдохе.
Профилактика плоскостопия	Цель: формирование и укрепление сводов стоп. Задачи: развивать основные функции стоп, обучать правильной постановке стоп при ходьбе, укреплять сумочно-связочный аппарат и увеличивать подвижность в суставах стоп, улучшать кровообращение стоп, улучшать координацию движений.	Упражнения, способствующие укреплению передней большеберцовой, длинного разгибателя пальцев, длинного разгибателя 1 пальца, коротких мышц стоп, увеличению длины трехглавой мышцы голени, формированию сводов стопы; выполняемые в разных исходных положениях: лежа, сидя, стоя. Упражнения с захватом и перекладыванием мелких и крупных предметов, перекатыванием предметов. Ходьба по палке, обручу, ребристой доске, следовой дорожке, ходьба на носках, на пятках, на внешней стороне стопы.
Оздоровительный	Стимулировать деятельность	Упражнения с акцентом на

самомассаж	внутренних органов; мобилизовать защитные силы организма; повышать работоспособность.	самомассаж стоп, ушных раковин, лица, позвоночника, головы в различных исходных положениях в игровой форме на основе китайских техник; а также оздоровительный самомассаж при ОРЗ, гриппе.
------------	---	--

Методические указания к программе

Выработка навыка правильной осанки

На этом этапе воспитанники знакомятся с теоретическими знаниями о важности правильной осанки и ее влиянием на здоровье человека; обучаются правилам ортопедического режима; принятию и сохранению правильной стойки в различных исходных положениях на месте и в сочетании с различными движениями.

Улучшить координацию движений, выработать и закрепить навык правильной осанки, нормализовать состояние позных мышц помогают упражнения на равновесие. При их выполнении тренируется ощущение положения тела в пространстве, вырабатывается новая схема тела, позволяющая принимать и удерживать правильную позу. Для усложнения этих упражнений используется уменьшение площади опоры — стойка на носках, на одной ноге, на буме или бревне, а также изменение положения центра тяжести тела при подъеме рук, отведении ноги, использовании гантелей, набивных мячей и других предметов. Чем чаще меняется положение центра тяжести, тем больше необходима дифференцированная работа мышц и координация движений, поэтому для тренировки равновесия целесообразно использовать резкие переходы от динамической работы мышц к статической — остановку после ходьбы или бега, переход в положение стоя после прыжка и т. д.

На занятиях по коррекции нарушений осанки используются упражнения прикладного характера: ходьба, бег, ходьба на четвереньках и ее разновидности. Эти виды физической нагрузки используются для неспецифической тренировки (как общеразвивающие) для развития ловкости, внимания, мышечного чувства, глазомера, улучшения координации движения, ориентации движения.

Упражнения на расслабление снимают напряжение мышц, ускоряют восстановление работоспособности после тренировки. Особенно важно научиться расслаблять позные мышцы с повышенным тонусом — это необходимое условие формирования правильной осанки. При расслаблении снижается тонус не только скелетных мышц, но и гладкой мускулатуры внутренних органов в соответствующих зонах. Упражнения в расслаблении — прекрасный способ тренировки тормозных реакций для возбудимых детей. Постоянные стрессы вызывают напряжение мускулатуры всего тела, и расслабление лица и рук хорошо снимает психическую нагрузку и облегчает расслабление более крупных мышц.

Растягивание хронически сокращенных мышц и потерявших эластичность суставов и связок необходимо для формирования правильной осанки не меньше, а то и больше, чем укрепление ослабленных мышц. Растягивание следует проводить после легких динамических упражнений и упражнений на расслабление. Растягивание «холодных» и напряженных мышц неэффективно и даже вредно, так как при этом легко получить растяжение связок. Чтобы избежать растяжений, движения при растягивании должны

быть медленными, пружинящими. Для лучшего расслабления мышц растягивать их следует на вдохе. Подбирать упражнения необходимо с учетом индивидуальных особенностей осанки, целенаправленно растягивая только те мышцы и связки, которые в этом нуждаются. Эластичность мышц тесно связана с гибкостью позвоночника. Если подвижность позвоночника в соответствующем отделе нормальная или немного выше нормы, дополнительно растягивать мышцы не следует. Одновременно с растягиванием необходимо укреплять мышцы-антагонисты, напряжение которых обеспечивает выполнение движений во время упражнений на растягивание. При уменьшенных физиологических изгибах позвоночника, например при плоской спине, необходимо в первую очередь укреплять мышцы и осторожно выполнять упражнения на увеличение гибкости малоподвижных участков позвоночника. Упражнения на растягивание мышц обычно нужны при увеличенных физиологических изгибах.

Развитие силовой выносливости мышц. Корригирующая гимнастика

Прежде чем приступить к занятиям по укреплению мышц, отвечающих за поддержание позвоночника, следует провести тестирование силовой выносливости мышц, результаты которого определяют период, с которого следует начинать гимнастику.

Тестирование силовой выносливости мышц проводится следующим образом:

1. «Рыбка» - упражнение для оценки силовой выносливости мышц спины. Исходное положение - лёжа на животе, руки вытянуты вперёд. Приподнять над полом руки, ноги и голову. Руки в локтях не сгибать, голова между рук, носки ног тянуть. Удерживать это положение до усталости (в секундах).

2. «Уголок» - упражнение для оценки силовой выносливости мышц живота. Исходное положение - лёжа на спине, руки под головой, локти прижаты к поверхности пола. Поднять прямые ноги вверх под углом 45° и удерживать до усталости (в секундах), колени не сгибать, носки ног тянуть от себя.

3. Оценка силовой выносливости мышц шеи. Исходное положение - лёжа на спине, руки лежат на животе, подбородок прижат к груди. Поднять голову от пола на 4-5 сантиметров и удерживать до усталости (в секундах).

Упражнение	Для первого периода	Для перехода на второй период	Для перехода на третий период
«Рыбка»	Менее минуты	Не менее минуты	Не менее 1 мин. 30 с
«Уголок»	Менее 35 сек.	Не менее 35 сек.	Не менее минуты
шеи	Менее минуты	Не менее минуты	Не менее 1 мин. 30с

При выборе упражнений для укрепления мышечного корсета необходимо учитывать исходное состояние мышц и индивидуальные особенности осанки. В зависимости от характера нарушений осанки следует обратить особое внимание на тренировку ослабленных мышц.

При нарушениях осанки в сагиттальной плоскости мышцы правой и левой стороны туловища тренируют с одинаковой интенсивностью. Одинаковая нагрузка для обеих сторон применяется и при умеренной асимметрии туловища, в том числе при сколиозе небольшой степени и в начальном периоде тренировок при любой стадии сколиоза. Если асимметрия мышцы выражена слабо, то симметричная тренировка (одинаковое число повторений упражнений для каждой стороны) выравнивает силу мышц. Слабые мышцы на выпуклой стороне испытывают большее напряжение и «подтягиваются» к более

сильным мышцам на вогнутой стороне, на которые такая же нагрузка не оказывает тренирующего действия.

При лечении нарушений осанки во фронтальной плоскости и начальных стадий сколиоза используются симметричные упражнения. Преимущество симметричных упражнений состоит, во-первых, в том, что их проще правильно подобрать и выполнить, и, во-вторых, в том, что они вовлекают внутренние резервы организма в процесс компенсации нарушений. При выполнении таких упражнений необходимо сохранять срединное положение позвоночника. Это само по себе – нелёгкая задача для ребёнка с дефектом осанки во фронтальной плоскости, так как мышцы правой и левой сторон туловища при таких нарушениях развиты неодинаково и симметричные по характеру выполнения упражнения являются асимметричными с точки зрения работы мышц. Чтобы удержать спину прямой, ослабленные мышцы с выпуклой стороны искривления вынуждены преодолевать сопротивление более сильных мышц с вогнутой стороны. При асимметричной осанке любые симметричные упражнения для укрепления и растягивания мышц спины и брюшного пресса являются корректирующими, если при их выполнении особенно тщательно следить за тем, чтобы позвоночник находился только по средней линии. Мышечный тонус при такой тренировке постепенно выравнивается: мышцы на выпуклой стороне становятся сильнее и выносливее, а перенапряженные мышцы на вогнутой стороне немного растягиваются.

При выраженных нарушениях осанки во фронтальной плоскости бывает необходимо укреплять мышцы с выпуклой стороны искривления и расслаблять – с вогнутой, но такую асимметричную тренировку можно проводить только после консультации ортопеда и специалиста по лечебной физкультуре. Асимметричные упражнения необходимо подбирать очень тщательно, при небольших нарушениях их применение нецелесообразно, они эффективны только при лечении выраженных стадий сколиоза. Для коррекции таких дефектов осанки подбираются упражнения, обеспечивающие мышечную тягу в направлении, противоположном искривлению. Все корректирующие упражнения проводятся в положении, снимающем статическую нагрузку с позных мышц, - лёжа на спине и животе.

Средняя продолжительность занятия 30 минут в зависимости от физической подготовленности. Занятие состоит из трех частей:

1. Разминка (5 минут). Включает в себя настрой на занятие, подготовку к выполнению основных упражнений. Нагрузка в вводной части небольшая: легкие общеразвивающие, дыхательные упражнения, упражнения на выработку правильной осанки, упражнения на расслабление мышц, стретчинг. К общеразвивающим, в частности, относятся упражнения на развитие координации движения и чувства равновесия.

2. Основная часть (20 минут). В этой части занятия выполняются специальные упражнения для растягивания и укрепления мышц, для тренировки равновесия и координации движения, общеразвивающие упражнения с повышенной нагрузкой.

3. Заключительная часть (5 минут). Нагрузка в этой части постепенно снижается, организм приводится в спокойное состояние, дыхание выравнивается.

Предлагаемые в программе комплексы являются примерными и зависят от индивидуальных особенностей воспитанников: их физического состояния, уровня двигательных возможностей, исходного состояния мышц и характера имеющихся нарушений опорно-двигательного аппарата.

Фитбол – аэробика

При занятиях фитбол – аэробикой за счет механической вибрации и амортизационной функции мяча при выполнении упражнений улучшаются обмен веществ, кровообращение и микро динамика в межпозвонковых дисках и внутренних органах; эти упражнения оказывают благоприятное воздействие на позвоночник, суставы и окружающие ткани, что способствует профилактике и коррекции осанки. Упражнения на мячах тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия, содействуют развитию двигательных способностей.

«Профилактика плоскостопия»

При проведении гимнастики раздела «Профилактика плоскостопия» специальные упражнения сочетаются с общеукрепляющими в соотношении 3:1, 4:1. В начале упражнения выполняются из исходных положений с разгрузкой стоп: сидя и лежа, затем включаются упражнения стоя и в ходьбе. Гимнастику сочетают с ручным само массажем.

Игры с метанием. Игры с прыжками. Игры с лазаньем. Игры с бегом. Упражнения на определение силовой выносливости мышц. Упражнения на определение гибкости, координации. Упражнения на определение быстроты, чувства равновесия. Функциональные пробы. Двигательные тесты. Нагрузочная проба с приседанием.

«Элементы правильной стойки»

Игры «Встань прямо», «Найди правильный след», «Как стоять?», «Приседание у стены», «Держи голову прямо», «Держи плечи прямо», «Подтяни живот», «Выпрями ноги», «Выполняй правильно», «Каток», «Стоп», «Встань как я».

«Выработка навыка правильной осанки»

Общеразвивающие и корригирующие упражнения без предметов. Комплексы упражнений с гимнастическими палками, кубиками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами.

Упражнения без предметов на выработку навыка правильной осанки. Упражнения в положении стоя и сидя, касаясь стены или гимнастической стенки. Ходьба с предметом на голове.

Упражнения на равновесие из разных исходных положений, с партнером, на снарядах. Упражнения на развитие координации движений. Бег врассыпную, с изменением направления, ходьба разными способами с движениями рук, с положением рук в разных И.П. Изучение и повторение упражнений различной координационной сложности с предметами и без них. Подвижные игры.

Упражнения на расслабление и напряжение мышц в различных исходных положениях, используя образные сравнения типа: «рука отдыхает», «нога спит», «тело мягкое, как вата», «живот чужой», также представляя тяжесть и тепло в мышцах.

Упражнения для развития гибкости мышц и связок позвоночника. Колено – локтевое ползание по гимнастической скамейке; перекаты со спины на живот и т. д. в положении лежа и сидя; перекаты по позвоночнику вперед – назад в положении группировки; наклоны головы, туловища вперед – назад в различных И.П.

Комплекс упражнений на выработку навыка правильной осанки. Упражнения для сохранения правильной осанки около стены, гимнастической стенки, у зеркала; контроль осанки с напоминанием инструктора.

Упражнения для растягивания сокращенных мышц в различных исходных положениях. Упражнения на расслабление и напряжение мышц в различных исходных

положениях. Мысленно представлять тело вялым, тяжелым, теплым. Последовательное расслабление групп мышц лица, шеи, ног, рук, плеч, спины, живота и всего тела.

Упражнения без предметов на формирование правильной осанки. Ходьба с мешочком на голове с перешагиванием через веревочку, кубики, мячи, скамейки и т.д. Ловля и передача мяча с сохранением правильной осанки, стараясь не уронить мешочек с головы. Выполнение различных заданий с мешочком на голове (присесть, ходьба с высоким подниманием колена, ходьба боком, приставным шагом и др.).

Упражнения на равновесие из разных исходных положений, с партнером, на снарядах. Упражнения для растягивания сокращенных мышц в различных исходных положениях. Повторение ранее изученных упражнений: висы, ползание, перекуты туловища в группировке по позвоночнику; различные наклоны.

Упражнения на расслабление и напряжение мышц в различных исходных положениях. Комплекс упражнений на выработку навыка правильной осанки. Контроль осанки товарищей и самоконтроль всеми изученными способами.

Упражнения на равновесие из разных исходных положений, с партнером, на снарядах. Упражнения для растягивания сокращенных мышц в различных исходных положениях. Перекуты на спину в положении лежа без помощи рук; ходьба на прямых руках и ногах согнувшись; ходьба на руках с помощью партнера; передвижение по скамейке лежа на животе, подтягивая себя руками; ползание по скамье на коленях с опорой руками на пол. Упражнения на расслабление и напряжение мышц в различных исходных положениях.

«Развитие силовой выносливости мышц»

Комплекс упражнений на осанку

Комплекс упражнений на осанку

Комплекс на развитие силовой выносливости позных мышц

Комплекс на развитие силовой выносливости позных мышц

Танцевально – ритмическая гимнастика

Фитбол – аэробика

«Профилактика плоскостопия»

Упражнения без предметов на профилактику плоскостопия из исходного положения лежа.

Комплекс упражнений без предметов на профилактику плоскостопия из исходного положения сидя. Упражнения с активным вытягиванием носков, подошвенные сгибания стоп и пальцев с захватом ими разных мелких предметов (мячей, палочек, кубиков).

Упражнения без предметов на профилактику плоскостопия из исходного положения стоя и в ходьбе. Ходьба на носках, на наружных сводах стоп, по ребристой доске, по песку, по камешкам.

Упражнения с предметами на профилактику плоскостопия из исходного положения лежа.

Комплекс упражнений с предметами на профилактику плоскостопия из исходного положения сидя.

Упражнения с предметами на профилактику плоскостопия из исходного положения стоя и в ходьбе. Упражнения на уменьшенной площади опоры в виде ходьбы по узкой рейке скамьи, гимнастической палке, по канату или шесту, положенному на пол.

Оздоровительный самомассаж

Самомассаж стоп.

Самомассаж при ОРЗ. Простейшие элементы самомассажа: растирание ладоней, ушных раковин, поясничного отдела позвоночника, надплечий, поглаживания живота, шеи, постукивания кулаком по груди, по крупным мышцам конечностей.

Самомассаж при гриппе. Упражнения с гимнастической палкой: растирание палкой лопаточной, поясничной, грудной областей, похлопывание гимнастической палкой крупных мышц конечностей.

Дыхательная гимнастика

Обучение правильному дыханию. Брюшной и грудной тип дыхания. Полное дыхание. Упражнения для тренировки дыхательных мышц: глубоко и медленно дышать, перемежая грудное и брюшное дыхание; вдох и выдох, преодолевая сопротивление стиснутых рук; глубокий вдох – максимальный выдох и др. Упражнения для укрепления диафрагмы. Брюшное дыхание лежа на спине, без груза и с грузом на животе.

Очистительное дыхание. Несколько упражнений из вариантов дыхательной гимнастики йогов: упражнения с непродолжительной задержкой дыхания, с различными движениями рук, в разных И.П. и другие варианты.

Место предмета в воспитательно-образовательном процессе

Оценка эффективности проводимых коррекционных мероприятий осуществляется с помощью мониторинговых исследований: методы педагогического наблюдения, тестирование, медицинский контроль. При педагогических наблюдениях, которые осуществляются в течение всего курса, отмечаются основные знания, умения, навыки и личностные качества, приобретенные воспитанниками в период обучения. Динамику развития силовой выносливости мышц, их способность поддерживать статические усилия позволяют оценить контрольные тесты. Эффективность оздоровления, уровень состояния здоровья воспитанников помогает определить медицинский контроль. Медицинский специалист проводит контроль коррекции осанки 2 раза в год, дает рекомендации инструктору ЛФК, родителям.

Требования к уровню подготовки

Знания:

Параметры правильной осанки (подбородок должен находиться под прямым углом к остальному телу, плечи прямые, грудная клетка поднята вверх, но не чрезмерно, живот подтянут, но не втянут глубоко внутрь). Значение утренней зарядки. Значение лечебной гимнастики для здоровья. Правила поведения в зале ЛФК; правила техники безопасности, личной гигиены на занятии, правила нескольких игр целенаправленного и общего характера. Правила ортопедического режима (не поднимать и не носить тяжести, книги носить в ранце за спиной, не прыгать с высоты, спать на жесткой постели с маленькой подушкой, правильно сидеть, чаще менять позы при выполнении домашнего задания).

Умения:

Проверять осанку у зеркала, у стены, соблюдать симметрию положения тела при выполнении упражнений, ходить с предметом на голове, выполняя различные задания. Выполнять упражнения для развития гибкости: подтягивания в положении лежа, перекаты по позвоночнику вперед – назад в группировке, наклоны вперед – назад в различных И.П. Выполнять упражнения для восстановления дыхания. Выполнять упражнения для развития силы; выполнять упражнения для развития координации движений (комбинация специальных упражнений различной координационной сложности). Выполнять комплекс

для профилактики плоскостопия (ходьба в различных И.П. по канату, по палке, вытяжение носков, подошвенное сгибание стоп и пальцев, захват ногами разных предметов). Расслаблять мышцы в положении лежа, используя образные сравнения: «рука отдыхает», «нога спит», «тающее мороженное» и др. Играть в игры целенаправленного («Делай так, делай эдак», «Не урони мешочек», «Тише едешь – дальше будешь») и общего характера. Выполнять комплексы упражнений с гимнастическими палками, кубиками, малыми обручами, мячами, без предметов. Выполнять правила ортопедического режима с помощью взрослого.

Навыки:

Соблюдать порядок, дисциплину, гигиенические правила на занятии, Осуществлять подготовку рабочего места.

Личностные качества:

Трудолюбие, аккуратность, упорство в достижении цели, дисциплинированность.

Описание методического и материально-технического обеспечения воспитательного процесса

Зал для занятий должен быть оборудован в светлом, хорошо проветриваемом помещении, в котором поддерживаются необходимая влажность воздуха и соответствующая температура. Площадь зала - не менее 20 м² (из расчета 4 м² на одного человека). Физкультурно-спортивное оборудование должно соответствовать росту и возрасту. Применяют обычно гимнастический инвентарь: гимнастические скамейки, стенки, гимнастические палки, , мячи, гантели (0,5-2,0 кг), медицинболы (1-6 кг), инвентарь для спортивных игр.

1. Шведская стенка — 4 шт.

- высота 2,5 м,
диаметр рейки 3 см,
длина рейки 67 см,
расстояние между рейками 14 см,

2. Гимнастическая скамейка:

ширина верхней доски 24 см,
- толщина 4,5 см,
- высота от пола 30 см,
- нижняя доска для равновесия 10 см.

3. Гимнастические палки — в количестве 30 штук:

- длина 90 см,
- диаметр 2 см.

4. Мячи 25 шт.

5. Гантели 24 шт.

6. Массажеры для стоп 12 шт

7. Мешочки с песком.

8.Магнитофон.

9.Методическая литература (наглядные пособия по методике занятий, комплексы упражнений для самостоятельных занятий). 10.Индивидуальные коврики.

Зал должен иметь естественное освещение в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному, искусственному, совмещенному освещению жилых и общественных зданий. Зал подлежит ежедневной влажной уборке с применением моющих

средств. Не реже одного раза в месяц проводится генеральная уборка. Генеральная уборка техническим персоналом проводится с применением разрешенных моющих и дезинфицирующих средств.

Спортивный инвентарь подлежит ежедневной обработке моющими средствами. Спортивный инвентарь, размещенный в зале, протирают увлажненной ветошью, металлические части - сухой ветошью в конце каждой смены. После каждого занятия зал проветривают не менее 10 минут. Спортивный ковер очищают ежедневно с использованием пылесоса, не менее 3-х раз в месяц проводят его влажную чистку с использованием моющего пылесоса. Спортивные маты ежедневно протирают мыльно-содовым раствором.

Окна должны быть оборудованы откидными фрамугами с рычажными приборами или форточками. Фрамуги и форточки должны функционировать в любое время года.

Ожидаемый результат

Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания, формируя целостное представление о физических упражнениях, лечебной физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшения состояния здоровья, а главное, воспитывать всесторонне развитую личность. В процессе прохождения программы происходит формирование основных компонентов здоровья, устойчивой мотивации на здоровый образ жизни и выздоровление. На занятиях воспитанники овладевают знаниями о правильной осанке, значении и функциях позвоночника, о правилах ортопедического режима, об охране своего здоровья. В результате многократного повторения физических упражнений совершенствуются двигательные навыки и физические качества, происходят положительные изменения функции органов и систем, что в совокупности способствует восстановлению здоровья, тренированности, повышению физической работоспособности и другим сдвигам в состоянии организма. Под влиянием занятий ЛФК повышается уравновешенность и подвижность процессов возбуждения и торможения, улучшается деятельность двигательного, вестибулярного, слухового, зрительного, тактильного анализаторов. В рамках реализации программы решается задача выработки потребности и умения систематически самостоятельно заниматься лечебной гимнастикой, сознательно применяя ее с целью коррекции физического развития, самосовершенствования.

Описание игр раздела «Элементы правильной стойки»

Игра «Встань прямо»

Инструктор объясняет и показывает, как правильно и красиво держать тело, обращает внимание на положение головы, плеч, груди, живота, ног. Воспитанники принимают правильную стойку, инструктор исправляет недостатки. Затем воспитанники по команде расходятся по залу и в течение 2 минут выполняют бег, прыжки, ходьбу на четвереньках и т.д. По команде «Встань прямо» принимают правильную осанку и не двигаются с места до оценки их позы инструктором.

Игра «Держи голову прямо»

Первый этап: стойка у стены, касаясь её затылком, лопатками, ягодицами и пятками. По команде «Разойдись» бег по всему залу. По команде «По местам» занять исходное положение у стены, касаясь затылком, лопатками, ягодицами и пятками, положить на голову мешочек с песком.

Второй этап: по команде «Разойдись» ходьба с мешочком на голове под музыку, по команде «По местам» вновь занять исходное положение у стены. Замечания инструктора в основном направлены на сохранение правильного положения головы при выполнении упражнения с мешочком.

Игра «Держи плечи прямо»

Первый этап: построение врассыпную по залу. Инструктор объясняет и показывает, как держать плечи, голову, грудь и живот при правильной стойке. Сохраняя правильную осанку, ходьба по залу под музыку, обходя предметы, лежащие на полу. По команде «По местам» играющие быстро занимают свои места, инструктор отмечает ошибки в осанке.

Второй этап: комплекс упражнений с гимнастическими палками для рук, плечевого пояса, живота, спины.

Третий этап: ползание на животе по гимнастической скамейке.

Игра «Подтяни живот»

Упражнения с мячами:

1.Подтянуть живот, положить на него мяч и двумя руками сильно прижать к себе, глубокий вдох. Опустить руки, ослабить живот, выдох. 2.Прижав мяч животом к стене, выполнить движения: катание мяча животом вправо- влево, вверх-вниз; наклоны туловища назад, повороты направо, налево.

Ходьба и бег по залу.

Завершается занятие следующими упражнениями:

-из положения лёжа на спине:

- а) согнуть ноги и прижать к животу («стать маленькими»), затем, выпрямив их, поднять руки вверх - потянуться («стать большими»);
- б) поочерёдно сгибать и разгибать правую и левую ноги («велосипед»);
- в) перекатываться с живота на спину и обратно;
- г) встав у стены, касаясь её затылком, лопатками и пятками, подтянуть живот, поднять грудь (вдох), опустить грудь, ослабить живот (выдох). Следить, чтобы не сгибались, не опускали плечи, не наклоняли голову вперёд.

Игра «Выпрями ноги»

Построение на дорожке так, чтобы ступни ног точно совпадали с отпечатками стоп. Следить, чтобы воспитанники выпрямили ноги и не сгибали колени. По команде выполнить 15-20 подскоков на месте на прямых ногах. Затем выполнить 10-15 прыжков с мешочком с песком, зажатым между коленями. Ползание по скамье с зажатым между коленями мешочком, подтягиваясь руками. По команде «По местам» построение на дорожке с отпечатками стоп, контроль осанки. Построение врассыпную, выполнение комплекса упражнений для развития мышц ног. По команде «Стой» принятие правильной осанки.

Игра «Каток»

Первый этап: построение у стены так, чтобы угол разворота носков составлял 30°. Принять правильную осанку (затылок, лопатки, ягодицы и пятки касаются стены), положить мешочек с песком на голову, выполнить упражнения:

- медленно присесть и встать, скользя руками по стене;
- поднимать и опускать руки, не отклоняя туловища от стены;
- поочерёдно поднимать и опускать правое и левое колено.

Второй этап: ползание по гимнастической скамейке, перекатывание через правое плечо по дорожке, затем ползание по другой скамейке и перекатывание по другой дорожке через левое плечо. При перекатывании руки должны быть вверху, ноги не сгибать и не разводиться. При выполнении перекатывания по команде «Стоп» воспитанники должны соединить и выпрямить ноги и лечь не двигаясь. По команде «Каток» продолжать перекатывание.

Третий этап: ходьба под музыку в разных направлениях с глубоким перекатыванием стопы с пятки на носок.

Игра «Стоп»

Игроки выстраиваются на линии. Напротив спиной к ним стоит водящий и говорит: «Быстро шагай, смотри не зевай! Стоп!». На каждое его слово игроки шагают вперёд. По команде «Стоп» остановка и принятие одного из положений правильной осанки. Водящий определяет у кого из воспитанников неправильное положение и отправляет тех на исходную линию. Игра продолжается до тех пор, пока кто-нибудь из играющих не дотронется до плеча водящего. Водящий поворачивается и бежит вдогонку за игроками до исходной линии. Осаленный игрок становится новым водящим.

Варианты положения правильной осанки:

- оловянный солдатик (основная стойка);
- фигуристка (стоя на правой ноге, левую отвести назад, согнуть в колене; удерживая руками стопу, локти выпрямить, прогнуться);
- змейка (стоя на коленях, слегка наклониться вперёд, прогнувшись, руки к плечам, ладони вперёд);
- каноэ (стоя на левом колене; правая нога, согнутая в колене вперёд, руки за голову, локти в стороны);
- чиполлино (присед, спина прямая, руки вверх).

Примерный перечень упражнений раздела

«Выработка навыка правильной осанки»

Исходное положение (ИП): стоя спиной к стене

1. Принять правильную осанку. При этом затылок, лопатки, ягодицы, икроножные мышцы и пятки касаются стены, голова приподнята, плечи немного опущены и отведены назад, лопатки прилегают к спине. Если поясничный лордоз увеличен, следует приблизить поясницу к стене, немного напрягая мышцы живота и передней поверхности бедер. При этом таз поворачивается вокруг тазобедренных суставов и угол его наклона уменьшается.

2. Потянуть руки и плечи вниз, голову — вверх, вытягивая шейный отдел позвоночника (выдох), расслабиться (вдох).

3. Потянуться вверх всем телом, от головы до пяток (на носки не приподниматься), опустить плечи, вытянуть весь позвоночник (выдох), расслабиться (вдох).

4. Положить руки на голову, потянуть вверх все тело, кроме шеи и головы, вытягивая грудной и поясничный отделы (выдох), расслабиться (вдох).

Те же упражнения на вытягивание позвоночника можно выполнять и в исходном положении сидя.

5. Принять правильную осанку. Закрывать глаза, сделать шаг вперед, снова принять правильную осанку. Открыть глаза, проверить правильность осанки, исправить замеченные дефекты.

6. Принять правильную осанку, сделать 2-3 шага вперед, присесть, встать, принять правильную осанку. Это упражнение, как и предыдущее, можно делать с закрытыми глазами.

7. Принять правильную осанку, сделать 1-2 шага вперед, расслабить последовательно мышцы шеи, плеч, рук и туловища — «обвиснуть». Выпрямиться, проверить осанку, исправить дефекты.

8. Подняться на носки, скользя спиной по стене, потянуться всем телом вверх. Задержаться в этом положении на 3-5 секунд, вернуться в ИП.

Все эти упражнения можно усложнить — выполнять, не прислоняясь спиной к стене.

Исходное положение: стоя

9. Принять правильную осанку. Не отрывая пяток от пола, присесть, разводя колени в стороны и сохраняя прямое положение головы и спины. Медленно встать, проверить правильность осанки, исправить дефекты.

10. Положить на голову мешочек с песком, принять правильную осанку. Присесть, голову и спину держать прямо, стараясь не уронить мешочек. Вернуться в ИП, проверить осанку:

11. Упражнение с партнером: стоя лицом друг к другу с мешочками на голове, перебрасывать мяч друг другу (снизу или от груди). Сохранять правильную осанку, стараться не уронить мешочек с головы.

Исходное положение: лежа на спине

12. Прижать область поясницы к полу, приподнять голову и плечи, проверить правильность расположения тела.

13. Вытянуть руки вперед, перейти в положение сидя, сохраняя спину прямой. Согнуть ноги в коленях, встать, сохраняя правильную осанку.

14. Согнуть одну ногу в коленном и тазобедренном суставах, обхватить колено руками, прижать к животу. Одновременно прижать к полу область поясницы. Вернуться в ИП. Повторить упражнение с другой ногой. Приподнять голову, проверить положение тела.

15. Принять правильное положение, проверить его, подняв голову и плечи. Перевернуться «бревнышком» на живот, приподнять голову и плечи, согнуть руки в локтях, кисти поднести к плечам ладонями вперед («крылышки»). Лечь на живот, перевернуться «бревнышком» на спину. Проверить и исправить положение тела.

Исходное положение: сидя

16. Прислониться спиной к стене, принять правильную осанку: смотреть прямо перед собой, подбородок поднят, затылок, лопатки и ягодицы прижаты к стене, плечи на одном уровне, вес тела поровну распределен между ягодицами, ноги согнуты в суставах под прямыми углами. Проверить правильность осанки с помощью зеркала или партнера.

17. Сесть прямо. Последовательно расслабить мышцы шеи, плечевого пояса, спины и живота. Закрыть глаза и принять правильную осанку. Открыть глаза, проверить осанку.

18. Сесть прямо, положить на голову мешочек с песком. Встать, сделать 1-2 шага вперед, вернуться назад, сесть. Удерживая правильную осанку, не дать мешочку упасть.

19. Упражнение с партнером: сидя лицом друг к другу с мешочками на голове, бросать мяч обеими руками от груди и ловить его. Сохранять правильную осанку, стараться не уронить мешочек с головы.

Ходьба на четвереньках

1. ползание по гимнастической скамейке на коленях, кисти рук на полу одноименным и разноименным способом.
2. ползание по гимнастической скамейке в упоре на коленях, опираясь на предплечья.
3. ползание по гимнастической скамейке в упоре на коленях, опираясь на предплечья под натянутой веревкой.
4. Лазанье на четвереньках по гимнастической скамейке, установленной под углом.
5. ползание по полу на четвереньках: правая рука, левая нога.
6. ползание по полу на четвереньках: правая рука, правая нога.
7. ползание по полу на четвереньках: правая рука, левая нога по гимнастической скамейке.
8. Лазанье по гимнастической скамейке на средних, высоких и низких четвереньках вперед и назад.
9. Ползание по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками.
10. Ползание на коленях без опоры руками.
11. Ползание на четвереньках с поворотами туловища.

Примерные упражнения на равновесие.

Исходное положение: стоя

1. Развести руки в стороны, плавным движением вытянуть прямую ногу вперед, в сторону, назад и вернуть в ИП. Повторить движение другой ногой.
2. Выполнить те же движения ногами при различных положениях рук (руки вытянуты вверх, заложены за голову, кисти лежат на плечах).
3. Поднять согнутую в колене ногу, развести руки в стороны, задержаться в этом положении на 3-4 счета, вернуться в ИП. Повторить для другой ноги.
4. Поднять одну ногу, плавным движением вытянуть руки вперед, вверх, в стороны, опустить руки. Вернуться в ИП. Повторить, стоя на другой ноге.
5. Стоя на одной ноге, выполнять различные круговые движения руками: во фронтальной и сагиттальной плоскостях, синхронные и попеременные, в одну и в другую сторону.
6. Руки на поясе. Подняться на носки на 3-4 счета, вернуться в ИП.
7. Подняться на носки, повернуть голову в одну сторону, затем в другую, вернуться в ИП.
8. Стоя на носках, вытягивать руки вперед, вверх, в стороны, выполнять различные движения руками.
9. Выполнить те же движения руками, стоя на носке одной ноги, вторую ногу согнуть в коленном и тазобедренном суставах.
10. Повороты головы и различные движения руками выполнять стоя на носках с закрытыми глазами.

Исходное положение: упор присев

11. Встать, выпрямиться, поднять согнутую в колене ногу, развести руки в стороны. Вернуться в ИП, повторить упражнение для другой ноги.
12. Выполнить то же упражнение, но руки поднять вверх.

13. Выполнить то же упражнение с различными движениями рук (вперед, в стороны, круговые движения). Можно усложнить последние три упражнения, из упора присев поднимаясь на носок одной ноги.

14. Сделать «ласточку», «боковую ласточку» из упора присев.

Исходное положение: ступни одна перед другой на одной линии, на расстоянии небольшого шага

15. Повороты головы и туловища.

16. Различные движения руками в этой стойке.

17. Из того же ИП — подъем на носки и различные движения головой, туловищем, руками.

Упражнения с партнером

18. Стоя лицом друг к другу и взявшись за руки, сделать «ласточку». 19. Из того же ИП: присесть на одной ноге. 20. «Бой на бревне»: встать на расстоянии двух вытянутых рук лицом друг к другу на нарисованную на полу линию или невысокую скамейку (стопы одна перед другой). Ударяя ладонью по ладони партнера, стараться сохранить равновесие.

Упражнения на скамье

1. Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием и ловлей мяча.

2. Ходьба с высоким подниманием бедра по гимнастической скамейке.

3. Ходьба по скамье, сжимая и разжимая пальцы рук, выполняя движение на каждый шаг – руки вперед, вверх, в стороны, вниз, 4 шага - потрясти кистями рук.

4. Ходьба по гимнастической скамейке, руки на поясе, на каждый шаг, присесть на одной ноге, другую ногу опускать вниз, касаясь носком пола

5. Ходьба по гимнастической скамейке, руки за голову, отставляя прямую ногу назад на носок.

6. Ходьба по гимнастической скамейке с ударами мяча о пол и ловлей.

7. Ходьба по гимнастической скамейке широким шагом.

8. Ходьба, на каждый шаг выполнять поочередные движения руками: на пояс – к плечам – за голову – к плечам – на пояс – вниз.

9. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки с поворотом кругом на середине

10. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки приставным шагом.

11. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки с перешагиванием через мячи.

12. Ходьба по узкой рейке гимнастической скамейки с подбрасыванием и ловлей мяча.

13. Ходьба с остановкой по сигналу, с выполнением задания: присесть, повернуться, выполнить движения руками

14. Ходьба с выполнением задания по сигналу: остановиться, принять правильную осанку; поворот переступанием кругом и начать движение в обратном направлении.

15. Ходьба с мешочком на голове с остановками для проверки правильности осанки.

16. Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – присесть, поворот кругом, продолжить движение на носках, руки в стороны.

17. Ходьба по 2 гимнастическим скамейкам, стоящим параллельно.

18. Ходьба по 2 гимнастическим скамейкам, стоящим параллельно с различными движениями руками.

Упражнения на расслабление мышц

Чтобы проверить, расслабил ли воспитанник мышцы, можно надавить на них и почувствовать снижение мышечного тонуса (расслабляясь, мышцы становятся мягче). Тонус мышц можно проверить и с помощью пассивных движений — взять конечность ребенка в руки и подвигать ею. Расслабленные конечности не сопротивляются и не помогают пассивным движениям; если расслабленную руку или ногу приподнять и резко отпустить, она не задерживается в воздухе, а безвольно падает. Пока навык расслабления не будет выработан, необходимо постоянно проверять, правильно ли воспитанник выполнил упражнение, полностью ли расслаблены его мышцы. Расслабить мышцы необходимо не только после нагрузки, но и перед ней. Это относится и к каждому занятию, и к курсу тренировки в целом.

Чтобы облегчить расслабление, обучение начинают в удобном исходном положении, лучше всего — лежа на спине. Ощущение расслабления мышц можно вызвать по контрасту с чувством их напряжения: «Напряги руку... а теперь расслабь». Расслабление облегчают такие дополнительные приемы, как встряхивание, раскачивание, маховые движения конечностями.

Примеры упражнений

Исходное положение: лежа на спине

1. Поднять согнутую в колене ногу, покачать ею в воздухе, расслабить мышцы, свободно уронить ногу на пол. То же проделать другой ногой.

2. Поднять согнутые в локтях руки, потрясти кистями, расслабить и уронить руки на пол.

3. Одной рукой взять другую за кисть, встряхнуть ее и отпустить. Расслабленная рука свободно падает вдоль туловища. То же проделать другой рукой.

4. Согнуть руки в локтях с упором на локти; согнуть ноги в коленных и тазобедренных суставах с упором на стопы. Опираясь на локти и стопы, приподнять таз, прогнуться, вернуться в ИП. Расслабить правую руку, свободно уронить предплечье и кисть на пол. Так же расслабить левую руку. Расслабить правую ногу — стопа свободно скользит вниз. Так же расслабить левую ногу.

5. Руки лежат вдоль туловища, ноги прямые. Вытянуть руки вверх и в стороны, потянуться всем телом, максимально напрячь все мышцы. Расслабиться, вернуться в ИП. В течение 10-30 секунд полностью расслаблять мышцы туловища и конечностей. Расслабление сопровождается словами: «Все мышцы расслаблены, теплые, отдыхают. Ноги тяжелые, теплые, они отдыхают. Руки теплые, тяжелые. Живот расслаблен»

Исходное положение: лежа на животе, кисти под подбородком

6. Согнуть ногу в колене, попытаться достать пяткой до ягодицы. Расслабить и уронить ногу. То же проделать другой ногой.

7. Полностью расслабить мышцы шеи, спины, рук, ног. Партнер или учитель проверяет полноту расслабления.

Исходное положение: сидя

8. Руки опущены вдоль туловища. Поднять руки вверх, потянуться, откинув туловище и запрокинув голову назад. Расслабить мышцы, опустить голову, уронить туловище на колени, а руки — на пол.

9. Обхватить руками ногу под коленом, приподнять ее, расслабить и покачать руками голень. Отпустить руки и уронить ногу на пол. То же проделать с другой ногой.

10. Развести руки в стороны, потянуться. Согнуть руки в локтях (предплечья свободно свисают вниз), расслабить мышцы, покачать расслабленными предплечьями и кистями. Проверить полноту расслабления.

11. Приподнять плечи («удивиться»), расслабить и уронить их.

Исходное положение: стоя

12. Поднять руки вверх, потянуться. Расслабить кисти и руки в локтях — уронить кисти к плечам. Расслабив руки полностью, уронить их вдоль туловища.

13. Продолжить предыдущее упражнение: расслабив руки, наклониться вперед, расслабить мышцы плечевого пояса, покачать расслабленными руками.

Упражнения на растягивание мышц

Чаще всего в растягивании нуждаются:

- мышцы поясницы и передней поверхности бедер (при увеличенном угле наклона таза и усиленном поясничном лордозе);
- мышцы задней поверхности бедер (при увеличенном грудном кифозе, — особенно при круглой спине);
- грудные мышцы (при увеличенном грудном кифозе, впалой грудной клетке, — приведенных вперед плечах).

Примеры упражнений

Поясница

При выполнении упражнений на растягивание мышц поясницы необходимо выполнять наклоны вперед за счет поясничного отдела позвоночника, так, чтобы грудной отдел сгибался как можно меньше. Грудь при наклонах следует выпячивать вперед, голову немного отводить назад, вытягивая вперед подбородок. При растягивании мышц поясницы поневоле растягиваются и мышцы задней поверхности бедер. Чтобы сделать акцент на пояснице, следует держать ноги чуть-чуть согнутыми в коленях.

Исходное положение: стоя

1. Наклониться вперед, руками обхватить голени сзади, потянуться грудью к коленям.

2. Наклониться вперед, потянуться руками к носкам, сделать несколько пружинящих движений (выдох), вернуться в ИП (вдох).

3. Согнуть одну ногу, захватить ступню одноименной рукой, коснуться коленом одноименного плеча, вернуться в ИП. Повторить для другой ноги.

4. Наклониться, захватить руками носки ног. Пройти несколько шагов в этом положении. Исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч

5. «Дровосек»: сцепить руки в замок, потянуться вверх и назад (вдох), резко наклониться и опустить руки (выдох).

6. Наклониться вперед, пружинящими движениями дотянуться пальцами рук до носков.

7. Сделать то же, но дотянуться до пяток. Исходное положение: сидя на полу, ноги вытянуты вперед

8. Развести руки в стороны, наклониться вперед, потянуться руками к носкам.

9. Выполнить то же, но с пружинящими наклонами.

10. Наклониться вперед, обхватить руками голени или голеностопные суставы, коснуться подбородком коленей.

11. Захватить руками ступню одной ноги, согнуть ногу в колене, прижать колено к одноименному плечу. Корпус держать прямо. Повторить для другой ноги. Исходное положение: сидя на полу, ноги согнуты, колени разведены в стороны, пятки прижаты друг к другу

12. Взяться руками за стопы или за голени. Наклониться вперед, пружинистыми наклонами прижимать грудь к ногам.

13. Наклониться вперед и в сторону, коснуться подбородком колена. Руки свободны. Повторить в другую сторону.

14. Сделать то же упражнение, но разноименной рукой обхватить голеностопный сустав, помогая наклону туловища.

Задняя поверхность бедер

Мышцы задней поверхности бедер растягиваются «за компанию» при выполнении большинства упражнений для растягивания мышц поясницы. Чтобы сместить акцент с поясницы на заднюю поверхность бедер, ноги необходимо держать максимально разогнутыми.

Исходное положение: стоя

1. Встать боком к опоре (спинке стула, гимнастической стенке), взяться за нее рукой. Выполнять маховые движения вперед и назад одноименной ногой. Опорная нога опирается на носок или стоит на невысокой подставке. Мах назад делать меньше, вперед — больше, постепенно увеличивая амплитуду.

2. Наклониться, захватить руками носки ног. Стараться прижать грудь и подбородок к ногам.

3. Присесть, коснуться пальцами пола. Выпрямить ноги, руки от пола не отрывать.

4. Стоя спиной к гимнастической стенке на расстоянии полушага, присесть, захватить руками перекладину на уровне коленей, выпрямить ноги. По мере тренировки захватывать перекладины, расположенные ниже.

5. Стоя лицом к гимнастической стенке на расстоянии шага, поставить прямую правую ногу ступней на вторую перекладину. Правую руку положить на колено правой ноги, левой рукой хватом сверху взяться за четвертую перекладину. Наклонить туловище вперед. Сгибая левую руку, подтягивать туловище к гимнастической стенке. Правой рукой давить на колено, не давая ему сгибаться. Повторить для левой ноги. По мере тренировки ставить ногу на перекладины, расположенные выше, опорную ногу ставить дальше от стенки.

Передняя поверхность бедер

1. ИП: лежа на животе. Согнуть ногу в колене, захватить руками голеностопный сустав и потянуть пятку к ягодице. Вторая нога лежит на полу, плечи и голова приподняты. Повторить для другой ноги

2. Выполнить то же упражнение, захватив обе ноги одновременно.

3. ИП: стоя на одной ноге, согнуть другую в колене, за спиной захватить руками голеностопный сустав и прижать пятку к ягодице. Повторить для второй ноги.

4. ИП: стоя на одной ноге (на носке), другой ногой сделать мах назад и, согнув ее в колене, постараться ударить пяткой по ягодице. При выполнении этого упражнения можно придерживать рукой за опору.

5. «Пружинка». ИП: стоя на коленях, руки на поясе. Наклонить туловище назад, сохраняя прямую линию от коленей до головы; вернуться в ИП.

6. Выполнить то же упражнение, но руки вытянуть вниз и назад и при наклоне коснуться пяток или пола.

7. ИП: стоя на коленях, носки вытянуты, голеностопные суставы выпрямлены. Сесть на пятки или на пол между пятками и наклониться назад, опираясь на руки. Лечь спиной на пол или на голени; вытянуть руки вдоль туловища, расслабить мышцы. Это упражнение прекрасно растягивает мышцы передней поверхности бедер, но требует достаточной подготовки. Можно осваивать его постепенно, поначалу подкладывая что-нибудь под спину (например, подушку) и постепенно уменьшая высоту опоры.

Большие грудные мышцы

1. ИП: стоя с наклоном туловища вперед и расслабив руки: выполнять маховые движения руками вверх-вниз в сагиттальной плоскости; маховыми движениями разводить руки в стороны и скрещивать их перед грудью; совершать круговые движения руками навстречу друг другу по часовой стрелке и против нее. По мере тренировки можно выполнять эти упражнения с гантелями в руках для большего растягивания мышц.

2. ИП: стоя, руки разведены в стороны, согнуты в локтях, кисти перед грудью (согнутые в локтях руки находятся в горизонтальной плоскости). Рывками несколько раз отвести локти назад, стараясь как можно ближе свести лопатки (прерывистый выдох). Вернуться в ИП (вдох).

3. Из того же положения рывком развести руки назад, разгибая их в локтях (выдох), вернуться в ИП (вдох).

Примерные комплексы корригирующей гимнастики раздела

«Развитие силовой выносливости мышц»

Комплекс корригирующей гимнастики №1

по 1 периоду

Исходное положение (И.П.) – стоя, контроль за правильной осанкой

1. И.П. - основная стойка (О.С.). На счёт 1-2-3-4- потянуться руками в стороны - вверх и вернуться в И.П. Расслабиться, повторить 3-4 раза. 2. И.П. - стойка, кисти к плечам. Круговые движения согнутыми руками вперёд и назад. Объём движений полный 3-4 раз в каждую сторону. 3. И.П. - стойка, одна рука вверх, другая вниз. Смена положения рук. Руки в локтях не сгибать. 18-20 раз

4. И.П. – стоя, кисти рук к плечам, ладони обращены вверх. На счет от 1 до 8 медленно с усилием (напрягая мышцы) выпрямить руки вверх («поднимая потолок») с последующим расслаблением мышц. 4-6 раз

5. И.П. – стоя, кисти рук к плечам, но ладони обращены в стороны, лопатки соединить. На счёт от 1 до 8 раздвигать руками мнимые «косяки» с последующим расслаблением.

Лёжа на животе

1. «Самовытяжение» - тянуть руки по полу вперёд, носки ног в противоположную сторону, стараться растянуть позвоночник в поясничной области. Тянуться до счёта 4 и отдыхать 3-4 с. Повторить 4-6 раз.

2. И.П. - лёжа на животе, руки в стороны. Поднять голову (не запрокидывать), плечи, руки над полом и держать на время, до усталости. Повторить 2-4 раз.

3. И.П. - то же. Поднять левую ногу (носок тянуть) невысоко над полом и держать 4- 10 с. – опустить. Поднять обе ноги и держать 4-10 с. Опустить. То же с другой ноги. Повторить 4-6 раз

4. И.П. - лёжа на животе, руки под лоб. «Плавание»- движение руками в стиле «басс» не касаясь руками пола. Ноги прямые приподняты. Выполнять до усталости (в секундах). 2-3 раза

Лёжа на спине

1. И.П. - лёжа на спине, руки положить на живот, ноги согнуть в коленях. Вдох - брюшную стенку выпячить, выдох - втянуть живот (диафрагмальное дыхание). Вдох неглубокий. Повторить 4-6 раз.

2. И.П. - лежа на спине, руки вдоль тела. Поочередно приподнимать прямые ноги невысоко над полом и удерживать 4-10 с. Повторить 3-4 раза.

3. И.П. - то же, руки под голову. «Велосипед» Движение ногами, имитирующие движение при езде на велосипеде, до усталости. Повторить 2-3 раза.

4. Повторить упражнение №1. Диафрагмальное дыхание.

5. И.П.- тоже, ноги согнуть в коленях «Полумост» - приподнять таз над полом и удерживать до 4-6 с. и затем опустить. 6-8 раз

6. И.П. – стоя на коленях. Поднять руки вверх (вдох), вернуться в И.П. (выдох). 4-6 раз.

Стоя

1. И.П. – стоя, руки на поясе. Повороты головы в стороны без усилия, наклоны головы к плечу без напряжения. Повторить 4-6 раз.

2. И.П. – стоя, руки на поясе: на счет 1 – полуприседание, руки за голову; 2 – вернуться в ИП; 3 – подняться на носки, опустить руки вниз; 4 – вернуться в ИП. Повторить 3-5 раз.

Закончить комплекс маховыми вращениями рук, упражнениями на расслабление верхних конечностей, плечевого пояса.

Комплекс корригирующей гимнастики №2

по 1 периоду

Исходное положение (И.П.) – стоя, контроль за правильной осанкой

1. ИП - основная стойка (О.С.). На счёт 1-2-3-4- потянуться руками в стороны - вверх и вернуться в ИП. Расслабиться, повторить 3-4 раза.

2. ИП - стойка, кисти к плечам. Круговые движения согнутыми руками вперёд и назад. Объём движений полный. 3-4 раза в каждую сторону. 3. ИП - стойка, руки на пояс. Приседание с прямой спиной, локти сведены назад, лопатки соединить. 6-12-15 раз.

4. ИП - стойка, одна рука вверх, другая вниз. Смена положения рук. Руки в локтях не сгибать. 18-20 раз

5. ИП-ОС.

1- правая нога назад на носок, руки вверх;

2- правую ногу согнуть вперёд, руки в стороны;

3- ИП

4- 6 - повторить с другой ноги. 4-6 раз.

6. ИП – сидя на краю стула, руки в упоре сзади на сидении стула. Приседание со стула вниз, не открывая рук и возвращение в ИП

7. ИП – стоя, кисти рук к плечам, ладони обращены вверх. На счет от 1 до 8 медленно с усилием (напрягая мышцы) выпрямить руки вверх «поднимая потолок» с последующим расслаблением мышц. 4-6 раз

8. ИП – стоя, кисти рук к плечам, но ладони обращены в стороны, лопатки соединить. На счёт от 1 до 8 раздвигать руками мнимые «косяки» с последующим расслаблением.

Лёжа на животе

1. «Самовытяжение» - тянуть руки по полу вперёд, носки ног в противоположную сторону, стараться растянуть позвоночник в поясничной области. Тянуться до счёта 4 и отдыхать 3-4 с. Повторить 4-6 раз.

2. И.П.- лёжа на животе, руки в стороны. Поднять голову (не запрокидывать), плечи, руки над полом и держать на время, до усталости. Повторить 2-4 раз.

3. ИП - то же. Поднять левую ногу (носок тянуть) невысоко над полом и держать 4-10 с. – опустить. Поднять обе ноги и держать 4-10 с. Опустить. То же с другой ноги. Повторить 4-6 раз

4. ИП - лёжа на животе, кисти к плечам, ладони от себя. Голову, плечи, локти приподнять, лопатки соединить. Держать от 4 до 10 с. Повторить 3-6 раз.

5. ИП - лёжа на животе, руки под лоб. «Плавание» - движение руками в стиле «басс» не касаясь руками пола. Ноги прямые приподняты. Выполнять до усталости (в секундах). 2-3 раза

6. ИП - то же. Сгибание ног в коленях с напряжением, подтягивать пятки к ягодицам. Повторить 10-15 раз.

Стоя на четвереньках

Упражнение 1

1- правую руку в сторону вверх, посмотреть на руку-вдох

2- ИП - выдох

3- левую руку в сторону вверх, посмотреть на руку-вдох.

4- ИП - выдох

Повторить 3-4 раза

Упражнение 2

1- сгибая руки, сделать мах правой ногой назад, грудью коснуться пола

2. ИП То же повторить с левой ноги. 4-6 раз каждой ногой

Упражнение 3

Поднять правую руку вперёд, а левую ногу выпрямить назад и держать 4 сек, вернуться в ИП. То же повторить, но поменять конечности. 4-6 раз

Лёжа на спине

1. Лёжа на спине, руки положить на живот, ноги согнуть в коленях вдох - брюшную стенку выпятить, выдох - втянуть живот (диафрагмальное дыхание). Вдох неглубокий. Повторить 4-6 раз.

2. И.П.- Лежа на спине, руки вдоль тела. Поочередно приподнимать прямые ноги невысоко над полом и удерживать 4-10 с. Повторить 3-4 раза.

3. ИП - лёжа на спине руки в стороны. Скрестные движения руками (руки прямые). 14-20 раз.

4. ИП - то же, руки под голову. «Велосипед» Движение ногами, имитирующие движение при езде на велосипеде, до усталости. Повторить 2-3 раза.

5. Повторить упражнение №1. Диафрагмальное дыхание.

6. ИП – то же, ноги согнуть в коленях «Полумост» - приподнять таз над полом и удерживать до 4-6 с. и затем опустить. 6-8 раз

7. ИП – лёжа на спине, давить затылком на пол до 4 с и затем расслабиться. Отдохнуть (3-4 с). Повторить 4-6 раз.

1. ИП – то же. Положить ладонь правой руки на боковую часть головы справа. Оказывать давление рукой на голову и одновременно давить головой на руку до 4 с, затем следует расслабиться, отдохнуть (3-4 с).

2. ИП – то же. Выполнять упражнение аналогичное предыдущему, в левую сторону. 4-6 раз.

3. ИП – то же. Руки «в замок» и положить на лоб. Оказывая легкое давление на лоб, поднять голову (до 4-6 с.), сопротивляясь давлению рук, затем расслабить мышцы. 4-6 раз. Серию этих упражнений повторить 2-3 раза.

8. ИП - лёжа на спине, руки в стороны, одна нога согнута в колене. Скрещивать руки перед грудью, одновременно меняя положение ног. Повторить 8-12 раз. Медленно повернуться на бок, на живот и встать на колени.

9. ИП – стоя на коленях. Поднять руки вверх (вдох), вернуться в ИП (выдох). 4-6 раз.

Стоя

1. ИП – стоя, руки на поясе. Повороты головы в стороны без усилия, наклоны головы к плечу без напряжения. Повторить 4-6 раз.

2. ИП – стоя, руки на поясе: на счет 1 – полуприседание, руки за голову; 2 – вернуться в ИП; 3 – подняться на носки, опустить руки вниз; 4 – вернуться в ИП. Повторить 3-5 раз.

Закончить комплекс маховыми вращениями рук, упражнениями на расслабление верхних конечностей, плечевого пояса.

Комплекс корригирующей гимнастики №1

по 2 периоду

ОС - стоя, руки опущены.

1. ИП - основная стойка. Подтянуться руками вверх - вдох, вернуться в ИП - выдох . 3-4 раза.

2. ИП - основная стойка, руки в стороны на уровне плеч. Круговые движения в плечевых суставах назад. 3-4 раза

3. ИП - основная стойка. Руки отвести назад, лопатки соединить, левую ногу назад на носок, затылком тянуться вверх. Держать положение до 4-6с. Тоже повторить с правой ноги. 3-4 раза.

4. ИП - руки в замок на затылок, оказывать встречное сопротивление затылком на руки. Удерживать напряжение до 4 с.-8 раз. 5. ИП - одна рука вверх, другая вдоль туловища. Смена положения рук. 16-20 раз.

Лежа на спине

6. ИП - лёжа на спине, руки лежат за головой.

1 – мах правой ногой вперёд, левую руку вперёд.

2 – ИП.

3 – мах левой ногой вперёд, левую руку вперёд.

4 – ИП. 6-8 раз

7. «Велосипед» 15- 30 с. 3 раза

8. Диафрагмальное дыхание. Вдох - надуть живот, выдох - втянуть брюшную стенку. 6-8 раз

9. Приподнять голову (на 3-4 см) над полом и держать до усталости 2-3 раза
10. Приподнять ноги над полом (на 3-4 см) и держать до усталости.2-3 раза
11. Обхватить колени руками, покататься с боку на бок (самомассаж спины (10-15 с.)

12. Руки в стороны. «Ножницы» - скрещивать перед собой прямые руки и разводить в стороны до касания пола 16-20 раз.

13. ИП – сидя на полу, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях.

1 – поднять таз

2 – опустить

3 – поднять прямые ноги вверх

4 – опустить. 8-10 раз.

Лежа на животе

14. «Самовытяжение» - тянуть прямые руки вперед по полу, а ноги в противоположную сторону. Стремиться растянуться в пояснице. Голову не поднимать. 3-4 раза.

15. Палочка вверх, хват шире плеч.

1 - приподнять голову и палочку;

2 - перевести палочку на лопатки;

3 - 4 держать палочку на лопатках;

5 - руки с палочкой вверх

6 - ИП. 6-8 раз.

16. «Плавание» - имитация плавания в стиле брасс, до усталости. 2 раза.

17. Упражнение на координацию:

1- поднять прямую правую руку и левую ногу;

2 - поднять прямую левую руку и правую ногу;

3 - опустить правую руку и левую ногу;

4 – ИП. 4-6 раз.

18. Руки в стороны. Приподнять голову (но не запрокидывать), руки и ноги, держать положение 15-20 с. 2-3 раза.

Стоя

19. ИП стоя, руки «в замок» за спиной. Отвести руки от туловища, лопатки прижать, живот втянуть, затылком тянуться вверх в течение 4с. Вернуться в ИП. 6-8 раз.

20. ИП основная стойка, переднезадний кивок головой без участия шеи, (кивая головой, как бы утверждая что-либо или соглашаясь с чем-либо: да-да-да). 10- 16 раз.

21. ИП основная стойка. Боковые наклоны головы в стороны без участия шеи (качая головой: ай-я-я-я-йй). 8-16 раз.

Комплекс корригирующей гимнастики № 1 по 2 периоду усложнить применением отягощения. Вес груза подбирается индивидуально, в зависимости от физической подготовленности.

Комплекс корригирующей гимнастики № 2

по 2 периоду.

ИП - ОС .

1. ИП - основная стойка. Подтянуться руками вверх - вдох, вернуться в ИП - выдох . 3-4 раза.

2. ИП - основная стойка, руки в стороны на уровне плеч. Круговые движения в плечевых суставах назад 3-4 раза

3. ИП - основная стойка. Руки отвести назад, лопатки соединить, левую ногу назад на носок, затылком тянуться вверх. Держать положения до 4-6с. Тоже повторить с правой ноги. 3-4 раза.

4. ИП - основная стойка, руки в замок на затылок, оказывать встречное сопротивление затылком на руки. Удерживать напряжение до 4 с.-8 раз.

5. ИП - основная стойка, одна рука вверх, другая вдоль туловища. Смена положения рук. 16-20 раз.

6. ИП - основная стойка, руки за голову, локти в стороны, голову держать прямо, приседание с прямой спиной. 10-15 раз.

7. ИП - основная стойка. Сцепить пальцы рук перед грудью и стремиться расцепить их. 2-3 раза.

8. ИП - основная стойка. Поворачивать голову вправо, оказывая сопротивление усилию правой ладони. Удерживать напряжение в течение 4-6 с. 6-8 раз.

9. ИП - то же повторить в левую сторону, после каждого упражнения обязательно расслабление 4-6с. 6-8 раз.

Лежа на спине

1. ИП - лёжа на спине, руки лежат за головой.

1 – мах правой ногой вперёд, левую руку вперёд.

2 – ИП.

3 – мах левой ногой вперёд, левую руку вперёд.

4 – ИП. 6-8 раз

2. «Велосипед» 15- 30 с. 3 раза

3. Диафрагмальное дыхание. Вдох - надуть живот, выдох - втянуть брюшную стенку. 6-8 раз.

4. Приподнять голову (на 3-4 см) над полом и держать до усталости 2-3 раза

5. Приподнять ноги над полом (на 3-4 см) и держать до усталости. 2-3 раза

6. Обхватить колени руками, покататься с боку на бок (самомассаж спины, 10-15 с.)

7. ИП – лёжа на спине, ноги согнуты в коленях на ширине плеч, опираются на стопы, руки под голову.

На счёт 1 – приподнять плечевой пояс до нижних углов лопаток, напрягая мышцы живота (локти в сторону, голову не наклонять);

На счёт 2-3 – удерживать положение;

На счёт 4 – ИП. 6-8 раз

8. Диафрагмальное дыхание. 3-4 раза

9. Опереться на локти, лопатки и стопы. Приподнять таз, передвигаться вперёд и назад (самомассаж спины) 10-20 с.

10. Одновременно приподнять голову и ноги (невысоко). Носки тянуть на себя. Держать 6-10 с. 2-3 раза.

11. Руки в стороны. «Ножницы» - скрещивать перед собой прямые руки и разводить в стороны до касания пола 16-20 раз.

12. ИП – сидя на полу, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях.

1 – поднять таз

2 – опустить

3 – поднять прямые ноги вверх

4 – опустить. 8-10 раз.

13. ИП – сидя на полу, руки в упоре сзади

1 – поднять правую ногу вверх,

2 – поднять левую ногу вверх

3-4 – медленно опустить.

Лёжа на животе

1. «Самовытяжение» - тянуть прямые руки вперед по полу, а ноги в противоположную сторону. Стремиться растянуться в пояснице. Голову не поднимать. 3-4 раза.

2. Палочка вверх, хват шире плеч.

1 - приподнять голову и палочку;

2 - перевести палочку на лопатки;

3 - 4 - держать палочку на лопатках;

5- руки с палочкой вверх

6- ИП. 6-8 раз.

3. Лежа.

1 - поднять прямые ноги (от бедра);

2 - развести в стороны

3 - соединить вместе;

4 - ИП.

4. «Плавание» - имитация плавания в стиле брасс, до усталости. 2 раза.

5. Руки за голову.

1 - приподнять ноги и туловище, грудью не касаясь пола;

2 - согнуть ноги, не касаясь коленями пола;

3 - выпрямить ноги над полом;

4 - ИП. 6-8 раз

6. Взять палочку в руки за спиной (над поясницей). Удерживать «ласточку» до 10 с 2- 3 раза. Голову приподнять, но не запрокидывать. Отдых 5-6 с.

7. Упражнение на координацию:

1 - поднять прямую правую руку и левую ногу;

2 - поднять прямую левую руку и правую ногу;

3- опустить правую руку и левую ногу;

4 - ИП. 4-6 раз.

8. Руки в стороны. Приподнять голову (но не запрокидывать), руки и ноги, держать положение 15-20 с. 2-3 раза.

Стоя

1. ИП стоя, руки «в замок» за спиной. Отвести руки от туловища, лопатки прижать, живот втянуть, затылком тянуться вверх в течение 4с. Вернуться в ИП. 6-8 раз.

2. ИП основная стойка, переднезадний кивок головой без участия шеи, (кивая головой, как бы утверждая что-либо или соглашаясь с чем-либо: да-да-да). 10-16 раз.

3. ИП основная стойка. Боковые наклоны головы в стороны без участия шеи (качая головой: ай-я-я-я-яй). 8-16 раз.

4. Упражнение на внимание:

1 - правая нога в сторону, левая рука на пояс;

- 2 - левую ногу приставить к правой, правую руку на пояс;
- 3 - левую ногу в сторону, правую руку опустить;
- 4 - ИП.

Комплекс корригирующей гимнастики

по 3 периоду

1. ИП – ОС. Подтянуться руками вверх – вдох, вернуться в исходное положение – выдох. 3-4 раза.
2. ИП – стоя, правая рука на затылке, левая на поясе:
 1. Руки в стороны;
 2. Левая рука на затылке, правая на поясе;
 3. Руки в стороны;
 4. ИП
3. ИП – стоя, палка на лопатках;
 - 1-2 – медленно приседая на носках, палку вверх;
 - 3-4 – медленно вернуться в ИП.
4. ИП – ОС
 - 1- руки отвести назад, лопатки соединить, живот втянуть, правую ногу отвести назад, носок тянуть (не касаясь, пола). Удерживать положение до 4 с. Вернуться в ИП;
 - 2- ИП – то же с левой ноги. Повторить 4-6 раз.
5. ИП – ОС
 - 1 - руки в стороны – вверх – вдох;
 - 2 - ИП – выдох. Повторить 3-4 раза.
6. ИП – ОС.
 - 1- руки в стороны – назад, лопатки соединить, подтянуть правое колено к животу и удерживать это положение 4-6 с;
 - 2- ИП;
 - 3- повторить с левой ноги;
 - 4- ИП.
7. ИП – руки в стороны. Качательные движения руками назад. Амплитуда небольшая. 30-40 с.
Лежа на спине
8. ИП- ноги под углом 45, руки в стороны.
 - 1- согнуть ноги к животу, стопы вместе, колени врозь
 - 2- ИП
 - 3- как и на счёт 1
 - 4- ИП. 8-10 раз
9. Диафрагмальное дыхание
10. ИП - лёжа на спине, руки под голову. Медленно поднимать вверх и опускать прямые ноги. 8-10 раз.
11. ИП - лёжа на спине.
 - 1- поднять голову (невысоко над полом) и смотреть на носки, удерживая, 6-8 с.
 - 2- опустить.
 - 3- поднять обе ноги невысоко над полом и удерживать 6-8 с.
 - 4- ИП.

5- одновременно поднять голову и ноги и удерживать 6-8 с.

6- ИП. Повторить 3-4 раза.

12. Диафрагмальное дыхание.

13. ИП лёжа на спине, руки вдоль тела.

1- вертикальные ножницы. Ноги прямые, амплитуда движений небольшая.

Поясница прижата к полу.

2- отдых. Ноги согнуты в коленях, упираются на стопы.

3- горизонтальные ножницы. Амплитуда небольшая. Поясница прижата к полу.

4- ИП.

14. ИП – ноги широко врозь опираются на стопы, руки прямые в замок над головой.

1- поднять над полом плечевой пояс, голову и руки, напрягая мышцы живота, при этом голова находится между рук.

2-3- удерживать положение.

4- ИП. 10-12 раз

15. ИП - руки в стороны, прямые ноги чуть приподняты над полом.

1 - правую ногу согнуть в колене и руками прижать к животу

2 – ИП

3- левую ногу согнуть и прижать к животу.

4 - ИП

5 - обе ноги согнуть в коленях и подтянуть к животу.

6 – ИП

7- обе ноги согнуть в коленях и подтянуть к животу.

8 – ИП

16. ИП - ноги согнуть, мяч между коленей, стопы вместе не касаясь, пола, кисти за головой.

1- привести ноги к животу, приподнять плечевой пояс, при этом локти в стороны, голову не сгибать

2-ИП.

3-4- то же 12-15 раз.

17. П - то же

1- Поднять прямую ногу вверх (в колене не сгибать), руками тянуться к носку, голову не поднимать (носок тянуть на себя).

2- ИП. То же, поднимая другую ногу, 6-8 с.

18. ИП - сидя на полу, руки в упоре сзади, ноги согнуты в коленях, и опираются на стопы.

1- приподнять таз и удерживать 4-6 с.

2- опустить. Повторить 6-8 раз.

19. ИП - сидя, руки на поясе, спина прямая.

1. ноги приподнять и развести в стороны.

2. ИП.

3. так же как на счёт 1

4. ИП. Повторить 8-10 раз

20. сидя на полу - руки сзади в упоре.

1- Поворот головы вправо, подбородок обращён к плечу.

2- ИП.

3- поворот головы влево

4- ИП. 4-6 раз

21. ИП лёжа на спине, прямые руки положить на пол вверх (по отношению к туловищу). Приподнять руки и ноги над полом и покататься с боку на бок. 15-20 с.

Лёжа на животе.

1. ИП - палочка в руках широким хватом.

1. Приподнять над полом руки с палочкой и ноги.

2. Палочку перевести на лопатки, ноги врозь.

3. Палочку вперёд, ноги вместе.

4. ИП.

Повторить 6-8 раз.

2. ИП - то же

1- руки с палочкой приподнять и удерживать 6-8 с.

2- ИП.

3- Поднять ноги от бедра над полом, носки тянуть и удерживать 6 с

4- ИП

3. ИП – лежа - отдых.

4. Отжимание от пола 10 – 20 раз

5. ИП – лежа на животе, руки « в замок » вытянуть вперед.

Приподнять руки и ноги над полом и покататься с боку на бок (при увеличении поясничного изгиба исключить это упражнение).

6. ИП - лежа на животе, кисти на затылок.

1- поднять голову, плечи, ноги над полом и удерживать положение 4- 6 с.

2 – ИП. Повторить 4-6 раз.

7. ИП – то же. Руки с мячом вперед. «Качалка». Приподнять руки и ноги над полом и покачаться вперед – назад. Ноги в коленях не сгибать . 15 – 20 с. Повторить 2- 8 раз.

8. Отдых, лежа на животе.

9. ИП - лежа на животе, мяч в правой руке, в стороны. Приподнять над полом туловище, ноги, руки и голову. Не сгибая рук передавать мяч вверх (над головой) и затем за спиной 10 раз в одну и другую стороны .

10. ИП – лежа на животе, руки прямые за спиной сцеплены в «замок». Напрягая мышцы спины, приподнять грудь, голову, ноги над полом, руки отвести от туловища (голову не запрокидывать). Удерживать положение 15-20 с. 2 раза.

Стоя на коленях, руки на поясе.

1. Отклонить туловище назад, спина прямая, голову не запрокидывать. Удерживать это положение от 4 до 10 с. Повторить 4 – 6 раз .

2. Стоя на коленях, колени врозь, руки на поясе (спина прямая).

1- сесть между пяток (сохраняя спину прямой).

2- ИП.

3- как на счет 1.

4- ИП.

Повторить 6-8 раз.

Стоя

1.ИП - ОС. Медленно поднимая руки вверх, потянуться за руками и так же медленно, сохраняя правильную осанку, вернуться в ИП. Повторить 6-8 раз.

2. ИП - стойка, ноги врозь, палка в опущенных руках перед собой.

1. поднять руки вперёд и вверх.

2. сгибая руки, опустить палку на лопатки (на уровень их углов).

3. выпрямить руки, опустить палку вниз за спину.

4. возвращаясь в ИП, положить палку на лопатки, как и на счёт 2

5. поднять руки вверх.

6. ИП.

Повторить 6-8 раз.

3. ИП-ОС, палка на лопатках.

1 - 2 присесть, широко разводя колени.

3-4- Вернуться в ИП. Спину держать прямо; приседая, пятки отрывать от пола.

Темп медленный.

Повторить 4-6 раз.

4. ИП - стоя, руки в стороны, мяч в правой руке.

1-2 мах правой ногой вперёд и одновременно под ногой передать мяч в левую руку.

3-4 тоже в другую сторону повторить 4-6 раз.

5. ИП-ОС. Контроль правильной осанки 1-2 мин.

Фитбол – аэробика

1. Мяч должен быть подобран согласно росту занимающегося. Подходящий размер определяется так. Когда воспитанник сидит на мяче, угол между его бедром и голенью должен составлять 90° или чуть больше. Острый угол в коленных суставах создает дополнительную нагрузку на связки и ухудшает отток венозной крови.

2. Осанка в седе на мяче должна быть правильная: спина прямая, подбородок приподнят, живот втянут, плечи развернуты, согнутые ноги врозь (три точки опоры: ноги, таз)

3. Одежда для занятий должна быть удобная, без кнопок, крючков, молний. Следует избегать соприкосновения мяча с острыми и режущими поверхностями и предметами (существует опасность повреждения мяча). Обувь должна быть удобная, на нескользкой подошве.

4. В целях профилактики травматизма заниматься следует на ковровом покрытии.

Мяч по своим свойствам многофункционален и в программах фитбол-аэробики может использоваться как предмет, тренажер или опора. Комплексы упражнений на мячах в зависимости от поставленных задач и выбора средств могут иметь различную направленность:

- для укрепления мышц рук и плечевого пояса,
- для укрепления мышц брюшного пресса,
- для укрепления мышц спины и таза,
- для укрепления мышц ног и свода стопы,
- для увеличения гибкости и подвижности суставов,
- для развития функции равновесия и вестибулярного аппарата,
- для формирования и укрепления осанки,
- для развития ловкости и координации движений,
- для расслабления и релаксации,

— для профилактики различных заболеваний (опорно-двигательного аппарата и внутренних органов)

Все общеразвивающие упражнения (ОРУ), выполняемые сидя на мяче, можно классифицировать по анатомическому признаку:

1. Упражнения для рук и плечевого пояса

- упражнения для пальцев и кисти
- упражнения для увеличения подвижности предплечья и плечевых суставов
- упражнения на расслабление мышц рук и плечевого пояса
- упражнения для укрепления мышц (сгибателей и разгибателей)

2. Упражнения для ног и тазовой области

- упражнения для стопы и голени
- упражнения для увеличения подвижности в суставах
- упражнения для мышц бедра
- упражнения для мышц тазового дна
- упражнения для увеличения подвижности в тазобедренных суставах
- упражнения для развития силы мышц ног и ягодичных мышц
- упражнения для расслабления мышц

3. Упражнения для туловища

• упражнения для укрепления мышц передней поверхности туловища (для брюшного пресса)

- упражнения для увеличения подвижности позвоночника (на развитие гибкости)
- упражнения для укрепления мышц задней поверхности туловища (упражнения для мышц спины)

• упражнения для укрепления мышц боковой поверхности туловища (косых мышц)

• упражнения для мышц шеи

4. Упражнения на дыхание и расслабление

Большое разнообразие упражнений фитбол-аэробики дает возможность классифицировать их по назначению (использованию) мяча:

- Мяч как предмет
- Мяч как опора
- Мяч как массажер
- Мяч как препятствие
- Мяч как отягощение
- Мяч как амортизатор, тренажер
- Мяч как ориентир

При использовании мяча как предмета можно выполнять различные общеразвивающие упражнения с мячом в руках в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа и др.), а также броски, ловлю, удары об пол (ведение) и т. д.

Мяч как опора применяется в положении сидя верхом на мяче, в различных исходных положениях лежа (мяч под спину, под живот, под бок, а также лежа на спине мяч под ногами и т. д.).

Можно использовать мяч и как ориентир при выполнении различных подвижных игр, эстафет (обежать мяч и т. д.), а также при выполнении таких упражнений, как: наклон назад прогнувшись из положения стоя на коленях до касания руками мяча или наклон вперед из положения в сидя ноги врозь и т. д.

Как амортизатор и тренажер мяч предназначен для развития силовых способностей мышц рук, ног (зажимы мяча), а также для развития функции равновесия.

Мяч как отягощение (в руках, ногах) применяется в различных положениях: стоя, лежа, сидя и т. д., для укрепления различных мышечных групп, формирования и коррекции фигуры.

Мяч можно использовать как препятствие для перешагивания, перепрыгивания и различных видов прокатываний на нем (на животе — вперед и назад, в седе — вправо и влево).

Комплекс фитбол – аэробики

1. И. П. — сед на мяче, согнутые ноги врозь, стопы на полу.

1- 4 - круг руками наружу,

5- 6 - плечи вправо, руки на бедрах;

7- 8 - плечи влево.

Повторить 3 раза.

2. И. П. — сед на мяче, согнутые ноги врозь, стопы на полу

1- 4 - сидя на мяче, четыре шага на месте, соединяя ноги;

5- пятки врозь;

6- пятки вместе;

7- 8 - повторить 5 - 6.

Повторить 3 раза. (счет 1 – 4 - четыре шага, разводя ноги врозь).

3.

1 - встать ноги врозь, правую руку вперед, указательный палец вперед, остальные в кулак, левая рука на мяче;

2 - сед на мяче;

3 - с поворотом направо сед на правом бедре, согнуть левую ногу вперед;

4-разогнуть левую ногу назад в выпад;

5-6 - повторить 3-4;

7 - поворот налево кругом в сед на левое бедро;

8 - поворот направо в сед ноги врозь (в И. П.)

Повторить упражнение в другую сторону.

4.

1 - в сидя на мяче толчком ноги в стороны, руки вперед, указательные пальцы вперед;

2 - сед ноги врозь, стопы на полу (И. П.),

3 - правую ногу поставить, согнутую вперед;

4 - левую ногу приставить к правой (сед на мяче ноги вместе);

5 - с поворотом налево правую ногу разогнуть назад,

6 - с поворотом направо правую ногу приставить к левой;

7-8 - повторить 5- 6 с другой ноги.

5.

1- 4- шаг правой ногой вперед вправо, шаг левой ногой вперед влево, шаг правой назад, шаг левой назад; правая рука влево и отвести в сторону с указательным пальцем вперед- вверх, остальные пальцы в кулак (V— шаг с правой ноги);

5- руки в стороны;

6- руки согнуть перед грудью, правая ладонь на левой ладони, пальцы раскрыты;

7- поменять ладони местами (левая сверху);

8-пауза.

6.

1-6 - вставая, обойти вокруг мяча; правая рука на мяче, левая рука согнута назад, ладонь на пояснице;

7-8 - с поворотом кругом через правое плечо сесть на мяч, ноги врозь (в И. П. лицом к основному направлению).

7.

1 - правую ногу разогнуть в сторону, руки согнуты, пальцы раскрыты («нос Буратино») вправо;

2 - согнуть правую ногу, руки вниз,

3-4- повторить в другую сторону

5-7 - три хлопка перед собой («тарелочки»), руки двигаются вверх- вниз;

8 - пауза. Повторить упражнения 6 - 7 в другую сторону.

8.

1 - согнутую правую ногу поднять от пола, руки резко вверх;

2-4 - три шага в седе ноги врозь, руки вниз;

5-6 - плечи вправо, правая рука к уху («подслушивает»);

7-8 - плечи влево, левая рука согнута к левому глазу, средний и указательный пальцы врозь, остальные сжать в кулак («подглядывает»)

Повторить 3 раза.

2.6.3.11. Упражнения на профилактику плоскостопия

Лежа на спине

1. Подошвенное и тыльное сгибание стоп с удержанием в каждом положении по 4-6 секунд.

2. Круговые движения ногами, "велосипед", с акцентом на движения стопами.

3. Одновременное сжимание пальцев рук и ног в кулаки с последующим растопыриванием пальцев.

4. Поочередное и одновременное потягивание пятками по 4-6 секунд.

5. Круговые движения стопами внутрь и наружу медленно с максимальной амплитудой.

6. Захват стопами крупного предмета (мяча, мешка с песком), перекалывание за голову с последующим возвращением в ИП.

7. Разведение ног с постановкой на носки, сведение с постановкой на пятки.

8. ИП: лежа на спине, ноги согнуты в коленных (КС), тазобедренных (ТБС) суставах, подошвы стоят на полу. Разведение и сведение пяток. 9. Поочередный и одновременный отрыв пяток от пола с удержанием в течение 4-6 секунд.

Сидя на полу, руки в упоре сзади, ноги прямые

1. Поочередный подъем прямых ног с одновременным тыльным сгибанием стоп и удержанием в течение 4-6 секунд.

2. Подъем прямой ноги, тыльное сгибание стопы. Сгибание ноги в КС одновременно с подошвенным сгибанием стопы. Разгибание в КС, подошвенное сгибание стопы, принятие ИП.

3. ИП сидя на полу. Руки в упоре сзади. Ноги согнуты в КС, ТБС, стопы стоят на полу. Разведение и сведение пяток.

4. ИП как в 3. Захват мелких предметов перед собой, переключивание по обе стороны от себя с последующим возвращением на место.

5. ИП как в 3. Захват стопами крупного предмета, выпрямление ног в КС, возвращение в ИП.

6. ИП как в 3. Гофрирование стопами коврика.

7. ИП как в 3. Катание каждой стопой малого мяча.

8. ИП как в 3. Катание стопами палки.

9. ИП как в 3. Разведение ног с постановкой на пятки, сведение с постановкой на носки.

ИП стоя

1. Подъем на носки.

2. Подъем на пятки.

3. Полуприседы на носках.

4. Подъем на наружные своды стоп.

5. ИП стоя, носки вместе, пятки врозь. Полуприседы.

6. ИП стоя на гимнастической палке. Приседы.

7. Ходьба на месте без отрыва пальцев от пола.

8. Повороты туловища в стороны без отрыва стоп от пола 9. Разведение пяток, ИП, Разведение носков, ИП.

Упражнения в ходьбе

1. Ходьба на носках.

2. Ходьба на пятках.

3. Ходьба на наружном крае стопы

4. Ходьба на носках в полуприседе.

5. Ходьба по гимнастической палке, шведской стенке приставным шагом.

6. Ходьба с высоким подниманием бедра, подошвенным сгибанием стопы.

7. Ходьба по ребристой доске.

8. Ходьба по наклонной плоскости.

9. Ходьба по следовой дорожке.

Примерный комплекс упражнений для профилактики плоскостопия

1. И. п. - сидя на гимнастической скамейке (или стуле), правую ногу вперед. Поворот стопы внутрь с оттягиванием носка. Повторить 10 раз каждой ногой.

2. То же стоя.

3. И. п. - стоя на наружных сводах стоп. Подняться на носки - вернуться в и. п. (6-8 раз).

4. И. п. - стоя на наружных сводах стоп. Полуприсед (6-8 раз).

5. И. п. - стоя, руки на поясе. Ходьба на наружных сводах стоп (30-60 с)

6. И. п. - стоя с сомкнутыми носками, руки на поясе. Поднять пальцы ног кверху - вернуться в и. п. (10- 15 раз).

7. И. п. - стоя, носки вместе, пятки врозь. Подняться на носки - вернуться в и. п. (10 раз).

8. И. п. - стоя, ноги врозь, стопы параллельны, руки в стороны. Присед на всей ступне - вернуться в и. п. (6- 8 раз).

9. И. п. - стоя, правая (левая) нога перед носком левой (правой) ноги (след в след). Подняться на носки -вернуться в и. п. (8-10 раз).

10. И. п. - стоя на носках, руки на поясе (стопы параллельны). Покачиваться в голеностопных суставах, поднимаясь на носки и опускаясь на пятки (8-10 раз).

11. И. п. - стоя на носках. Повернуть пятки наружу - вернуться в и. п. (8-10 раз).

12. И. п. - стоя, стопы параллельно на расстоянии ладони. Сгибая пальцы, поднимать внутренний край стопы (8-10 раз).

13. И. п. - стоя. Стопы повернуть внутрь, подняться на носки, медленно согнуть ноги в коленях, медленно выпрямить ноги в коленях - вернуться в и. п. (6-8 раз).

14. И. п. - стоя на четвереньках. Передвижение небольшими шагами вперед (34-40 с). То же прыжками «зайчиком».

15. И. п. - стоя на 1-й рейке гимнастической стенки с хватом за рейку на высоте плеч. Захватывая рейку пальцами и поворачивая стопы внутрь, лазанье вверх.

16. Ходьба в полуприседе (30-40с).

17. И. п. - стоя. Поднять левую (правую) ногу - разгибание и сгибание стопы (оттянуть носок вниз, носок на себя). Упражнение выполняется в быстром темпе. Повторить 10-12 раз каждой ногой.

18. И. п. - то же. Поднять левую (правую) ногу - поворот стопы наружу, поворот стопы внутрь. Повторить 4- 6 раз.

19. И. п. - то же. Круговые движения стопой.

20. И. п. - стоя (под каждой стопой теннисный мяч). Подкатывание мяча пальцами ног к пятке, не поднимая ее.

21. И. п. - стоя. На пол положить две булавы, головки их почти соприкасаются, а основания направлены наружу; захватить пальцами каждой ноги шейку булавы и приподнять ее, не отрывая основания от пола.

22. И. п. - стоя на рейке гимнастической скамейки поперек, руки в стороны. Упражнение в равновесии.

23. Ходьба на носках в полуприседе, носки внутрь.

24. Лазанье по гимнастической стенке (середина стоп на одной из реек), захват руками на уровне груди.

25. Ходьба по медболам.

26. Ходьба гусиным шагом.

27. Ходьба на носках по наклонной плоскости вверх (спиной вперед). Гимнастическая скамейка устанавливается на гимнастическую стенку под углом 10-15°.

28. Ходьба на носках по наклонной плоскости вниз.

29. Ходьба (30-40 с), захватив пальцами ног карандаш или палочку.

Дыхательная гимнастика

1. В первом комплексе больше внимания уделяется типам дыхания - успокаивающе — восстанавливающему и очистительному (упражнения выполняются без особого напряжения мышц). Второй комплекс направлен на укрепление носоглотки, верхних дыхательных путей и легких с напряжением тонуса определенных групп мышц. Можно комплексы варьировать: например, весь комплекс, но с меньшей дозировкой в упражнениях, или по 4- 6 упражнений из разных комплексов, но с сохранением дозировки.

2. Отдельные упражнения можно использовать в качестве профилактики от простудных заболеваний, особенно в холодное время года.

3. Воспитанники одного возраста развиваются по-разному, поэтому каждому нужно показать точную технику выполнения дыхательного упражнения, строить работу в зависимости от его индивидуальных возможностей.

4. Дыхательные упражнения «Дышим тихо, спокойно и плавно», «Ветер», «Радуга, обними меня» из первого комплекса полезны для восстановления организма и дыхания после любой физической нагрузки.

Примерный комплекс дыхательной гимнастики №1

Послушаем свое дыхание

Задачи: Учить прислушиваться к своему дыханию, определять тип дыхания, его глубину, частоту и по этим признакам - состояние организма.

И.п. - стоя, сидя, лежа (как удобно в данный момент). Мышцы туловища расслаблены. В полной тишине обучающиеся прислушиваются к собственному дыханию и определяют:

- куда попадает воздушная струя воздуха и откуда выходит;
- какая часть тела приходит в движение при вдохе и выдохе (живот, грудная клетка, плечи или все части - волнообразно);
- какое дыхание: поверхностное (легкое) или глубокое;
- какова частота дыхания: часто происходит вдох-выдох или спокойно с определенным интервалом (автоматической паузой);
- тихое, неслышное дыхание или шумное. Данное упражнение можно проводить до физической нагрузки или после, чтобы обучающиеся учились по дыханию определять состояние всего организма.

Дышим тихо, спокойно и плавно

Задачи: учить расслаблять и восстанавливать организм после физической нагрузки и эмоционального возбуждения; регулировать процесс дыхания, концентрировать на нем внимание с целью контроля за расслаблением своего организма и психики.

И.п. - стоя, сидя, лежа (это зависит от предыдущей физической нагрузки). Если сидя, спина ровная, глаза лучше закрыть.

Медленный вдох через нос. Когда грудная клетка начинает расширяться, прекратить вдох и сделать паузу, кто сколько сможет. Затем плавный выдох через нос. Повторить 5-10 раз. Упражнение выполняется бесшумно, плавно, так, чтобы даже подставленная к носу ладонь не ощущала струю воздуха при выдыхании.

Подыши одной ноздрей

Задачи: учить укреплять мышцы дыхательной системы, носоглотки и верхних дыхательных путей.

И.п. - сидя, стоя, туловище выпрямлено, но не напряжено.

1. Правую ноздрю закрыть указательным пальцем правой руки.левой ноздрей делать тихий продолжительный вдох (последовательно нижнее, среднее, верхнее дыхание).

2. Как только вдох окончен, открыть правую ноздрю, а левую закрыть указательным пальцем левой руки - через правую ноздрю делать тихий продолжительный выдох с максимальным опорожнением легких и подтягиванием диафрагмы максимально вверх, чтобы в животе образовалась «ямка».

3-4. То же другими ноздрями. Повторить 3-6 раз. Примечание: После этого упражнения несколько аз подряд одной ноздрей сделать вдох-выдох (сначала той ноздрей,

которой легче дышать, затем другой). Повторить по 6-10 дыхательных движений каждой ноздрей отдельно. Начинать со спокойного и переходить на глубокое дыхание.

Воздушный шар (дышим животом, нижнее дыхание)

Задачи: учить укреплять мышцы органов брюшной полости, осуществлять вентиляцию нижней части легких, концентрировать внимание на нижнем дыхании.

И.п. - лежа на спине, ноги свободно вытянуты, туловище расслаблено, глаза закрыты. Внимание сконцентрировано на движении пупка: на нем лежат обе ладони. В дальнейшем данное упражнение можно выполнять стоя.

Выдохнуть спокойно воздух, втягивая живот к позвоночному столбу, пупок как бы опускается.

1. Медленный, плавный вдох, без каких-либо усилий - живот медленно поднимается вверх и раздувается, как круглый шар.

2. Медленный, плавный выдох - живот медленно втягивается к спине. Повторить 4-10 раз.

Воздушный шар в грудной клетке (среднее, реберное дыхание)

Задачи: учить укреплять межреберные мышцы, концентрировать свое внимание на их движении, осуществляя вентиляцию средних отделов легких.

И.п. - лежа, сидя, стоя. Руки положить на нижнюю часть ребер и сконцентрировать на них внимание. Сделать медленный, ровный выдох, сжимая руками ребра грудной клетки.

1. Медленно выполнять вдох через нос, руки ощущают распирающие грудной клетки и медленно освобождают зажим.

2. На выдохе грудная клетка вновь медленно зажимается двумя руками в нижней части ребер.

Примечание: Мышцы живота и плечевого пояса остаются неподвижными. В начальной фазе обучения необходимо помогать обучающимся слегка сжимать и разжимать на выдохе и вдохе нижнюю часть ребер грудной клетки. Повторить 6-10 раз.

Воздушный шар поднимается вверх (верхнее дыхание)

Задачи: учить укреплять и стимулировать верхние дыхательные пути, обеспечивая вентиляцию верхних отделов легких.

И.п. - лежа, сидя, стоя. Одну руку положить между ключицами и сконцентрировать внимание на них и плечах. Выполнение вдоха и выдоха со спокойным и плавным поднятием и опусканием ключиц и плеч. Повторить 4-8 раз.

Ветер (очистительное, полное дыхание)

Задачи: учить укреплять дыхательные мышцы всей дыхательной системы, осуществлять вентиляцию легких во всех отделах.

И.п. - лежа, сидя, стоя. Туловище расслаблено. Сделать полный вдох носом, втягивая в себя живот, грудную клетку.

1. Сделать полный вдох, выпячивая живот и ребра грудной клетки.

2. Задержать дыхание на 3-4 секунды.

3. Сквозь сжатые губы с силой выпустить воздух несколькими отрывистыми выдохами.

Повторить 3-4 раза.

Примечание: Упражнение не только великолепно очищает (вентилюет) легкие, но и помогает согреться при переохлаждении и снимает усталость. Поэтому рекомендуется проводить его после физической нагрузки как можно чаще.

Примерный комплекс дыхательной гимнастики № 2

Цель данного комплекса: укрепление носоглотки, верхних дыхательных путей и легких. Все упражнения комплекса выполняются стоя или в движении.

Подыши одной ноздрей

Повторить упражнение «Подыши одной ноздрей» из комплекса №1, нос меньшей дозировкой.

Поворот головы вправо-влево в темпе движения. Одновременно с каждым поворотом вдох носом: короткий, шумный (как ежик), с напряжением мышц всей носоглотки (ноздри двигаются и как бы соединяются, шея напрягается). Выдох мягкий, произвольный, через полуоткрытые губы. Повторить 4-8 раз.

Ежик

Поворот головы вправо-влево в темпе движения. Одновременно с каждым поворотом вдох носом: короткий, шумный (как ежик), с напряжением мышц всей носоглотки (ноздри двигаются и как бы соединяются, шея напрягается). Выдох мягкий, произвольный, через полуоткрытые губы. Повторить 4-8 раз.

Губы «трубкой»

1. Полный выдох через нос, втягивая в себя живот и межреберные мышцы.
2. Губы сложить «трубкой», резко втянуть воздух, заполнив им все легкие до отказа.
3. Сделать глотательное движение (как бы глотаешь воздух).
4. Пауза в течение 2-3 секунд, затем поднять голову вверх и выдохнуть через нос плавно и медленно.

Повторить 4-6 раз.

Уши

Покачивая головой вправо-влево, выполнять сильные вдохи. Плечи остаются неподвижными, но при наклоне головы вправо-влево уши как можно ближе к плечам. Следить, чтобы туловище при наклоне головы не поворачивалось. Вдохи выполняются с напряжением мышц всей носоглотки. Выдох произвольный. Повторить 4-5 раз.

Пускаем мыльные пузыри

1. При наклоне головы к груди сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки.
2. Поднять голову вверх и спокойно выдохнуть воздух через нос, как бы пуская мыльные пузыри.
3. Не опуская головы, сделать вдох носом, напрягая мышцы носоглотки.
4. Выдох спокойный через нос с опущенной головой. Повторить 3-5 раз.

Язык «трубкой»

1. Губы сложены «трубкой», как при произношении звука «о». Язык высунуть и тоже сложить «трубкой».
2. Медленно втягивая воздух через «трубку» языка, заполнить им все легкие, раздувая живот и ребра грудной клетки.
3. Закончив вдох, закрыть рот. Медленно опустить голову так, чтобы подбородок коснулся груди. Пауза - 3-5 секунд.
4. Поднять голову и спокойно выдохнуть воздух через нос. Повторить 4-8 раз.

Насос

1. Руки соединить перед грудью, сжав кулаки.
2. Выполнять наклоны вперед-вниз и при каждом пружинистом наклоне делать порывистые вдохи, такие же резкие и шумные, как при накачивании шин насосом (5-7 пружинистых наклонов и вдохов).

3. Выдох произвольный. Повторить 3-6 раз.

Примечание: При вдохах напрягать все мышцы носоглотки.

Усложнение: Повторить 3 раза упражнение, затем наклоны вперед-назад (большой маятник), делая при этом вдох-выдох. Руки при наклоне вперед свободно тянуть к полу, а при наклоне назад поднимать к плечам. При каждом вдохе напрягаются мышцы носоглотки. Повторить 3-5 раз.

Дышим тихо, спокойно и плавно

Повторить упражнение «Дышим тихо, спокойно и плавно» из комплекса № 1, но с меньшей дозировкой.

Радуга, обними меня

Задачи: те же.

И.п. - стоя или в движении.

1. Сделать полный вдох носом с разведением рук в стороны.
2. Задержать дыхание на 3-4 секунды.
3. Растягивая губы в улыбке, произносить звук «с», выдыхая воздух и втягивая в себя живот и грудную клетку. Руки сначала направить вперед, затем скрестить перед грудью, как бы обнимая плечи: одна рука идет подмышку, другая на плечо.

Повторить 3-4 раза. Повторить 3-5 раз упражнение «Дышим тихо, спокойно и плавно».

Очищающее «ХА» - дыхание

Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный глубокий вдох, одновременно поднимая руки перед собой вверх. Задерживать дыхание, пока это приятно. Открыть рот, расслабить гортань, сделать энергичный выдох через рот, одновременно опуская руки и наклоняясь вперед («ХА»). Медленно выпрямиться и отдыхать в течение 5 дыхательных циклов. Вдыхать воздух следует облегчением, как будто освобождаясь от забот.

Энергетизированное дыхание («Задувание свечи»)

Встать прямо, ноги на ширине плеч. Сделать свободный вдох и задерживать дыхание, пока это приятно. Сложить губы трубочкой. Сделать три коротких редких выдоха, словно стараясь задуть горящую свечу («Фу-фу-фу»). Во время упражнения корпус держать прямо. Отдыхать в течение пяти дыхательных циклов.

Стимулирующее «шипящее» дыхание

Дыхательное движение такое же, как в гармоничном полном дыхании. Вдох делается через нос в естественном темпе, выдох предельно затягивается. Во время выдоха воздух выходит через рот, издавая высокий свистящий звук, как при произнесении звука «с». Язык располагается таким образом, что создается сопротивление выходящему воздуху.

Комплекс оздоровительного самомассажа

«Медведь просыпается»

Комплекс самомассажа составлен на основе традиционных китайских техник, построен с акцентом на самомассаже кистей, стоп, ушных раковин. Начинается он с выполнения перекатов в группировке, при этом происходит массаж позвоночника и паравerteбральных областей. Затем проводится самомассаж кисти, головы, стоп в положении сидя, выполнение упражнений из исходного положения стоя на четвереньках и стоя. Последовательность исходных положений повторяет становление поз и движений в онтогенезе. Это благоприятно сказывается на здоровье, поскольку позволяет устранить небольшие дефекты формирования двигательных стереотипов, если они имели место в процессе онтогенеза. Комплекс облегчает пробуждение организма, стимулирует деятельность внутренних органов, оказывает общеукрепляющее воздействие, мобилизует защитные силы организма, стимулирует его способность к естественному исцелению, способствует повышению работоспособности, психоэмоциональной разрядке, улучшению настроения; способствует формированию привычки следить за своим здоровьем.

Инструктор лечебной физической культуры проговаривает текст, а воспитанники выполняют разнообразные приемы массажа. До тех пор, пока дети не выучат приемы, рассказ должен осуществляться с показом.

приемы, рассказ должен осуществляться с показом.

1. Зима. Маленькие медвежата спят в берлоге, свернувшись калачиком, обняв ноги руками, лбом уткнувшись в колени. Исходное положение, лежа на боку в группировке.

2. Пришла весна. Светит яркое солнце. Снег тает. В берлоге становится сыро, неуютно. Медвежата перекатываются с боку на бок, перекатываются на спины от головы к хвосту. Перекаты в группировке с боку на бок, перекаты на спине по 4 раза.

3. Надо просыпаться. Медвежата сели, потеряли друг о друга ладони, начали будить пальцы.

Потирание ладоней 4-6 раз. Поочередное циркулярное растирание пальцев по 4-6 раз, растяжение пальцев по оси 1 -2 раза, массаж боковых поверхностей пальцев 4-6 раз, сухое «умывание» рук 1 -2 раза, круговое растирание запястий 2-4 раза.

4. Разбудили пальцы, начали приводить в порядок передние лапы. Погладили шерсть на передних лапах по тыльной поверхности до плеча, по ладонной – до пальцев. Сначала легко гладим, не прикасаясь к коже. У медведя шерсть длинная, густая. Сначала разглаживаем самый верхний слой. Потом поглубже слой шерсти, уже чуть прикасаемся к коже. А теперь плотно прижимаем ладони к телу. Постучали слабо сжатым кулаком, чтобы хорошо проснулись лапы.

Бесконтактный массаж: ладонное — плоскостное поглаживание. Растирание, поколачивание верхних конечностей по ходу энергетических каналов слабо сжатым кулаком, все приемы повторить 1-2 раза.

Вновь потеряли друг о друга ладони, начинаем будить голову. Погладили себя от затылка к темени, от ушей к темени, ото лба к темени. Постучали слабо сжатым кулаком по тем же направлениям. Подергали себя за волосы - проверили медвежата, крепко ли держится их шерсть, и вновь погладили. Граблеобразное поглаживание, прерывистая вибрация и не прерывистая вибрация, потягивая за волосы, граблеобразное поглаживание волосистой части головы. Все приемы проводить 2-4 раза.

Потерли ладони и подушечками пальцев легко погладили лоб над бровями снизу вверх. Погладили по верху шерсти. Кожа едва чувствует прикосновение, но остается совершенно гладкой. Ладонями погладили лоб от середины в стороны.

Ладонное плоскостное поглаживание лба по ходу лобной мышцы и лобной фасции 2-4 раза.

Потерли ладони и погладили брови от центра в стороны подушечками 1-2 пальцев. Щипцеобразное поглаживание бровей 2-4 раза.

Пора будить глаза. Шея у медведя не очень хорошо двигается, двигать будем только глазами. Медвежонок увидел первую бабочку, следит за ней. Поглядели на вдох — вверх, на выдох — вниз, на вдох — вправо, на выдох — влево, на вдох - влево, на выдох — вправо. Сделали большие круги глазами по часовой стрелке, против часовой стрелки. Все движения медленные, сочетаются с дыханием. А теперь быстро-быстро и легко поморгали, представили, что веки - это крылья бабочки.

Упражнения для глаз выполнять с максимальной комфортной амплитудой по 1-2 раза медленные, 4-8 раз быстрые.

Медвежата потерли лапы и умыли мордочки снизу вверх, не прикасаясь к ним, по верху шерсти.

Бесконтактный массаж лица 1-2 раза.

Начинаем будить уши. Уши - очень важный для медведя орган. Медвежата тщательно будят уши. Потерли ладони друг об друга 4-6 раз. Подергали оба уха за верхние края вверх, за мочки вниз, за середину назад по 4-6 раз. Большим и указательным пальцами гладить, разминать завитки ушей по 1-2 раза. Кончиком указательного пальца круговыми движениями 2-4 раза массировать внутреннюю часть ушной раковины. Разогреть трением ладони и массировать ушные раковины вперед-назад 2-4 раза, при движении вперед заворачивать ушную раковину. Сделать вилочку из 2 и 3 пальцев и массировать уши снизу вверх 4-6 раз. Само массаж ушей.

Будим шею и плечи. Потерли ладони друг об друга. Погладили заднюю поверхность шеи, плеч сверху вниз правой и левой лапами поочередно, разминаем шею и плечи в тех же направлениях по 2 раза. Ладонное плоскостное поглаживание, разминание задней поверхности шеи, плеч.

Медвежата славно поработали. Они довольны. Переплели пальцы, прижали лапы ладонями к груди - вдох, повернули ладони наружу, потянули лапы вперед - выдох. Прижали ладони к груди - вдох, повернули ладони от себя, потянулись лапами вверх — выдох. Почувствовали, как расправляется спина, растут медвежата.

Упражнение на растяжение мягких тканей, верхних конечностей, межлопаточной области. Пришла очередь просыпаться и задним лапам. Сели поудобнее, потерли ладони друг о друга и будим пальцы на одной задней лапе: растираем, двигаем каждый палец, чтобы он проснулся.

Поочередное циркулярное растирание пальцев 4-6 раз, растяжение пальцев по оси 1-2 раза, массаж боковых поверхностей пальцев 4-6 раз, максимальное сгибание и разгибание их 1-2 раза.

Разбудили пальцы, начали приводить в порядок стопы. Погладили подошвы 2-4 раза, постучали их слабо сжатым кулаком 1-2 раза и опять погладили и растерли кулаком в направлении от пальцев к пятке и обратно 2-4 раза. Погладили тыльную поверхность стопы от пальцев к голеностопному суставу 2 раза, тщательно растерли ее 2-4 раза. Нашли

выше пятки сухожилие, взяли его в щепотку с одной стороны большим пальцем, а с другой - остальными и растерли вверх-вниз 4-6 раз. Взяли стопу за пальцы и вращаем внутрь и наружу по 4 раза. Повторить то же с другой лапой.

Ладонное и гребнеобразное поглаживание, растирание подошвенной, ладонное поглаживание, растирание тыльной и боковых поверхностей стопы, щипцеобразное поглаживание, растирание области ахиллова сухожилия, пассивные движения в голеностопном суставе.

14. Разбудили стопы, будим задние лапы. Выпрямили ноги. Похлопали икрами ног по полу поочередно, слегка сгибая колени, 2-4 раза. Максимально напрягли мышцы ног, стопы под прямым углом, т.е. пальцы ног направлены вверх. Расслабили ноги. Потерли ладони друг о друга. Погладили колени вокруг надколенников 2 раза, растерли ладонями 2-4 раза, слегка посмещали надколенники вверх, вниз, в стороны по 1-2 раза.

15. Погладили шерсть на задних лапах по наружной поверхности - к стопе, по внутренней — к туловищу. Сначала легко гладим, не прикасаясь к коже, по шерсти 1-2 раза. Потом глубже слой шерсти, уже чуть прикасаемся к коже 1-2 раза. И, наконец, плотно прижимаем ладони к телу. Постучали по ногам слабо сжатыми кулаками в тех же направлениях 1-2 раза. Потянули задние лапы пальцами вперед, теперь - пятками вперед, а теперь - одну пальцами, а другую пяткой вперед и наоборот. Вот и готовы лапы бегать, прыгать и играть.

Медвежата играют.

1. Разделились на пары, встали на четвереньки лицом друг к другу. Округлили спину, потянули спину кверху, пошипели; прогнули спину, повиляли хвостиками. Выпрямили ноги, потянули хвостики кверху, кто выше поднимет свой хвост? Прогнули спину, повиляли хвостиками. Повернули пятки вправо, пальцы влево, выпрямили ноги, потянули кверху хвостики, порычали; прогнули спину, повиляли хвостиками. Повернули пятки влево, пальцы вправо, потянули кверху хвостики, порычали; прогнули спину, повиляли хвостиками.

Теперь медвежата полностью проснулись, размялись. Они готовы к играм, соревнованиям, прогулкам.

2. Подвижные игры.

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Организационное обеспечение образования детей с НОДА базируется на нормативно-правовой основе, в которой обозначены специальные условия дошкольного образования детей этой категории. Создание этих условий обеспечивает реализацию не только образовательных прав самого ребенка на получение соответствующего его возможностям образования, но и реализацию прав всех остальных детей, включенных наравне с ребенком с НОДА в образовательное пространство.

Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

С учетом необходимости реализации комплексного междисциплинарного подхода при коррекции нарушений развития у детей с двигательной, особенно тяжелой двигательной, патологией психолого-педагогическую работу следует проводить на фоне восстановительного лечения (медикаментозных средств, массажа, ЛФК, физиотерапии). В ДОУ регулярно проводятся психолого-медико-педагогические консилиумы, на которых процесс реабилитации наиболее сложных детей докладывается и обсуждается всеми специалистами (инструктором ЛФК, инструктором по физической культуре, учителем-логопедом, педагогом-психологом, воспитателем).

Организация развивающей предметно-пространственной среды

Развивающая предметно-пространственная среда – комплекс материально-технических, санитарно-гигиенических, эргономических, эстетических, психолого-педагогических условий, обеспечивающих организацию жизни детей с НОДА. Среда должна соответствовать требованиям ФГОС дошкольного образования, санитарно-эпидемиологическим требованиям и способствовать реализации цели, задач и содержания выбранной программы.

Организация развивающей предметно-пространственной среды направлена на всестороннее развитие и включение в разные виды детской деятельности ребенка с НОДА. Организация среды определяет успешность пространственной адаптации ребенка с НОДА, необходимость создания его комфортного жизненного цикла. При моделировании предметно-пространственной среды, необходимо выделить компонент среды для построения ее модели. Моделирование образовательного развивающего пространства должно обеспечивать сознательную, целенаправленную, систематическую и взаимодополняющую деятельность воспитателей, специалистов сопровождения (учителя-логопеда, педагога-психолога, учителя-дефектолога), детей, родителей, направленную на всестороннее развитие ребенка с НОДА. Оно включает такие структурные компоненты как самоопределение, самопознание, самореализацию, самовоспитание и саморазвитие воспитанников с двигательными нарушениями.

При организации предметно-развивающей среды для детей с НОДА необходимо соблюдать ряд требований, а именно:

- обеспечивать максимальную реализацию образовательного потенциала пространства Организации, в том числе группы, а также территории, прилегающей к организации, материалов, оборудования и инвентаря для развития детей с НОДА в

соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, охраны и укрепления их здоровья, учета особенностей и коррекции недостатков их развития;

- обеспечивать возможность общения и совместной деятельности детей с НОДА и взрослых;

- учитывать возрастные особенности и особые образовательные потребности детей с НОДА;

- обеспечивать реализацию различных образовательных программ и создание специальных условий с учетом особых образовательных потребностей детей с НОДА;

- учитывать национально-культурные, климатические условия, в которых осуществляется образовательная деятельность;

- развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной (без острых и режущих выступов и ядовитых красок).

Образовательное пространство должно быть оснащено средствами обучения и воспитания (в том числе техническими), соответствующими материалами, в том числе расходным игровым, спортивным, оздоровительным оборудованием, инвентарем с учетом психофизических особенностей детей с НОДА. Оно должно обеспечивать ребенку возможность визуального контакта со взрослыми и свободный доступ детей к игрушкам и предметам.

Организация образовательного пространства и разнообразие материалов, оборудования и инвентаря (в здании и на участке) должны обеспечивать: игровую, познавательную, двигательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников, экспериментирование с доступными для детей с НОДА материалами, эмоциональное благополучие детей во взаимодействии с предметно-пространственным окружением; возможность самовыражения детей.

Планирование образовательной деятельности

Программно-методическое обеспечение образовательного процесса как одно из основных условий реализации адаптированной образовательной программы дошкольного образования ориентировано на возможность постоянного и устойчивого доступа для всех субъектов образовательного процесса к любой информации.

Коррекционно-развивающее воздействие осуществляется на основе использования разнообразных практических, наглядных и словесных, двигательно-кинестетических методов.

Выделяются следующие формы работы с детьми с двигательной патологией: индивидуальные, подгрупповые и фронтальные в соответствии с медицинскими показаниями.

В зависимости от структуры нарушений коррекционно-развивающая работа с детьми данной категории должна строиться дифференцированно.

Кадровые условия реализации программы

Воспитание и обучение дошкольников с НОДА осуществляется учителями-логопедами, педагогом-психологом, воспитателями, инструктором по физической

культуре, знающими психофизические особенности детей с двигательными нарушениями.

В рамках работы с педагогическим коллективом предусмотрено повышение информированности педагогов о детях с НОДА; формирование педагогической позиции; профилактика синдрома профессионального выгорания; обучение педагогов специальным методам и приемам коррекционной работы через постоянную систему консультирования и специальных курсов повышения квалификации.

№ п/п	Категории педагогических и руководящих работников	Количество педагогов	Потребность
1.	Заведующий	1	0
2.	Заместитель заведующего по УМР	1	0
3.	Старший воспитатель	1	0
5.	Воспитатель	29	0
6.	Педагог-психолог	1	0
7.	Инструктор по ФК	2	0
8.	Музыкальный руководитель	2	0
9.	Учитель-логопед	5	0

Материально-техническое обеспечение программы

Созданная в ДОУ материально-техническая база включает:

- групповые помещения, в которых пространственная среда, мебель, игровое оборудование, средства обучения соответствуют возрасту детей и индивидуальным особенностям их развития;

- оборудованный медицинский и процедурный кабинеты;

- пищеблок, прачечная обеспечены современным технологическим оборудованием;

- методический кабинет подключение к сети Интернет;

- музыкально-физкультурный зал, музыкальный и физкультурный зал оборудован необходимым количеством наглядного, дидактического, демонстрационного, спортивного и музыкального оборудования, которое обеспечивает всестороннее развитие воспитанников по образовательным областям;

- кабинеты учителя-логопеда;

- многофункциональная спортивная площадка;

- библиотека-медиаотека, постоянно пополняемая новыми цифровыми ресурсами;

- соляная палата.

Созданы условия для физкультурно-оздоровительной работы:

Помещение ДОУ
Спортивный зал

Оснащение

Стойка баскетбольная, мячи набивные (на подгруппу детей), доска гладкая узкая (длинная), дуга (большая, средняя, малая), полусферы с шипами, фишка «Островок», мешочки с песком (на группу детей), гантели детские (на подгруппу детей), доска гладкая с зацепами, доска с ребристой поверхностью (деревянная, пластмассовая), мягкие модули, канат (длинный), мат большой, коврики туристические (на

	подгруппу детей), мячи (большие, средние, малые) (на группу детей), обруч (большой, малый) (на группу детей), скакалка (короткая) (на группу детей), скамейка гимнастическая, стенка гимнастическая «Шведская», шнур плетеный (на группу детей), корзины для хранения мячей, конусы для разметки игрового поля, гимнастические палки (длинные, короткие) (на группу детей), корзина для хранения палок гимнаст, магнитофон
Тренажерный зал	Тренажеры: 1. «Беговая дорожка». 2. «Твистер механический, с ручкой» - 2 шт. 3. «Бегущая по волнам», «Гребля»
Медицинский блок	Коктейлер, ростомер, весы, соляная палата
Спортивная площадка на территории	Беговая дорожка, яма для прыжков в длину, волейбольная сетка, малые спортивные комплексы
Прогулочные участки с верандами и игровым оборудованием	Качели, песочницы, малое игровое оборудование, веранды
Физкультурные уголки в каждой группе	Шведские стенки, тренажеры, мячи, обручи, скакалки, спортивные игры, массажеры и др.

Финансовые условия реализации программы

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования четко определяет, что реализация образовательной программы осуществляется в полной мере лишь в условиях, соответствующих предъявляемым к ним требованиям.

Главным принципом формирования финансовых условий реализации программы является принцип их содействия конечному обучению воспитанника в условиях, необходимых для обеспечения такого обучения.

Финансовое обеспечение реализации адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования, разработанной для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата осуществляется в соответствии с потребностями ДООУ на осуществление всех необходимых расходов на обеспечение конституционного права на бесплатное и общедоступное дошкольное образование с учетом направленности группы, режима пребывания детей в группе, возрастом воспитанников и прочими особенностями реализации Программы.

Объём финансового обеспечения реализации Программы достаточный и необходимый для осуществления:

- расходов на оплату труда работников, реализующих Программу, в том числе педагогических работников дополнительной привлекаемых для реализации, адаптированной основной образовательной программы для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата в количестве, необходимом для качественного педагогического

сопровождения указанной категории детей.

- расходов на средства обучения, включая средства обучения, необходимые для организации реализации адаптированной основной образовательной программы для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата, соответствующие материалы, в том числе приобретение учебных изданий в бумажном и электронном виде, дидактических материалов, аудио- и видео-материалов, средств обучения, в том числе, материалов, оборудования, спецодежды, игр и игрушек, электронных образовательных ресурсов, необходимых для организации всех видов образовательной деятельности и создания развивающей предметно-пространственной среды, приобретения обновляемых образовательных ресурсов, в том числе, расходных материалов, подписки на актуализацию электронных ресурсов, пополнение комплекта средств обучения и подписки на техническое сопровождение деятельности средств обучения, спортивного, оздоровительного оборудования, инвентаря, оплату услуг связи, в том числе расходов, связанных с подключением к информационной сети Интернет;
- расходов, связанных с дополнительным профессиональным образованием педагогических работников по профилю их педагогической деятельности;
- иных расходов, связанных с реализацией Программы, в том числе необходимых для организации деятельности ДООУ по реализации программы (включая приобретение услуг, в том числе коммунальных).

Финансовое обеспечение государственных гарантий на получение гражданами общедоступного и бесплатного дошкольного образования за счёт средств соответствующих бюджетов бюджетной системы Российской Федерации в государственных и муниципальных образовательных организациях осуществляется на основе нормативных затрат на оказание образовательных услуг, обеспечивающих реализацию Программы в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Финансовое обеспечение реализации Программы в ДООУ осуществляется исходя из нормативных затрат на основе муниципального задания учредителя на оказание муниципальных услуг по реализации Программы в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта по каждому виду и направленности образовательных программ с учётом форм обучения в соответствии с ведомственным перечнем услуг.

Показатели, характеризующие выполнение государственного (муниципального) задания учредителя на оказание государственных (муниципальных) услуг по реализации Программы, должны учитывать требования ФГОС ДО к условиям реализации Программы, а также особенности реализации Программы в отношении детей с нарушением опорно-двигательного аппарата.

Объём финансового обеспечения реализации Программы в ДООУ осуществляется в пределах объёмов средств на текущий финансовый год и используется для осуществления расходов, необходимых для реализации Программы, в том числе оплаты труда всех категорий персонала, участвующего в ее реализации, приобретения средств обучения, обеспечения дополнительного профессионального образования педагогических работников и организации функционирования ДООУ.

Режим дня и распорядок

Ребенок с двигательной патологией во время бодрствования не должен более 20 минут оставаться в одной и той же позе. Для каждого ребенка индивидуально подбираются наиболее адекватные позы для кормления, одевания, купания, игры. Эти позы меняются по мере развития двигательных возможностей ребенка. Если не удастся вытянуть вперед руки или схватить предмет, находясь в положении на спине или на животе, можно добиться желаемых движений, поместив малыша животом на колени взрослого и слегка раскачивая его. В результате ребенок лучше расслабляется, легче вытягивает руки вперед и хватает игрушку. Нужно следить за тем, чтобы ребенок не сидел в течение длительного времени с опущенной вниз головой, согнутыми спиной и ногами. Это приводит к стойкой патологической позе, способствует развитию сгибательных контрактур коленных и тазобедренных суставов. Чтобы этого избежать, ребенка следует сажать на стул так, чтобы его ноги были разогнуты, стопы стояли на опоре, а не свисали, голова и спина были выпрямлены. В течение дня полезно несколько раз выкладывать ребенка на живот, добиваясь в этом положении разгибания головы, рук, спины и ног. Чтобы облегчить принятие этой позы, ребенку под грудь подкладывают небольшой валик.

Соблюдение ортопедического режима позволяет устранить негативные моменты, способствующие прогрессированию двигательных нарушений, тем самым оказывая положительное влияние на стабилизацию двигательного статуса ребенка.

Режим дня старшей группы (5-6 лет)

Холодный период года

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	06.30 (07.00)-07.30
<i>В ДОУ</i>	
Утренний прием, игры, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя разминка	8.20-8.30
Гигиенические процедуры, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	1. 9.00-9.20 2. 9.30-9.50
Игры, самостоятельная деятельность	9.50-10.00
2-ой завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)	10.10-12.15
Гигиенические процедуры, обед	12.15-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические, физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.20

Непрерывная образовательная деятельность; игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.20-16.00
Гигиенические процедуры, ужин	16.00-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.35-18.45
Индивидуальная работа с детьми	18.45-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.30 (19.00)-20.45 (21.00)
Ночной сон	20.45 (21.00)-06.30 (07.30)

Режим дня старшей группы (5-6лет)

Теплый период года

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	06.30 (07.00)-07.30
<i>В ДОУ</i>	
Утренний прием, игры, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.10
Утренняя разминка	8.20-8.30
Гигиенические процедуры, завтрак	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность	8.50-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	1. 9.00-9.25
Игры, самостоятельная деятельность	9.25-10.00
2-ой завтрак	10.00-10.10
Подготовка к прогулке, прогулка (<i>игры, наблюдения, общественно полезный труд</i>)	10.10-12.15
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, обед	12.15-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические, физкультурно- оздоровительные процедуры	15.00-15.20
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.20-16.00
Гигиенические процедуры, ужин	16.00-16.35
Подготовка к прогулке, прогулка	16.35-18.45
Индивидуальная работа с детьми	18.45-19.00

<i>Дома</i>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.30 (19.00)-20.45 (21.00)
Ночной сон	20.50 (21.15)-06.30 (07.30)

Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет)

Холодный период года

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	06.30 (07.00)-07.30
<i>В ДОУ</i>	
Утренний прием, игры, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.20
Утренняя разминка	8.30-8.40
Гигиенические процедуры, завтрак	8.40-8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.55-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	1. 9.00-9.30 2. 9.40-10.10 3. 10.20-10.50
2-ой завтрак	10.10-10.20
Игры, самостоятельная деятельность	10.20-10.50
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)	10.50-12.20
Гигиенические процедуры, обед	12.20-13.00
Дневной сон	13.00-15.00
Постепенный подъем, гигиенические, физкультурно-оздоровительные процедуры	15.00-15.15
Непрерывная образовательная деятельность; игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.15-16.10
Гигиенические процедуры, ужин	16.10-16.45
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45-18.45
Индивидуальная работа с детьми	18.45-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.30 (19.00)-20.45 (21.00)
Ночной сон	20.45 (21.00)-06.30 (07.30)

Режим дня подготовительной к школе группы (6-7 лет)

Теплый период года

<i>Режимные моменты</i>	<i>Время проведения</i>
<i>Дома</i>	
Подъем, утренний туалет	06.30 (07.00)-07.30
<i>В ДОУ</i>	
Утренний прием, игры, совместная и самостоятельная деятельность	7.00-8.20
Утренняя разминка	8.30-8.40
Гигиенические процедуры, завтрак	8.40-8.55
Игры, самостоятельная деятельность	8.55-9.00
Непрерывная образовательная деятельность	1. 9.00-9.30
Игры, самостоятельная деятельность	9.30-10.10
2-ой завтрак	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка (игры, наблюдения, общественно полезный труд)	10.20– 12.20
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры, обед	12.20-13.00
Дневной сон	13.00 -15.00
Постепенный подъем, гигиенические, физкультурно-оздоровительные процедуры.	15.00 – 15.25
Игры, совместная и самостоятельная деятельность	15.25 – 16.10
Гигиенические процедуры, ужин	16.10 – 16.45
Подготовка к прогулке, прогулка	16.45 -18.45
Индивидуальная работа с детьми	18.45-19.00
<i>Дома</i>	
Прогулка с детьми, возвращение домой, легкий ужин, спокойные игры, гигиенические процедуры.	18.30 (19.00)-20.45 (21.00)
Ночной сон	20.50 (21.15)-06.30 (07.30)

Перечень нормативных и нормативно-методических документов

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» (с изменениями на 28 июня 2014 года).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.04.2014 N 293 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 12.05.2014 N 32220).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
- Приказ Минтруда России №664н от 29 сентября 2014 г. «О классификациях и критериях, используемых при осуществлении медико-социальной экспертизы граждан федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы».
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 июня 2013 г. № ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей».
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.3049-13»);
- Примерная основная образовательная программа дошкольного образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 мая 2015 г. № 2/15))

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ.

Пояснительная записка

Изменение вектора государственной политики в сфере образования на приоритет воспитания отражено в Указе Президента Российской Федерации от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2025 года», где главной целью образования обозначено - воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно- нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций.

Общие задачи и принципы воспитания средствами образования представлены в Федеральных государственных образовательных стандартах дошкольного образования, где **воспитательная деятельность рассматривается как компонент педагогического процесса** и охватывает все составляющие образовательной системы образовательной организации, что направлено на реализацию государственного, общественного и индивидуально-личностного заказа на качественное и доступное образование в современных условиях.

Рабочая программа воспитания МБДОУ «ДС №308 г. Челябинска», реализующая образовательную программу дошкольного образования, присмотр и уход за детьми (далее – Программа воспитания), разработана на основе требований Федерального закона № 304-ФЗ от 31.07.2020 «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», с учетом Плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.

Работа по воспитанию, формированию и развитию личности дошкольников в образовательной организации, реализующей образовательную программу дошкольного образования, присмотр и уход за детьми (далее – ДОО), предполагает преемственность по отношению к достижению воспитательных целей начального общего образования (далее – НОО).

Рабочая программа воспитания в ДОО, строится на целеполагании, ожидаемых результатах, видах деятельности, условиях формирования воспитывающей, личностно развивающей среды, отражает интересы и запросы участников образовательных отношений:

- ребенка, признавая приоритетную роль его личностного развития на основе возрастных и индивидуальных особенностей, интересов и потребностей;
- родителей ребенка (законных представителей) и значимых для ребенка взрослых;
- государства и общества.

Программа воспитания и организация воспитательной работы в ДОО спланирована с учетом региональной специфики реализации Стратегии развития воспитания в Российской Федерации.

Основой программы воспитания являются положения следующих документов:

- Конституция Российской Федерации (принята на всенародном голосовании 12 декабря 1993 г.) (с поправками);
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Федеральный Закон от 28 июня 2014 г. № 172-ФЗ «О стратегическом планировании в Российской Федерации»;

- Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 6 октября 2003 г. № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации»;
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р об утверждении Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;
- распоряжение Правительства Российской Федерации от 13 февраля 2019 г. № 207-р об утверждении Стратегии пространственного развития Российской Федерации на период до 2025 года;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Воспитание детей дошкольного возраста в настоящее время ориентируется на гармоничное развитие личности, развитие жизнестойкости и адаптивности растущего человека в условиях глобальной неопределённости и стремительных изменений во всех сферах жизни и деятельности на основе базовых ценностей Российского общества и установок личности, ведущее значение среди которых имеет социальная солидарность, понимаемая не только как общность прошлого, но, прежде всего, и как общее будущее.

Программа воспитания для детей дошкольного возраста составлена опираясь на знание и понимание современных факторов, оказывающих влияние на воспитание и личностное развитие ребенка; особенностей психологического развития ребенка в условиях всеобщей цифровизации; гибкость в вопросах оперативного внесения в программы изменений, predetermined документами стратегического планирования Российской Федерации; готовность к взаимодействию, обратной связи и информационной открытости в отношении социальных партнеров ДОО.

Под воспитанием понимается «деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде»¹.

Программа воспитания основана на воплощении национального воспитательного идеала, который понимается как высшая цель образования, нравственное (идеальное) представление о

¹ п. 2) Ст.2 Федерального Закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

человеке, на воспитание, обучение и развитие которого направлены усилия основных субъектов национальной жизни.

Реализация Примерной программы основана на сетевом взаимодействии с разными субъектами воспитательно-образовательного процесса.

В Программе воспитания учитываются ключевые идеи Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России:

- воспитание и развитие личности гражданина России является общим делом;
- двойственная природа процесса социализации человека, многофакторность и сложность воспитания, развития личности и социально-профессионального самоопределения в сетевом мире;
- непрерывность и преемственность процесса воспитания и развития личности;
- направленность результатов воспитания и развития личности в будущее;
- воспитание человека в процессе деятельности;
- единство и целостность процесса воспитания и развития личности;
- центральная роль развития личности в процессе образования;
- контекстный характер процесса воспитания, единство ценностно-смыслового пространства воспитания и развития личности.

Миссией воспитания и развития личности гражданина России выступает сплочение и консолидация нации, укрепление социальной солидарности, повышение доверия личности к жизни в России, согражданам, обществу, настоящему и будущему малой родины, Российской Федерации, на основе базовых ценностей Российского гражданского общества и развитие у подрастающего поколения навыков позитивной социализации.

В ходе реализации программы воспитания рекомендуется стремиться к следующим результатам в части воспитания обучающихся, которые составлены в соответствии с Конституцией Российской Федерации и нашли дальнейшее отражение при формировании личностных качеств гражданина, необходимых для сохранения и передачи ценностей следующим поколениям:

- безусловное уважение к жизни во всех ее проявлениях, признание ее наивысшей ценностью;
- осознание ценности здоровья, установка на активное здоровьесбережение человека;
- любовь к Отечеству, осознание себя гражданином России – продолжателем традиций предков, защитником Земли, на которой родился и вырос; осознание личной ответственности за Россию;
- признание ценности жизни и личности другого человека, его прав и свобод, признание за другим человеком права иметь свое мнение;
- готовность к рефлексии своих действий, высказываний и оценке их влияния на других людей; внутренний запрет на физическое и психологическое воздействие на другого человека;
- субъектность, активная жизненная позиция;
- правовое самосознание, законопослушность; готовность в полной мере выполнять законы России; уважение к чужой собственности, месту постоянного проживания;

- осознание себя гражданином многонациональной России, частью народа, проявляющий интерес и уважение к культуре, русскому языку и языкам предков;
- готовность заботиться о сохранении исторического и культурного наследия страны и развитии новых культурных направлений;
- принятие и сохранение традиционных семейных ценностей народов России;
- уважение к различным вероисповеданиям, религиям;
- забота о природе, окружающей среде; экологическое самосознание и мышление; осознание себя частью природы и зависимости своей жизни и здоровья от экологии;
- забота о слабых членах общества, готовность деятельно участвовать в оказании помощи социально-незащищенным гражданам;
- осознание ценности образования; уважение к педагогу; готовность учиться на протяжении всей жизни; стремление к саморазвитию и самосовершенствованию во всех сферах жизни;
- проектное мышление; командность; лидерство; готовность к продуктивному взаимодействию и сотрудничеству;
- интеллектуальная самостоятельность; критическое мышление; познавательная активность;
- творческая активность и готовность к творческому самовыражению;
- свобода выбора и самостоятельность в принятии решений; социальная активность и мобильность; активная гражданская позиция;
- уважение к труду, осознание его ценности для жизни и самореализации; трудовая и экономическая активность.

Программы воспитания говорит о том, что основой организации воспитательного процесса в дошкольном возрасте являются представления об особенностях данного возраста и тех психологических механизмах, которые лежат в основе формирования личности на разных возрастных этапах дошкольного детства.

Целевые ориентиры следует рассматривать как возрастные характеристики возможных достижений ребенка, которые коррелируют с портретом выпускника ДОО и с базовыми духовно-нравственными ценностями. Планируемые результаты определены направлениями программы воспитания.

Программа воспитания является научной и методической основой для воспитания детей дошкольного возраста с учётом культурно-исторических, этнических, социально-экономических, демографических и иных особенностей региона, культурно-образовательных потребностей детей, их родителей (законных представителей), традиций и возможностей педагогического коллектива образовательной организации.

С учетом особенностей социокультурной среды, в которой воспитывается ребенок, в программе воспитания отражены образовательные отношения сотрудничества образовательной организации с семьями дошкольников, а также со всеми субъектами образовательных отношений. Только при подобном подходе возможно воспитать гражданина и патриота, раскрыть способности и таланты детей, готовить их к жизни в высокотехнологичном, конкурентном обществе.

В программе воспитания используются следующие сокращения и определения:

дескриптор	лексическая единица (словосочетание) Портрета выпускника ДО в части воспитания, описывающая уточняющую характеристику «Портрета Гражданина России 2035 года», для человека, освоившего программу дошкольного образования
ДО	дошкольное образование
ДОО	дошкольная(ые) образовательная(ые) организация(и)
НОО	начальное общее образование
ОО	образовательная(ые) организация(и)
Портрет гражданина России 2035	формирует единые ориентиры для социализации и развития личности по всем уровням образования, обеспечивая их преемственность. Используются как основа для разработки портретов выпускника по уровням образования.
ФГОС ДО	Федеральный Государственный стандарт дошкольного образования

Целевые ориентиры и планируемые результаты программы воспитания

Цель программы воспитания

Цель воспитания в ДОО – личностное развитие ребенка дошкольного возраста, проявляющееся:

- в усвоении им знаний основных норм, которые общество выработало на основе базовых ценностей современного общества (в усвоении ими социально значимых знаний);
- в развитии его позитивных отношений к этим ценностям (в развитии их социально значимых отношений);
- в приобретении им соответствующего этим ценностям опыта поведения, применения сформированных знаний и отношений на практике (в приобретении опыта социально значимых дел).

Цель сформулирована в соответствии с традиционными подходами к определению компонентов воспитания в отечественной дошкольной педагогике. Таким образом, она учитывает и традиции российской психолого-педагогической школы, и актуальные направления государственной политики в сфере образования, и запросы российского общества.

Поставленная цель реализуется в решении ряда задач, которые созвучны и преемственны с задачами, сформулированными в целевом разделе основной образовательной программы дошкольного образования:

- воспитывать в детях готовность и способность к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию, самооценке, пониманию смысла своей жизни, социально-ответственному поведению;
- развивать социальные, нравственные, физические, интеллектуальные, эстетические качества детей;
- создать благоприятные условия для гармоничного развития каждого ребенка в соответствии с его возрастными, гендерными, индивидуальными особенностями и склонностями;
- формировать у ребенка способности и потребности открывать и творить самого себя в основных формах человеческой деятельности, готовность познавать себя в единстве с миром, в диалоге с ним; создать предпосылки для многостороннего самовыражения, творчества детей;
- формировать общую культуру личности, в том числе ценности здорового и устойчивого образа жизни, инициативности, самостоятельности и ответственности, активной жизненной позиции, предпосылок учебной деятельности;
- воспитывать патриотические чувства, любовь к Родине, гордость за ее достижения на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- воспитывать чувство собственного достоинства в процессе освоения разных видов социальной культуры, в том числе и многонациональной культуры народов России и мира, умения общаться с разными людьми;
- укреплять мораль и нравственность, основанные на свободе выбора в процессе участия детей в «законотворческой» деятельности, определении правил поведения в группе, взаимодействия со сверстниками и взрослыми, которые устанавливаются на основе принятых в обществе представлений о добре и зле, должном и недопустимом;
- развивать способность к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на

основе морального выбора, принятию ответственности за их результаты, целеустремленность и настойчивость в достижении результата;

- воспитывать трудолюбие, бережливость, жизненный оптимизм, способность к преодолению трудностей;
- воспитывать осознанное отношение к базовым общечеловеческим и национальным ценностям: ценности человеческой жизни и здоровья, семьи и Родины, природы и культуры, дружбы, познания;
- развивать понимание ценности труда, саморазвития для достижения лучших результатов в любой избранной деятельности, желание участвовать в созидательном труде, воспитывать чувство гордости за результаты труда;
- укреплять веру в Россию, чувство личной ответственности за Отечество перед прошлыми, настоящими и будущими поколениями.
- объединять воспитательные ресурсы семьи и дошкольной организации на основе традиционных духовно-нравственных ценностей семьи и общества.

Задачи воспитания конкретизируются в зависимости от возраста детей и содержания основной образовательной программы в содержательном разделе программы воспитания

Методологические основы и принципы построения Программы воспитания

В процессе освоения ценностных ориентаций личность строит определенную траекторию своего движения, соотносясь с ценностями самопознания, самооценки и саморазвития.

Методологической основой Программы воспитания является культурно-исторический подход Л.С. Выготского и системно-деятельностный подход. Программа воспитания основывается на базовых ценностях воспитания, заложенных в определении воспитания, содержащимся в Федеральном законе «Об образовании в РФ»²: формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Методологическими ориентирами воспитания также выступают следующие идеи: развитие субъектности и личности ребенка в деятельности; личностно ориентированной педагогики сотрудничества; развитие личности ребенка в контексте сохранения его индивидуальности; духовно-нравственное, ценностное и смысловое содержания воспитания; идея об онтологической (бытийной) детерминированности воспитания; идея о личностном смысле и ценности воспитания, о сущности детства как сензитивном периоде воспитания; теории об амплификации (обогащении) развития ребёнка средствами разных «специфически детских видов деятельности».

² Ст.2 Федерального Закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся

Программа воспитания построена на основе ценностного подхода, предполагающего присвоение ребенком дошкольного возраста базовых ценностей и опирается на следующие принципы:

Принцип гуманизма. Каждый ребенок имеет право на признание его в обществе как личности, как человека, являющегося высшей ценностью, уважение к его персоне, достоинству, защита его прав на свободу и развитие.

Принцип субъектности. Развитие и воспитание личности ребенка как субъекта собственной жизнедеятельности; воспитание самоуважения, привычки к заботе о себе, формирование адекватной самооценки и самосознания.

Принцип интеграции. Комплексный и системный подходы к содержанию и организации образовательного процесса. В основе систематизации содержания работы лежит идея развития базиса личностной культуры, духовное развитие детей во всех сферах и видах деятельности.

Принцип ценностного единства и совместности. Единство ценностей и смыслов воспитания, разделяемых всеми участниками образовательных отношений, содействие, сотворчество и сопереживание, взаимопонимание и взаимное уважение.

Принцип учета возрастных особенностей. Содержание и методы воспитательной работы должны соответствовать возрастным особенностям ребенка.

Принципы индивидуального и дифференцированного подходов. Индивидуальный подход к детям с учетом возможностей, индивидуального темпа развития, интересов. Дифференцированный подход реализуется с учетом семейных, национальных традиций и т.п.

Принцип культуросообразности. Воспитание основывается на культуре и традициях России, включая культурные особенности региона.

Принцип следования нравственному примеру. Пример как метод воспитания позволяет расширить нравственный опыт ребенка, побудить его к внутреннему диалогу, пробудить в нем нравственную рефлексию, обеспечить возможность выбора при построении собственной системы ценностных отношений, продемонстрировать ребенку реальную возможность следования идеалу в жизни.

Принципы безопасной жизнедеятельности. Защищенность важных интересов личности от внутренних и внешних угроз, воспитание через призму безопасности и безопасного поведения.

Принцип совместной деятельности ребенка и взрослого. Значимость совместной деятельности взрослого и ребенка на основе приобщения к культурным ценностям и их освоения.

Принципы инклюзивного образования. Организация образовательного процесса, при которой все дети, независимо от их физических, психических, интеллектуальных, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, включены в общую систему образования.

Конструирование воспитательной среды ДОО строится на основе следующих элементов: социокультурный контекст, социокультурные ценности, уклад, воспитывающая среда, общность, деятельность и событие. Каждая из этих категорий обеспечивает целостность содержания и имеет свое наполнение для решения задач воспитания и становления личности ребенка.

Цели и задачи воспитания реализуются во всех видах деятельности дошкольника, обозначенных в Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (далее – ФГОС ДО). Все виды детской деятельности опосредованы разными типами активностей:

- предметно-целевая (виды деятельности, организуемые взрослым, в которых он открывает ребенку смысл и ценность человеческой деятельности, способы ее реализации совместно с родителями, воспитателями, сверстниками);
- культурные практики (активная, самостоятельная апробация каждым ребенком инструментального и ценностного содержания, полученных от взрослого и способов их реализации в различных видах деятельности через личный опыт);
- свободная инициативная деятельность ребенка (его спонтанная самостоятельная активность, в рамках которой он реализует свои базовые устремления: любознательность, общительность, опыт деятельности на основе усвоенных ценностей).

Требования к планируемым результатам освоения Программы воспитания

Планируемые результаты воспитания носят отсроченный характер, а деятельность воспитателя нацелена на перспективу развития и становления личности ребенка. Поэтому результаты достижения цели воспитания представлены в виде двух описательных моделей – «Портрета выпускника ДОО» и «Портрета гражданина России».

Планируемые результаты воспитания детей в раннем возрасте (к 3 годам)

В процессе воспитания к окончанию раннего возраста (к трем годам) предполагается достижение следующих результатов, основаны на целевых ориентирах:

Портрет Гражданина России 2035 года <i>(общие характеристики)</i>	Базовые ценности воспитания	Портрет ребенка раннего возраста <i>(дескрипторы)</i>	Планируемые результаты
1. Патриотизм Хранящий верность идеалам Отечества, гражданского общества, демократии, гуманизма, мира во всем мире. Действующий в интересах обеспечения безопасности и благополучия России, сохранения родной культуры, исторической памяти и преемственности на основе любви к Отечеству, малой родине, сопричастности к многонациональному народу России, принятия традиционных духовно-нравственных ценностей человеческой жизни, семьи, человечества, уважения к традиционным религиям России. Уважающий прошлое родной страны и устремлённый в будущее.	<ul style="list-style-type: none"> – формирование у обучающихся чувства патриотизма; – формирование уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества; – формирование бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации. 	1.1. Проявляющий привязанность, любовь к семье, близким.	<ul style="list-style-type: none"> – имеет первоначальные представления о нормах, ограничениях и правилах, принятые в обществе; – проявляет эмоциональное отношение к семье; – проявляет позитивные эмоции и интерес к семейным праздникам и событиям.
2. Гражданская позиция и правосознание Активно и сознательно принимающий участие в достижении национальных целей развития России в различных сферах социальной жизни и экономики, участвующий в деятельности общественных объединениях,	<ul style="list-style-type: none"> – формирование гражданственности; – формирование уважения к закону и правопорядку; – формирование взаимного уважения. 	2.1. Доброжелательный по отношению к другим людям, эмоционально отзывчивый, проявляющий понимание и	<ul style="list-style-type: none"> – способен понять и принять, что такое «хорошо» и «плохо», что можно делать, а что нельзя в общении со взрослыми; – проявляет интерес к другим детям и способен бесконфликтно играть рядом с ними.

волонтерских и благотворительных проектах. Принимающий и учитывающий в своих действиях ценность и неповторимость, права и свободы других людей на основе развитого правосознания.		сопереживание (социальный интеллект).	
3. Социальная направленность и зрелость Проявляющий самостоятельность и ответственность в постановке и достижении жизненных целей, активность, честность и принципиальность в общественной сфере, нетерпимость к проявлениям непрофессионализма в трудовой деятельности, уважение и признание ценности каждой человеческой личности, сочувствие и деятельное сострадание к другим людям. Сознательно и творчески проектирующий свой жизненный путь, использующий для разрешения проблем и достижения целей средства саморегуляции, самоорганизации и рефлексии.	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к человеку труда и старшему поколению, – формирование взаимного уважения 	<p>3.1. Способный к простейшим моральным оценкам и переживаниям (эмоциональный интеллект).</p> <p>3.2. Способный осознавать первичный «образ Я».</p>	<ul style="list-style-type: none"> – проявляет позицию «Я сам!»; – способен осознавать себя представителем определенного пола; – доброжелателен, проявляет сочувствие, доброту; – испытывает чувство удовольствия в случае одобрения и чувство огорчения в случае неодобрения со стороны взрослых; – способен к самостоятельным (свободным) активным действиям в общении с взрослыми и сверстниками и выражению своего отношения к их поведению.
4. Интеллектуальная самостоятельность Системно, креативно и критически мыслящий, активно и целенаправленно познающий мир, самореализующийся в профессиональной и личной сферах на основе этических и эстетических идеалов.	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к человеку труда и старшему поколению; – формирование взаимного уважения; – формирование бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации. 	<p>4.1. Проявляющий интерес к окружающему миру и активность в поведении и деятельности.</p> <p>4.2. Эмоционально отзывчивый к красоте.</p> <p>4.3. Проявляющий желание заниматься художественным творчеством.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – эмоционально реагирует на доступные произведения фольклора; – эмоционально воспринимает доступные произведения искусства. – проявляет интерес к изобразительной деятельности (конструированию, лепке, рисованию и т.д.); – эмоционально реагирует на красоту в природе, быту и т.д.
5. Экономическая активность Проявляющий стремление к созидательному	– формирование гражданственности;	5.1. Имеющий элементарные представления о труде	– поддерживает элементарный порядок в окружающей обстановке;

<p>труду, успешно достигающий поставленных жизненных целей за счёт высокой экономической активности и эффективного поведения на рынке труда в условиях многообразия социально-трудовых ролей, мотивированный к инновационной деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к человеку труда и старшему поколению. 	<p>взрослых. 5.2. Способный к самостоятельности при совершении элементарных трудовых действий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – стремится помогать взрослому в доступных действиях; – стремится к самостоятельности в самообслуживании, в быту, в игре, в продуктивных видах деятельности.
<p>6. Коммуникация и сотрудничество Доброжелательно, конструктивно и эффективно взаимодействующий с другими людьми – представителями различных культур, возрастов, лиц с ограниченными возможностями здоровья (в том числе в составе команды); уверенно выражающий свои мысли различными способами на русском и родном языке.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование взаимного уважения; – формирование бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации. 	<p>6.1. Владеющий средствами вербального и невербального общения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – способен позитивно общаться с другими людьми с помощью вербальных и невербальных средств общения.
<p>7. Здоровье и безопасность Стремящийся к гармоничному развитию, осознанно выполняющий правила здорового и экологически целесообразного образа жизни и поведения, безопасного для человека и окружающей среды (в том числе и сетевой), воспринимающий природу как ценность, обладающий чувством меры, рачительно и бережно относящийся к природным ресурсам, ограничивающий свои потребности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к закону и правопорядку; – формирование взаимного уважения; – формирование бережного отношения к природе и окружающей среде. 	<p>7.1. Обладающий элементарными представлениями об особенностях гигиены, самообслуживания. 7.2 Обладающий элементарными представлениями к здоровому образу жизни. 7.3 Обладающий элементарными представлениями к безопасности жизнедеятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – выполняет действия по самообслуживанию: моет руки, самостоятельно ест, ложиться спать и т.д.; – стремится быть опрятным, проявлять нетерпимость к неопрятности (грязные руки, грязная одежда и т.д.); – проявляет интерес к физической активности; – способен к самообслуживанию (одевается, раздевается и т.д.), самостоятельно, аккуратно, не торопясь принимает пищу; – соблюдает элементарные правила безопасности в быту, в ОО, на природе.

Планируемые результаты воспитания детей в дошкольном возрасте

В процессе воспитания к окончанию дошкольного возраста (к семи годам) предполагается достижение следующих результатов, основаны на целевых ориентирах:

<p style="text-align: center;">Портрет Гражданина России 2035 года <i>(общие характеристики)</i></p>	<p style="text-align: center;">Базовые ценности воспитания</p>	<p style="text-align: center;">Портрет выпускника ДОО <i>(дескрипторы)</i></p>	<p style="text-align: center;">Планируемые результаты</p>
<p>1. Патриотизм Хранящий верность идеалам Отечества, гражданского общества, демократии, гуманизма, мира во всем мире. Действующий в интересах обеспечения безопасности и благополучия России, сохранения родной культуры, исторической памяти и преемственности на основе любви к Отечеству, малой родине, сопричастности к многонациональному народу России, принятия традиционных духовно-нравственных ценностей человеческой жизни, семьи, человечества, уважения к традиционным религиям России. Уважающий прошлое родной страны и устремлённый в будущее.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование у обучающихся чувства патриотизма; – формирование уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества; – формирование бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации. 	<p>1.1. Любящий свою семью, принимающий ее ценности и поддерживающий традиции. 1.2. Любящий свою малую Родину и имеющий представление о России в мире, испытывающий симпатии и уважение к людям разных национальностей. 1.3. Эмоционально и уважительно реагирующий на государственные символы; демонстрирующий интерес и уважение к государственным праздникам и важнейшим событиям в жизни России, места, в котором он живет. 1.4. Проявляющий желание участвовать в делах семьи, группы детского сада, своей малой Родины (города, села).</p>	<ul style="list-style-type: none"> – имеет представления о семейных ценностях, семейных традициях, бережном отношении к ним; – проявляет нравственные чувства, эмоционально-ценностное отношение к семье; – проявляет ценностное отношение к прошлому и будущему – своему, своей семье, своей стране; – проявляет уважительное отношение к родителям, к старшим, заботливое отношение к младшим; – имеет первичные представления о гражданских ценностях, ценностях истории, основанных на национальных традициях, связи поколений, уважении к героям России; – знает символы государства – Флаг, Герб Российской Федерации и символику субъекта Российской Федерации, в которой живет; – проявляет высшие нравственные чувства: патриотизм, уважение к правам и обязанностям человека; – имеет начальные представления о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина, товарища; – проявляет познавательный интерес и уважение к важнейшим событиям истории России и ее народов, к героям России; – проявляет интерес к государственным праздникам и имеет желание участвовать в праздниках и их

<p>2. Гражданская позиция и правосознание Активно и сознательно принимающий участие в достижении национальных целей развития России в различных сферах социальной жизни и экономики, участвующий в деятельности общественных объединениях, волонтерских и благотворительных проектах. Принимающий и учитывающий в своих действиях ценность и неповторимость, права и свободы других людей на основе развитого правосознания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование гражданственности; – формирование уважения к закону и правопорядку; – формирование взаимного уважения. 	<p>2.1. Уважающий этнокультурные, религиозные особенности других людей (сверстников, взрослых). 2.2. Принимающий ценность человеческой жизни и неповторимость прав и свобод других людей. 2.3. Доброжелательный по отношению к другим людям, включая людей с ОВЗ, эмоционально отзывчивый, проявляющий понимание и сопереживание, готовый оказать посильную помощь нуждающимся в ней сверстникам и взрослым.</p> <p>2.4. Знающий и понимающий основы правовых норм, регулирующих отношения между людьми. 2.5. Способный к оценке своих действий и высказываний, оценке их влияния на других людей.</p> <p>2.6. Осознающий и принимающий элементы гендерной идентичности, психологических и поведенческих особенностей человека определенного пола, включая типичное ролевое поведение.</p> <p>2.7. Проявляющих чувства принятия по отношению к самому себе, чувства собственных прав и границ, готовности постоять за себя и ценить свои</p>	<p>организации в ДОО.</p> <ul style="list-style-type: none"> – имеет представления об этических нормах взаимоотношений между людьми разных этносов, носителями разных убеждений, представителями различных культур; – имеет первичные представления о многонациональности России, фольклоре и этнокультурных традициях народов России; – понимает, что все люди имеют равные права и могут выступать за них; – имеет представление о чувстве собственного достоинства, самоуважении.
--	---	---	--

		собственные интересы.	
<p>3. Социальная направленность и зрелость Проявляющий самостоятельность и ответственность в постановке и достижении жизненных целей, активность, честность и принципиальность в общественной сфере, нетерпимость к проявлениям непрофессионализма в трудовой деятельности, уважение и признание ценности каждой человеческой личности, сочувствие и деятельное сострадание к другим людям. Сознательно и творчески проектирующий свой жизненный путь, использующий для разрешения проблем и достижения целей средства саморегуляции, самоорганизации и рефлексии.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к человеку труда и старшему поколению; – формирование взаимного уважения. 	<p>3.1. Имеющий начальные представления о нравственных ценностях в отношении общества, сверстников, взрослых, природного и предметного окружения и себя самого в окружающем мире. 3.2. Проявляющий разнообразные морально-нравственные чувства, эмоционально-ценностное отношение к окружающим людям, природе и предметному миру, к самому себе (гордость, удовлетворённость, стыд, доброжелательность и т.д.). 3.3. Начинающий осознавать себя (свое «Я») в соответствии с семейными, национальными, нравственными ценностями и нормами и правилами поведения. 3.4. Различающий основные проявления добра и зла, принимает и уважает ценности общества, правдивый, искренний, способный к сочувствию и заботе, к нравственному поступку, проявляет ответственность за свои действия и поведение.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – имеет первичные представления о нравственных ценностях в отношении общества, сверстников, взрослых, предметного мира и себя в этом мире; – проявляет нравственные чувства, эмоционально-ценностного отношения к окружающим людям, предметному миру, к себе; – испытывает чувства гордости, удовлетворенности, стыда от своих поступков, действий и поведения; – доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свое мнение; – способный выразить себя в игровой, досуговой деятельности и поведении в соответствии с нравственными ценностями; – самостоятельно применяет усвоенные правила, владеет нормами, конструктивными способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками (умение договариваться, взаимодействовать в игровых отношениях в рамках игровых правил и т.д.); – преобразует полученные знания и способы деятельности, изменяет поведение и стиль общения со взрослыми и сверстниками в зависимости от ситуации; – способен к творческому поведению в новых ситуациях в соответствии с принятой системой ценностей; – выражает познавательный интерес к отношениям, поведению людей, стремление их осмысливать, оценивать в соответствии с усвоенными нравственными нормами и

			<p>ценностями;</p> <ul style="list-style-type: none"> – задает вопросы взрослым и сверстникам; – экспериментирует в сфере установления отношений, определения позиции в собственном поведении; – способен самостоятельно действовать, в случае затруднений обращаться за помощью; – осознает возможности совместного поиска выхода из сложившейся проблемной ситуации или принятия решений; – использует принятые в обществе правила коммуникации (спокойно сидеть, слушать, дать возможность высказаться); – умеет слушать и уважать мнения других людей; – умеет пойти навстречу другому при несовпадающих интересах и мнениях, найти компромисс и совместно прийти к решению, которое поможет достигнуть баланса интересов; – пытается соотнести свое поведение с правилами и нормами общества; – осознает свое эмоциональное состояние; – имеет свое мнение, может его обосновать; – осознает, что существует возможность влияния на свое окружение, достижения чего-либо и необходимость нести за это ответственность, что способствует постепенному приобретению навыка принимать осознанные решения; – имеет начальные способности управлять своим поведением, планировать свои действия; – старается не нарушать правила поведения, испытывает чувство неловкости, стыда в ситуациях, где его поведение неблаговидно;
--	--	--	--

			<ul style="list-style-type: none"> – поведение в основном определяется представлениями о хороших и плохих поступках.
<p>4. Интеллектуальная самостоятельность Системно, креативно и критически мыслящий, активно и целенаправленно познающий мир, самореализующийся в профессиональной и личностной сферах на основе этических и эстетических идеалов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к человеку труда и старшему поколению; – формирование взаимного уважения; – формирование бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации. 	<p>4.1. Способный выразить себя в разных видах деятельности (игровой, трудовой, учебной и пр.) в соответствии с нравственными ценностями и нормами.</p> <p>4.2. Проявляющий личные качества, способствующие познанию, активной социальной деятельности: инициативный, самостоятельный, креативный, любознательный, наблюдательный, испытывающий потребность в самовыражении, в том числе творческом.</p> <p>4.3. Активный, проявляющий самостоятельность и инициативу в познавательной, игровой, коммуникативной и продуктивных видах деятельности и в самообслуживании.</p> <p>4.4. Способный чувствовать прекрасное в быту, природе, поступках, искусстве, стремящийся к отображению прекрасного в продуктивных видах деятельности, обладающий основами художественно-эстетического вкуса. Эмоционально отзывчивый к душевной и физической красоте человека, окружающего мира, произведений искусства.</p> <p>4.5. Способный к самостоятельному поиску решений в зависимости от знакомых жизненных ситуаций.</p> <p>4.6. Мотивированный к активной проектной и исследовательской</p>	<ul style="list-style-type: none"> – проявляет любознательность и интерес к поиску и открытию информации, способствующей осознанию и обретению своего места в обществе (коллективе сверстников в детском саду и новых общностях, в кругу знакомых и незнакомых взрослых); – проявляет инициативу в самостоятельном решении несложных практических проблем и в реализации собственных идей и замыслов; – проявляет инициативу в получении новой информации и практического опыта; – проявляет желание сотрудничать с другими детьми и взрослыми в решении посильных общественных задач.

		<p>деятельности экспериментированию, открытиям, проявляющий любопытство и стремление к самостоятельному решению интеллектуальных и практических задач.</p> <p>4.7. Не принимающий действия и поступки, противоречащие нормам нравственности и культуры поведения.</p>	
<p>5. Зрелое сетевое поведение Эффективно и уверенно осуществляющий сетевую коммуникацию и взаимодействие на основе правил сетевой культуры и сетевой этики, управляющий собственной репутацией в сетевой среде, формирующий «здоровый» цифровой след.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к закону и правопорядку; – формирование взаимного уважения; – формирование бережного отношения к природе и окружающей среде. 	<p>5.1. Способный отличать реальный мир от воображаемого и виртуального и действовать сообразно их специфике.</p> <p>5.2. Способный общаться и взаимодействовать с другими детьми и взрослыми с помощью простых цифровых технологий и устройств.</p> <p>5.3. Понимающий правила использования различных средств сетевой среды без вреда для физического и психического здоровья (собственного и других людей) и подчиняется требованиям ограничения времени занятий с подобными устройствами.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – осознанно выполняет правила здоровьесбережения и техники безопасности при использовании разных средств сетевой среды и виртуальных ресурсов; – использует простые средства сетевого взаимодействия для установления общественно полезных и продуктивных контактов с другими людьми; – понимает прагматическое назначение цифровой среды и ее рациональные возможности в получении и передаче информации, создании общественно полезных продуктов и т.д.
<p>6. Экономическая активность Проявляющий стремление к созидательному труду, успешно достигающий поставленных жизненных целей за счёт высокой экономической активности и эффективного поведения на рынке труда в условиях многообразия социально-трудовых</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование гражданственности; – формирование уважения к человеку труда и старшему поколению. 	<p>6.1. Ценящий труд в семье и в обществе, уважает людей труда, результаты их деятельности, проявляющий трудолюбие при выполнении поручений и в самостоятельной деятельности. Бережно и уважительно относящийся к результатам своего труда, труда других людей.</p> <p>6.2. Имеющий элементарные</p>	<ul style="list-style-type: none"> – имеет первичные представления о ценностях труда, о различных профессиях; – проявляет уважение к людям труда в семье и в обществе; – проявляет навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в трудовой деятельности.

ролей, мотивированный к инновационной деятельности.		<p>представления о профессиях и сферах человеческой деятельности, о роли знаний, науки, современного производства в жизни человека и общества.</p> <p>6.3. Стремящийся к выполнению коллективных и индивидуальных проектов, заданий и поручений.</p> <p>6.4. Стремящийся к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в трудовой деятельности.</p> <p>6.5. Проявляющий интерес к общественно полезной деятельности.</p>	
<p>7. Коммуникация и сотрудничество Доброжелательно, конструктивно и эффективно взаимодействующий с другими людьми – представителями различных культур, возрастов, лиц с ограниченными возможностями здоровья (в том числе в составе команды); уверенно выражающий свои мысли различными способами на русском и родном языке.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование взаимного уважения; – формирование бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации. 	<p>7.1. Владеющий основами речевой культуры, дружелюбный и доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, взаимодействовать со взрослыми и сверстниками на основе общих интересов и дел.</p> <p>7.2. Следующий элементарным общественным нормам и правилам поведения, владеет основами управления эмоциональным состоянием (эмоциональный интеллект).</p> <p>7.3. Ориентирующийся в окружающей среде (городской, сельской), следует принятым в обществе нормам и правилам поведения (социальный интеллект).</p> <p>7.4. Владеющий средствами вербального и невербального общения.</p> <p>7.5. Демонстрирующий в общении самоуважение и уважение к другим людям, их правам и свободам.</p> <p>7.6. Принимающий запрет на физическое и психологическое воздействие на другого</p>	<ul style="list-style-type: none"> – умеет выслушать замечание и адекватно отреагировать на него (эмоционально, вербально); – умеет выразить и отстоять свою позицию, а также принять позицию другого человека (сверстника, взрослого); – отрицательно относиться к лжи и манипуляции (в собственном поведении и со стороны других людей); – стремится обличить несправедливость и встать на защиту несправедливо обиженного; – выполняет разные виды заданий, поручений, просьб, связанных с гармонизацией общественного окружения; – умеет выступить и в роли организатора, и в роли исполнителя в деловом, игровом, коммуникативном взаимодействии; – оказывает посильную помощь другим людям (сверстникам и взрослым) по их просьбе и собственной инициативе.

		человека.	
<p>8. Здоровье и безопасность Стремящийся к гармоничному развитию, осознанно выполняющий правила здорового и экологически целесообразного образа жизни и поведения, безопасного для человека и окружающей среды (в том числе и сетевой), воспринимающий природу как ценность, обладающий чувством меры, рачительно и бережно относящийся к природным ресурсам, ограничивающий свои потребности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование уважения к закону и правопорядку; – формирование взаимного уважения; – формирование бережного отношения к природе и окружающей среде. 	<p>8.1. Обладающий жизнестойкостью и оптимизмом, основными навыками личной и общественной гигиены, стремится соблюдать правила безопасного поведения в быту, социуме, природе.</p> <p>8.2. Обладающий элементарными представлениями об особенностях здорового образа жизни.</p> <p>8.3. Обладающий элементарными представлениями о правилах безопасности дома, на улице, на дороге, на воде.</p> <p>8.4. Соблюдающий правила здорового, экологически целесообразного образа жизни и поведения, безопасного для человека и окружающей среды.</p> <p>8.5. Чутко и гуманно относящийся ко всем объектам живой и неживой природы.</p> <p>8.6. Понимающий ценность собственной жизни и необходимость заботиться о собственном здоровье и безопасности</p>	<ul style="list-style-type: none"> – умеет регулировать свое поведение и эмоции в обществе, сдерживать негативные импульсы и состояния; – знает и выполняет нормы и правила поведения в общественных местах в соответствии с их спецификой (детский сад, транспорт, поликлиника, магазин, музей, театр и пр.); – умеет донести свою мысль с использованием разных средств общения до собеседника на основе особенностей его личности (возрастных, психологических, физических); – спокойно реагирует на непривычное поведение других людей, стремится обсудить его с взрослыми без осуждения; – не применяет физического насилия и вербальной агрессии в общении с другими людьми; – отстаивает свое достоинство и свои права в обществе сверстников и взрослых; – помогает менее защищенным и слабым сверстникам отстаивать их права и достоинство; – имеет первичные представления об экологических ценностях, основанных на заботе о живой и неживой природе, родном крае, бережном отношении к собственному здоровью; – проявляет желание участвовать в экологических проектах, различных мероприятиях экологической направленности; – проявляет разнообразные нравственные чувства, эмоционально-ценностное отношение к природе; – имеет начальные знания о традициях нравственно-этического отношения к природе в культуре России, нормах экологической

<p>9. Мобильность и устойчивость Сохраняющий внутреннюю устойчивость в динамично меняющихся и непредсказуемых условиях, гибко адаптирующийся к изменениям, проявляющий социальную, профессиональную и образовательную мобильность, в том числе в форме непрерывного самообразования и самосовершенствования.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – формирование основ дружбы, взаимопомощи; – формирование условий для стремления к знаниям; – формирование представления о труде, личности. 	<p>9.1. Стремящийся к выполнению коллективных и индивидуальных проектов, заданий и поручений.</p> <p>9.2. Проявляющий интерес к общественно полезной деятельности.</p> <p>9.3. Проявляющий в поведении и деятельности основные волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выносливость, усидчивость; осуществляющий элементарный самоконтроль и самооценку результатов деятельности и поведения.</p> <p>9.4. Способный к переключению внимания и изменению поведения в зависимости от ситуации.</p>	<p>ЭТИКИ.</p> <ul style="list-style-type: none"> – участвует в посильных общественно-значимых социальных проектах; – выполняет просьбы и поручения взрослых и сверстников; – умеет распределить и удержать собственное внимание в процессе деятельности, самостоятельно преодолеть в ее ходе трудности; – адекватно оценивает результаты своей деятельности и стремится к их совершенствованию; – проявляет основы способности действовать в режиме многозадачности.
--	---	---	---

Промежуточные планируемые результаты

Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Познавательное развитие»

1 – 3 года

Формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей:

- имеет представления о человеке и о себе – внешних физических особенностях; эмоциональных состояниях; деятельности близких ребенку людей;
- имеет представления о предметах, действиях с ними, их назначении: предметы домашнего обихода, игрушки, орудия труда;
- имеет представления о живой природе: растительный мир, животный мир: домашние животные и их детеныши, животные – обитатели леса, птицы;
- имеет представления о неживой природе;
- имеет представления о явлениях природы: временах года, их особенностях, сезонных изменениях в природе, погодных явлениях и отношении к ним людей;
- имеет представления о явлениях общественной жизни: знает некоторые профессии, транспорт праздники.

3 – 4 года

Формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей:

- имеет представления о предметах ближайшего окружения, их функциональном назначении;
- группирует и классифицирует предметы, выделяя признаки предметов (цвет, форма, материал);
- называет названия растений, животных, особенности их внешнего вида, условий существования, поведения;
- способен устанавливать элементарные причинно-следственные зависимости между явлениями живой и неживой природы.

4 – 5 лет

Формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей:

- имеет представления о предметах ближайшего окружения, их назначении, признаках;
- проявляют интерес к незнакомым предметам и явлениям;
- имеет представления о многообразии растений, животных, особенностях их внешнего вида, условий существования, поведения;
- способен устанавливать элементарные причинно-следственные зависимости между явлениями живой и неживой природы.

5 – 6 лет

Формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей:

- имеет представления о живой и неживой природе, культуре быта, рукотворном мире, своем городе, стране;

- классифицирует предметы, объекты природы, обобщая их по определённым признакам;
- называет времена года, отмечает их особенности, элементарные причинно-следственные зависимости между явлениями природы и состоянием объектов природы и окружающей среды, взаимодействии человека с природой в разное время года;
- знает и стремится выполнять некоторые правила с правилами поведения в природе.

6 – 7 лет

Формирование целостной картины мира, расширение кругозора детей:

- имеет представления о живой и неживой природе, культуре быта, рукотворном мире, своем городе, стране;
- выбирает и группирует предметы окружающего мира в соответствии с познавательной задачей;
- устанавливает элементарные причинно-следственные связи между природными явлениями;
- использует наглядные модели и символические средства (планы, схемы, цвета) для познания окружающего мира;
- знает правила поведения в природе и соблюдает их.

Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Речевое развитие»

1 – 3 года

Развитие свободного общения с взрослыми и детьми:

- использует речь для общения с взрослыми и сверстниками;
- способен выразить свои ощущения в словесной форме.

Формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений: в понимании содержания литературного произведения опирается на личный опыт.

Развитие литературной речи:

- активно реагирует на содержание знакомых произведений;
- повторяет за педагогом слова и строки знакомых стихов;
- способен отвечать на элементарные вопросы по содержанию иллюстраций.

Приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса:

- проявляет интерес к рассматриванию иллюстраций в книгах для малышей, сопереживает знакомым персонажам;
- появляются любимые сказки, стихи.

3 – 4 года

Развитие свободного общения с взрослыми и детьми:

- использует речь для инициирования общения с взрослыми и сверстниками;

- способен отвечать на вопросы, касающиеся ближайшего окружения;
- активно использует вербальные и невербальные средства в общении со взрослыми и сверстниками.

Формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений:

- способен адекватно реагировать на содержание произведения, поступки персонажей;
- способен устанавливать легко осознаваемые причинные связи в сюжете;
- в понимании содержания литературного произведения опирается на личный опыт.

Развитие литературной речи:

- с помощью воспитателя пересказывает содержание знакомых сказок;
- способен эмоционально реагировать на поэтические тексты, выразительно их воспроизводить;
- способен импровизировать на основе литературных произведений.

Приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса:

- проявляет интерес к слушанию произведений разных жанров.

4 – 5 лет

«Развитие свободного общения с взрослыми и детьми»

- использует речь для инициирования общения, регуляции поведения;
- активно пользуется речью в игровом взаимодействии со сверстниками.

Формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений:

- способен осмысленно воспринимать содержание произведений, адекватно реагировать на события, которых не было в собственном опыте;
- способен устанавливать причинные связи в сюжете, правильно оценивать поступки персонажей.

Развитие литературной речи:

- способен с помощью педагога пересказать содержание знакомых сказок, рассказов;
- способен эмоционально реагировать на поэтические тексты, выразительно их воспроизводить;
- способен импровизировать на основе литературных произведений.

Приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса:

- проявляет интерес к слушанию произведений разных жанров;
- проявляет интерес к рассматриванию иллюстрированных изданий детских книг.

5 – 6 лет

Развитие свободного общения с взрослыми и детьми:

- свободно пользуется речью для выражения своих знаний, эмоций, чувств;

– в игровом взаимодействии использует разнообразные ролевые высказывания.

Формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений:

- способен осмысленно воспринимать мотивы поступков, переживания персонажей;
- знаком с произведениями различной тематики, спецификой произведений разных жанров.

Развитие литературной речи:

– способен эмоционально воспроизводить поэтические произведения, читать стихи по ролям;

– способен под контролем взрослого пересказывать знакомые произведения, участвовать в их драматизации.

Приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса:

- эмоционально реагирует на поэтические и прозаические художественные произведения;
- называет любимого детского писателя, любимые сказки и рассказы.

6 – 7 лет

Развитие свободного общения со взрослыми и детьми:

– способен участвовать в коллективной беседе (самостоятельно формулировать и задавать вопросы, аргументировано отвечать на вопросы);

– свободно пользуется речью для установления контакта, поддержания и завершения разговора.

Формирование целостной картины мира, в том числе первичных ценностных представлений:

- способен осознавать события, которых не было в личном опыте, улавливать подтекст;
- способен воспринимать текст в единстве содержания и формы;
- способен различать жанры литературных произведений, выделяя их характерные особенности.

Развитие литературной речи:

– способен прочитать стихотворение, используя разнообразные средства выразительности;

– самостоятельно пересказывает знакомые произведения, участвует в их драматизации.

Приобщение к словесному искусству, в том числе развитие художественного восприятия и эстетического вкуса:

- называет любимые сказки и рассказы;
- называет авторов и иллюстраторов детских книг (2–4);
- эмоционально реагирует на поэтические и прозаические художественные произведения;
- может импровизировать на основе литературных произведений.

Овладевший необходимыми умениями и навыками в образовательной области «Художественно-эстетическое развитие»

1 – 3 года

Развитие детского творчества:

- называет предметы, получившиеся в лепке, в рисунке;
- дополнять рисунок, лепку в сотворчестве с взрослым;
- проявляет интерес к экспериментированию с изобразительными материалами (красками, карандашами, фломастерами и др.).

Приобщение к изобразительному искусству:

- узнает и рассматривает народные игрушки (семеновская матрешка, городецкая лошадка, дымковский петушок), эмоционально откликается на них;
- проявляет интерес к рассматриванию произведений книжной графики.

Развитие музыкально-художественной деятельности:

- узнаёт знакомые мелодии; различает звуки по высоте (высокий – низкий);
- вместе с воспитателем подпевает в песне музыкальные фразы;
- двигается в соответствии с характером музыки, начинает движение с первыми звуками музыки;
- умеет выполнять движения: притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук.

Приобщение к музыкальному искусству:

- с удовольствием слушает простые, яркие по музыкальным образам программные инструментальные произведения, песни в исполнении взрослого;
- слушает рассказы, иллюстрируемые музыкой;
- называет музыкальные инструменты: погремушка, бубен.

3 – 4 года

Развитие продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд):

- проявляет интерес и бережно относится к результатам детского изобразительного творчества;
- умеет находить в объемном или плоскостном изображении черты знакомых предметов, персонажей, явлений и называет их;
- умеет лепить из соленого теста, глины, пластилина; раскатывать, скатывать, сплющивать, отрывать, прищипывать материал, соединять готовые части;
- умеет располагать и наклеивать готовые части предметов, геометрические и растительные формы для украшения, соблюдать последовательность наклеивания элементов, ориентируясь на цвет и форму.

Развитие детского творчества:

- самостоятельно выбирает цвет материала, фон и размер листа бумаги, способ рисования для создания яркого образа (мазками, пятнами, штрихами, линиями);
- создает выразительные образы с помощью интеграции рисования, лепки, аппликации, используя приобретенные навыки и умения.

Приобщение к изобразительному искусству:

- эмоционально реагирует на произведения декоративно-прикладного искусства;
- эмоционально реагирует на произведения книжной графики (Е. Чарушин, Ю. Васнецов).

Развитие музыкально-художественной деятельности:

- слушает музыкальное произведение до конца;
- различает звуки по высоте (в пределах октавы);
- замечает изменения в звучании (тихо-громко);
- поет, не отставая и не опережая других, чисто и ясно произносит слова, передаёт характер песни (весело, протяжно, ласково, напевно);

- допевает мелодии колыбельных песен на слог «баю-баю» и весёлых мелодий на слог «ля-ля»;
 - сочиняет весёлые и грустные мелодии по образцу;
 - умеет выполнять танцевальные движения: кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (флажки, листочки, платочки и т.п.);
 - выполняет движения, передающие характер изображаемых животных;
 - различает и называет детские музыкальные инструменты (металлофон, барабан, музыкальный молоточек и др.).
- Приобщение к музыкальному искусству:
- узнаёт знакомые песни, пьесы, чувствует характер музыки, эмоционально на неё реагирует.

4 – 5 лет:

Развитие продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд:

- проявляет интерес и бережно относится к результатам детского изобразительного творчества;
- передает характерные особенности (цвет, форму, величину) предметов, явлений природы;
- лепит предметы разной формы, используя усвоенные приемы и способы;
- использует традиционные техники рисования кистью, карандашом;
- использует разные способы вырезания и обрывания бумаги для создания образов в аппликации.

Развитие детского творчества:

- сочетает различные техники изобразительной деятельности при воплощении индивидуального замысла;
- самостоятельно находит сюжеты для своих работ в окружающем мире и художественной литературе;
- создает многофигурные композиции пейзажного и сказочного содержания;
- использует варианты композиции и цветовой гаммы при создании рисунков;
- в лепке создает образы персонажей, передает их настроение, самостоятельно находит способы соединения частей материала.

Приобщение к изобразительному искусству:

- различает виды декоративно-прикладного искусства;
- различает произведения разных видов изобразительного искусства (живопись, графика, скульптура), отвечает на вопросы педагога по содержанию;
- понимает значение слов «художник», «музей», «выставка», «картина», «скульптура».

Развитие музыкально-художественной деятельности:

- различает высокие и низкие звуки (в пределах секты-септимы);
- выделяет средства выразительности музыкального произведения (тихо, громко, медленно, быстро);
- узнаёт песни по мелодии;
- может петь протяжно, отчётливо произносить слова, вместе с другими детьми – начинать и заканчивать пение;
- самостоятельно отвечает на музыкальные вопросы «Как тебя зовут?», «Где ты?», «Что ты хочешь, кошечка?»;
- импровизирует мелодии на заданный текст;
- способен выполнять танцевальные движения пружинка, подскоки, движение парами по кругу, кружение по одному и в парах, с предметами (с куклами, игрушками, лентами);

- выполняет движения, отвечающие характеру музыки, самостоятельно меняя их в соответствии с двухчастной формой музыкального произведения;
- инсценирует песни и ставит небольшие музыкальные спектакли;
- умеет играть простейшие мелодии на одном звуке на металлофоне, погремушках, барабанах, ложках.

Приобщение к музыкальному искусству:

- внимательно слушает музыкальное произведение, выражает свои чувства словами, рисунком, движением.

5 – 6 лет

Развитие продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд):

- создает выразительные художественные образы в рисунке, лепке, аппликации, передает характерные признаки предметов и явлений, настроение персонажей;
- знает особенности изобразительных материалов (гуашь, акварель, мелки, уголь, сангина);
- лепит предметы разной формы, используя усвоенные приемы и способы;
- использует разные способы вырезания и обрывания бумаги для создания образов в аппликации.

Развитие детского творчества:

- создает многофигурные композиции на всем листе, используя фризовую и линейную композиции;
- самостоятельно комбинирует знакомые техники, помогает осваивать новые;
- объединяет разные способы изображения (коллаж);
- варьирует и интерпретирует элементы при составлении декоративных композиций;
- использует различные цвета и оттенки для создания выразительных образов.

Приобщение к изобразительному искусству:

- различает виды изобразительного искусства (живопись, графика, скульптура, архитектура, декоративно-прикладное искусство);
- выделяет выразительные средства в разных видах искусства (форма, цвет, колорит, композиция);
- имеет представление о региональных художественных промыслах.

Развитие музыкально-художественной деятельности:

- различает высокие и низкие звуки (в пределах квинты);
- может петь плавно, лёгким звуком, отчётливо произносить слова, своевременно начинать и заканчивать песню, в сопровождении музыкального инструмента;
- умеет импровизировать мелодии на заданный текст, сочинять мелодии различного характера (колыбельную, марш, вальс);
- способен выполнять танцевальные движения: поочерёдное выбрасывание ног в прыжке, полуприседание с выставлением ноги на пятку, шаг на всей ступне на месте, с продвижением вперёд и на месте;
- ритмично двигается в соответствии с характером и динамикой музыки;
- самостоятельно инсценирует содержание песен, хороводов;
- умеет придумывать движение к пляскам, танцам, составлять композицию танца, проявляя самостоятельность в творчестве;
- исполняет простейшие мелодии на металлофоне (сольно и в ансамбле).

Приобщение к музыкальному искусству:

- определяет жанры музыкальных произведений (марш, песня, танец), произведения по мелодии, вступлению;
- различает звучание музыкальных инструментов (фортепиано, скрипка, балалайка, виолончель).

6 – 7 лет

Развитие продуктивной деятельности детей (рисование, лепка, аппликация, художественный труд:

- использует разнообразные способы создания изображения в рисовании, лепке, аппликации
- применяет традиционные техники изображения.

Развитие детского творчества:

- принимает участие в создании коллективных композиций пейзажного и сказочного содержания;
- создает коллажи, сочетает различные техники изобразительной деятельности;
- создает индивидуальные декоративные, предметные и сюжетные композиции в рисовании, лепке и аппликации на темы окружающей жизни, литературных произведений;
- варьирует, интерпретирует, экспериментирует при выборе средств выразительности для передачи образа.

Приобщение к изобразительному искусству:

- различает виды изобразительного искусства (живопись, графика, скульптура, архитектура, декоративно-прикладное искусство);
- понимает выбор средств выразительности в произведении в соответствии с замыслом художника;
- выражает собственное мнение по поводу произведения искусства, формулирует эстетические суждения.

Развитие музыкально-художественной деятельности:

- узнаёт мелодию Государственного гимна РФ, определяет характер музыкального произведения;
- различает части музыкального произведения, (вступление, заключение, запев, припев);
- выделяет отдельные средства выразительности музыкального произведения (темп, динамику);
- может петь индивидуально и коллективно, с сопровождением и без него, в пределах от *do* первой октавы до *re* второй октавы, правильно передавая мелодию (ускоряя, замедляя, усиливая и ослабляя звучание), свободно артикулируя и распределяя дыхание;
- умеет правильно передавать мелодию (ускоряя, замедляя, усиливая и ослабляя звучание), свободно артикулируя и распределяя дыхание;
- самостоятельно придумывает мелодии, импровизирует мелодии на заданную тему, по образцу и без него;
- умеет выполнять танцевальные движения: шаг с притопом, приставной шаг с приседанием, пружинящий шаг, переменный шаг, боковой галоп;
- способен выразительно и ритмично двигаться в соответствии с музыкой, передавать несложный ритмический рисунок;
- импровизирует под музыку соответствующего характера;
- инсценирует игровые песни, придумывает варианты образных движений в играх и хороводах;
- исполняет сольно или в оркестре на ударных, звуковысотных и на русских народных инструментах несложные песни и мелодии.

Приобщение к музыкальному искусству:

– определяет жанр прослушанного произведения (марш, песня, танец);
называет инструмент, на котором исполняется музыкальное произведение.

Преимственность в результатах освоения Программы воспитания

Преимственность в результатах освоения программы воспитания обеспечивается планированием результатов воспитания по основным направлениям:

- развитие основ нравственной культуры;
- формирование основ семейных и гражданских ценностей;
- формирование основ гражданской идентичности;
- формирование основ социокультурных ценностей;
- формирование основ межэтнического взаимодействия;
- формирование основ информационной культуры;
- формирование основ экологической культуры;
- воспитание культуры труда.

Направления воспитания	Планируемые результаты воспитания на уровне ДО	Планируемые результаты воспитания на уровне НОО
Развитие основ нравственной культуры	<ul style="list-style-type: none"> – обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; – активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх; – способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты. 	<ul style="list-style-type: none"> – проявляет готовность и способность к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки; – проявляет установки, отражающие индивидуально-личностную позицию, социальные компетенции, личностные качества, сформированность основ Российской гражданской идентичности; – различает хорошие и плохие поступки, умеет отвечать за свои собственные поступки; – соблюдает правила поведения в образовательном учреждении, дома, на улице, в общественных местах, на природе; – негативно относится к нарушениям порядка в группе, дома, на улице; к невыполнению человеком любого возраста и статуса своих обязанностей; – проявляет уважительное и

		<p>доброжелательное отношение к родителям, другим старшим и младшим людям;</p> <ul style="list-style-type: none"> – использует правила этики и культуры речи; – избегает плохих поступков; умеет признаться в плохом поступке и проанализировать его; – понимает возможное негативное влияние на морально-психологическое состояние человека компьютерных игр, видеопродукции, телевизионных передач, рекламы.
Формирование основ семейных и гражданских ценностей	<ul style="list-style-type: none"> – имеет представления о семейных ценностях, семейных традициях, бережное отношение к ним; – проявляет нравственные чувства, эмоционально-ценностное отношение к семье; – проявляет уважительное отношение к родителям, к старшим, заботливое отношение к младшим; – имеет первичные представления о гражданских ценностях, ценностях истории, основанных на национальных традициях, связи поколений, уважении к героям России; – имеет представление о символах государства: Флаг и Герб Российской Федерации и символику субъекта Российской Федерации, в котором проживает; – проявляет высшие нравственные чувства: патриотизм, уважение к правам и обязанностям человека; – имеет начальные представления о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина, товарища; – проявляет познавательный интерес к важнейшим событиям истории России и ее народов, к героям России; – проявляет уважение к защитникам Родины; – проявляет интерес к государственным праздникам и желанием участвовать в праздниках и их организации в образовательной организации. 	<ul style="list-style-type: none"> – имеет представления о государственном устройстве Российского государства, его институтах, их роли в жизни общества, о его важнейших законах; – знает символы государства: Флаг и Герб Российской Федерации и символику субъекта Российской Федерации, в котором проживает; – имеет представления о правах и обязанностях гражданина России, правах ребенка; – проявляет интерес к общественным явлениям, осознает важность активной роли человека в обществе; – знает национальных героев и важнейшие события истории России и её народов. – знает государственные праздники, принимает участие в важнейших событиях жизни России, субъекта Российской Федерации, а котором проживает; – уважительно относится к защитникам Родины; – уважительно относится к русскому языку как государственному, языку межнационального общения.
Формирование основ гражданской идентичности	<ul style="list-style-type: none"> – имеет первичные представления о нравственных ценностях в отношении общества, сверстников, взрослых, предметного мира и себя в этом мире; 	<ul style="list-style-type: none"> – имеет представления о базовых национальных ценностях Российского государства; – имеет первоначальные представления о роли традиционных религий

	<ul style="list-style-type: none"> – проявляет нравственные чувства, эмоционально-ценностного отношения к окружающим людям, предметному миру, к себе; – испытывает чувства гордости, удовлетворенности, стыда от своих поступков, действий и поведения; – доброжелателен, умеет слушать и слышать собеседника, обосновывать свое мнение; – демонстрирует способность выразить себя в игровой, досуговой деятельности и поведении в соответствии с нравственными ценностями; – самостоятельно применяет усвоенные правила, владеет нормами, конструктивными способами взаимодействия с взрослыми и сверстниками (умение договариваться, взаимодействовать в игровых отношениях в рамках игровых правил и т.д.); – преобразует полученные знания и способы деятельности, изменяет поведение и стиль общения со взрослыми и сверстниками в зависимости от ситуации; – способен к творческому поведению в новых ситуациях в соответствии с принятой системой ценностей; – выражает познавательный интерес к отношениям, поведению людей, стремление их осмысливать, оценивать в соответствии с усвоенными нравственными нормами и ценностями; – экспериментирует в сфере установления отношений, определения позиции в собственном поведении; – способен самостоятельно действовать, в случае затруднений обращаться за помощью; – осознает преимущества совместного поиска выхода из сложившейся проблемной 	<p>в истории и культуре нашей страны.</p>
--	---	---

	<p>ситуации или принятия решений;</p> <ul style="list-style-type: none"> – использует принятые в обществе правила коммуникации (спокойно сидеть, слушать, дать возможность высказаться); – слушает и уважает мнения других людей; – идет навстречу другому при несовпадающих интересах и мнениях, найти компромисс и совместно прийти к решению, которое поможет достигнуть баланса интересов; – соотносит свое поведение с правилами и нормами общества. – управляет своим эмоциональным состоянием; – имеет свое мнение, может его обосновать; – оказывает позитивное влияние на свое окружение; – осознанно принимает решения и несет за них ответственность; – способен управлять своим поведением, планировать свои действия; – старается не нарушать правила поведения, испытывает чувство неловкости, стыда в ситуациях, где его поведение неблагоприятно; – проявляет поведение, которое в основном определяется представлениями о хороших и плохих поступках. 	
<p>Формирование основ социокультурных ценностей</p>	<ul style="list-style-type: none"> – демонстрирует интерес к поиску и открытию информации; – проявляет инициативу в реализации собственных замыслов; – Инициативен в получении новой информации и практического опыта, мотивируя ее потребностью в саморазвитии и желанием помогать другим людям, взаимодействовать с ними в решении посильных, но серьезных общественных задач; – владеет основами управления своим поведением и эмоциями в обществе, способен сдерживать негативные импульсы и состояния; 	<ul style="list-style-type: none"> – демонстрирует ценностное отношение к учёбе как к виду творческой деятельности; – имеет элементарные представления о роли знаний, науки, современного производства в жизни человека и общества; – имеет первоначальные навыки командной работы, в том числе в разработке и реализации учебных и практикоориентированных проектов; – имеет представления о душевной и физической красоте человека; – способен видеть красоту природы, труда и творчества;

	<ul style="list-style-type: none"> – знает и выполняет нормы и правила поведения в общественных местах в соответствии с их спецификой (детский сад, транспорт, поликлиника, магазин, музей, театр и пр.); – умеет донести свою мысль с использованием разных средств общения до собеседника на основе особенностей его личности (возрастных, психологических, физических); – имеет первичные представления о социокультурных ценностях, основанных на знаниях национальных традиций и обычаев, на уважении к произведениям культуры и искусства; – проявляет интерес, любознательность к различным видам творческой деятельности; – способен выразить себя в доступных видах деятельности в соответствии с социокультурными ценностями; – проявляет потребности к реализации эстетических ценностей в пространстве образовательной организации; – эмоционально отзывается на красоту окружающего мира, произведения народного и профессионального искусства. 	<ul style="list-style-type: none"> – проявляет интерес к чтению, произведениям искусства, детским спектаклям, концертам, выставкам, музыке; – интересуется занятиями художественным творчеством; – поддерживает опрятный внешний вид; – отрицательно относится к некрасивым поступкам и неряшливости; – отрицательно относится к аморальным поступкам, грубости, оскорбительным словам и действиям, в том числе в содержании художественных фильмов и телевизионных передач.
<p>Формирование основ межэтнического взаимодействия</p>	<ul style="list-style-type: none"> – имеет представления об этических нормах взаимоотношений между людьми разных этносов, носителями разных убеждений, представителями различных культур; – имеет первичные представления о многонациональных народах России, об этнокультурных традициях, фольклоре народов России; – понимает, что все люди имеют равные права; – спокойно реагирует на непривычное поведение других людей, стремится обсудить его с взрослыми; – не применяет физического насилия и вербальной агрессии в общении с другими людьми; – способен отстаивать свое достоинство и свои права в обществе сверстников и взрослых с помощью рациональной аргументации. 	<ul style="list-style-type: none"> – проявляет ценностное отношение к своему национальному языку и культуре; – способен к установлению дружеских взаимоотношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке; – имеет начальные представления о народах России, об их общей исторической судьбе, о единстве народов нашей страны.

	<ul style="list-style-type: none"> – помогает менее защищенным и слабым сверстникам отстаивать их права и достоинство. 	
Формирование основ информационной культуры	<ul style="list-style-type: none"> – осознанно выполняет правила здоровьесбережения и техники безопасности при использовании разных средств сетевой среды и виртуальных ресурсов; – использует простые средства сетевого взаимодействия для установления общественно полезных и продуктивных контактов с другими людьми; – понимает прагматическое назначение цифровой среды и ее рациональные возможности в получении и передаче информации, создании общественно полезных продуктов и т.д. 	<ul style="list-style-type: none"> – использует знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов; – самостоятельно организует поиск информации; – критически относится к информации и избирательности её восприятия; – уважительно относится к информации о частной жизни и информационным результатам деятельности других людей; – осознанно выполняет правила эргономики использования разных средств сетевой среды и виртуальных ресурсов; – использует простые средства сетевого взаимодействия для установления общественно полезных и продуктивных контактов с другими людьми; – понимает прагматическое назначение цифровой среды и ее рациональные возможности в получении и передаче информации, создании общественно полезных продуктов и т.д.
Формирование основ экологической культуры	<ul style="list-style-type: none"> – имеет первичные представления об экологических ценностях, основанных на заботе о живой и неживой природе, родном крае, бережном отношении к собственному здоровью; – проявляет разнообразные нравственные чувства, эмоционально-ценностного отношения к природе; – имеет начальные знания о традициях нравственно-этическом отношении к природе в культуре России, нормах экологической этики; – проявляет желание участвовать в экологических проектах, различных мероприятиях экологической направленности. 	<ul style="list-style-type: none"> – проявляет интерес и ценностное отношение к природным явлениям и разным формам жизни; понимание роли человека в природе; – бережно относится ко всему живому; – имеет первоначальные представления о влиянии природного окружения на жизнь и деятельность человека.
Воспитание культуры труда	<ul style="list-style-type: none"> – выслушивает замечания и адекватно реагирует на него (эмоционально, вербально); 	<ul style="list-style-type: none"> – имеет представления о ведущей роли образования и трудовой деятельности в

	<ul style="list-style-type: none"> — выражает и отстаивает свою позицию, а также способен принять позицию другого человека (сверстника, взрослого), подкрепленную аргументами; — не принимает лжи и манипуляции (в собственном поведении и со стороны других людей); — стремится выявить несправедливость и встать на защиту несправедливо обиженного; — выполняет разные виды заданий, поручений, просьб, связанных с гармонизацией общественного окружения; — может выступать в разных ролях: в роли организатора, в роли исполнителя в деловом, игровом, коммуникативном взаимодействии; — оказывает посильную практическую и психологическую помощь другим людям (сверстникам и взрослым) по их просьбе и собственной инициативе; — имеет первичные представления о ценностях труда, о различных профессиях; — проявляет навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в трудовой деятельности; — активно участвует в общественно полезной деятельности; — умеет выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребёнка видах трудовой деятельности. 	<p>жизни человека; о значении творчества в развитии общества;</p> <ul style="list-style-type: none"> — проявляет уважение к труду и творчеству взрослых и сверстников; — имеет представления о профессиональных сферах человеческой деятельности; — проявляет дисциплинированность, последовательность и настойчивость в выполнении учебных и учебно-трудовых заданиях; — соблюдает порядок на рабочих местах (в школе, дома и пр.); — бережно относится к результатам своего труда, труда других людей, к школьному имуществу, учебникам, личным вещам; — отрицательно относится к лени и небрежности в труде и учёбе, небрежливому отношению к результатам труда людей.
--	--	---

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Содержание Программы воспитания на основе формирования ценностей в ДО

Содержание Программы воспитания, в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «...должно содействовать взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, народами независимо от расовой, национальной, этнической, религиозной и социальной принадлежности, учитывать разнообразие мировоззренческих подходов, способствовать реализации права обучающихся на свободный выбор мнений и убеждений, обеспечивать развитие способностей каждого человека, формирование и развитие его личности в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями».

Содержание программы воспитания реализуется в ходе освоения детьми дошкольного возраста всех образовательных областей, обозначенных в ФГОС ДО, одной из задач которого является объединение воспитания и обучения в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Требования ФГОС ДО к содержанию Программы в соответствии с образовательными областями³

Таблица 4

Образовательная область	Содержание
Социально-коммуникативное развитие	Усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.
Познавательное развитие	Развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира.
Речевое развитие	Владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; знакомство с книжной культурой.
Художественно-эстетическое развитие	Развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений.
Физическое развитие	Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

В соответствии с направлениями программы воспитания, определенными на основе базовых ценностей воспитания, каждое из направлений раскрывается в комплексе задач, форм и видов деятельности.

³ Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».

Содержание направлений программы воспитания, осуществляющей образовательный процесс на уровне дошкольного образования

Таблица 5

Направления воспитания	Общие задачи воспитания при реализации программ воспитания в ДОО, соотнесенных с проектом Портрета выпускника ДОО
<p>Развитие основ нравственной культуры</p>	<p>Развивать у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Нравственные чувства: милосердия, сострадания, сопереживания, доброе, гуманное отношение к окружающему миру, дружелюбия, взаимопомощи, ответственности и заботы. – Представления о добре и зле, правде и лжи, трудолюбии и лени, честности, милосердия, прощении. – Основные понятия нравственного самосознания – совесть, добросовестность, справедливость, верность, долг, честь, благожелательность. – Нравственные качества: заботливое отношение к младшим и старшим. – Умения строить отношения в группе на основе взаимоуважения и взаимопомощи, находить выход из конфликтных ситуаций, не обижать других, прощать обиды, заступаться за слабых, проявлять солидарность и толерантность к другим людям, преодолевать агрессию и гнев, сохранять душевно спокойствие. – Формы нравственного поведения, опираясь на примеры нравственного поведения исторических личностей, литературных героев, в повседневной жизни. – Умения оценивать свои поступки в соответствии с этическими нормами, различать хорошие и плохие поступки. – Умения признаться в плохом поступке и проанализировать его. – Способность брать ответственность за свое поведение, контролировать свое поведение по отношению к другим людям. – Способность выражать свои мысли и взгляды, а также возможность влиять на ситуацию. – Способность участвовать в различных видах совместной деятельности и принятии решений. – Представления о правилах поведения, о влиянии нравственности на здоровье человека и окружающих людей. – Первоначальные представления о базовых национальных российских ценностях, о правилах этики. – Отрицательное отношение к аморальным поступкам, грубости, оскорбительным словам и действиям, в том числе в содержании художественных фильмов и телевизионных передач. – Представление о возможном негативном влиянии на морально-психологическое состояние человека некоторых компьютерных игр, кино и телевизионных передач.
<p>Формирование семейных ценностей</p>	<p>Развивать у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Представление о семье, роде, семейных обязанностях, семейных традициях. – Уважение к своей семье, фамилии, роду. – Представление о материнстве, отцовстве, о ролевых позициях в семье. – Чувства уважения к собственной семье, к семейным традициям, праздникам, к семейным обязанностям. – Чувства осознания семейных ценностей, ценностей связей между поколениями.

	<ul style="list-style-type: none"> – Терпимое отношение к людям, участвующим в воспитании ребенка. – Умения достигать баланс между стремлениями к личной свободе и уважением близких людей, воспитывать в себе сильные стороны характера, осознавать свои ценности, устанавливать приоритеты. – Навыки конструктивного общения и ролевого поведения. – Интерес к биографии и истории семьи других детей.
Формирование основ гражданской идентичности	<p>Развивать у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Представления о символах государства – флаге, Гербе Российской Федерации, о флаге и гербе субъекта Российской Федерации, в котором находится образовательная организация; – Элементарные представления о правах и обязанностях гражданина России. – Высшие нравственные чувства: патриотизм, гражданственность, уважение к правам и обязанностям человека. – Интерес к общественным явлениям, понимание активной роли человека в обществе. – Уважительное отношение к русскому языку как государственному, а также языку межнационального общения. – Стремление и желание участвовать в делах группы. – Уважение к защитникам Родины. – Представления о героях России и важнейших событиях истории России и ее народов. – Интерес к государственным праздникам и важнейшим событиям в жизни России, субъекта Российской Федерации, края, в котором находится образовательная организация.
Формирование основ межэтнического взаимодействия (Воспитание уважения к людям других национальностей)	<p>Развивать у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Умение воспринимать собственные взгляды как одну из многих различных точек зрения. – Представления о народах России, об их общей исторической судьбе. – Интерес к разным культурам, традициям и образу жизни других людей. – Уважение к культурным и языковым различиям. – Сознательное негативное отношение к проявлению доступных его пониманию форм дискриминации или оскорблений (например, неуважение, частично неосознанное игнорирование) или обобщение с социальными маргинальными группами, языковыми и этническими меньшинствами. – Умение уважать непохожесть других людей, даже если дети до конца не понимают ее. – Способы взаимодействия с представителями разных культур.
Формирование основ социокультурных ценностей (Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и	<p>Развивать у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Представления о душевной и физической красоте человека. – Эстетические вкусы, эстетические чувства, умение видеть красоту природы, труда и творчества; – Интерес к произведениям искусства, литературы, детским спектаклям, концертам, выставкам, музыке. – Интерес к занятиям художественным творчеством и желание заниматься творческой деятельностью. – Бережное отношение к фольклору, художественным промыслам и ремеслам, произведениям культуры и искусства, зданиям, сооружениям, предметам, имеющим историко-культурную значимость, уникальных в

ценностях)	<p>историко-культурном отношении.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Интерес к народным промыслам и желание заниматься техниками, используемыми в народных промыслах. – Способность с уважением и интересом относиться к другим культурам. – Отрицательное отношение к некрасивым поступкам и неряшливости.
Формирование основ экологической культуры (Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание)	<p>Развивать у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Интерес к природе, природным явлениям и формам жизни, понимание активной роли человека в природе. – Чуткое, бережное и гуманное отношение ко всем живым существам и природным ресурсам. – Умение оценивать возможность собственного вклада в защиту окружающей среды и бережного обращения с ресурсами. – Начальные знания об охране природы. – Первоначальные представления об оздоровительном влиянии природы на человека. – Представления об особенностях здорового образа жизни.
Воспитание культуры труда (Воспитание трудолюбия, творческого отношения к труду)	<p>Развивать у ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Уважение к труду и творчеству взрослых и сверстников. – Начальные представления об основных профессиях, о роли знаний, науки, современного производства в жизни человека и общества. – Первоначальные навыки коллективной работы, в том числе при разработке и реализации проектов. – Умения проявлять дисциплинированность, последовательность и настойчивость в выполнении трудовых заданий, проектов. – Умения соблюдать порядок в процессе игровой, трудовой, продуктивной и других видах деятельности. – Бережное отношение к результатам своего труда, труда других людей. – Отрицательное отношение к лени и небрежности в различных видах деятельности, небрежливому отношению к результатам труда людей.

Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы с учётом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников, специфики их образовательных потребностей и интересов.

Стандарт определяет в п.2.7.: «Конкретное содержание указанных образовательных областей зависит от возрастных и индивидуальных особенностей детей, определяется целями и задачами Программы и может реализовываться в различных видах деятельности (общении, игре, познавательно-исследовательской деятельности - как сквозных механизмах развития ребенка):

в раннем возрасте (1 год - 3 года) - предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками; экспериментирование с материалами

и веществами (песок, вода, тесто и пр.), общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого, самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (ложка, совок, лопатка и пр.), восприятие смысла музыки, сказок, стихов, рассматривание картинок, двигательная активность;

для детей дошкольного возраста (3 года - 8 лет) - ряд видов деятельности, таких как игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), познавательно-исследовательская

(исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), а также восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисование; лепка, аппликация), музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах) и двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.»

Формы и методы воспитательной работы с детьми должны соответствовать возрастным и индивидуальным особенностям дошкольников, не ускорять и не замедлять искусственно их развитие.

Формы и методы воспитательной работы «Социально-коммуникативное развитие»

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
Занятия	Индивидуальная работа	Игры со сверстниками – сюжетно-ролевые, дидактические, театрализованные, подвижные, хороводные	Экскурсии, путешествия
Экскурсии	Обучение		
Наблюдения	Объяснение	Самообслуживание Дежурство	Наблюдения
Чтение художественной литературы	Напоминание		
Беседы	Личный пример	Совместное со сверстниками рассматривание иллюстраций	Чтение
	Похвала		
Просмотр видеофильмов	Наблюдение	Совместная со сверстниками продуктивная деятельность	Личный пример
	Упражнения		
Дидактические игры	Тренинги	Экспериментирование	Беседа
	Игры – подвижные, дидактические, творческие		
Проблемные ситуации	Рассматривание иллюстраций	Наблюдение	Объяснение
	Трудовая деятельность		
Поисково-творческие задания	Театрализованные постановки		
	Объяснение	Праздники и развлечения	
Упражнения			
Рассматривание иллюстраций			

Тренинги Викторины КВН Моделирование			
Создание ситуаций, вызывающих желание трудиться и побуждающих детей к: – проявлению трудовых навыков, – оказанию помощи сверстнику и взрослому, – проявлению заботливого отношения к природе. Трудовые поручения. Самостоятельное планирование трудовой деятельности.		-	-
Показ Объяснение Обучение Наблюдение Напоминание	Самообслуживание Обучение Напоминание Беседы Разыгрывание игровых ситуаций Упражнение Объяснение Наблюдение Поручения Совместный труд Чтение и рассматривание иллюстраций о труде взрослых Тематические праздники и развлечения Просмотр видео–диафильмов Продуктивная деятельность	Игры – сюжетно-ролевые, дидактические Совместный труд детей Дежурство Рассматривание иллюстраций Продуктивная деятельность	Беседы Личный пример Показ Напоминание Объяснение Совместный труд детей и взрослых Рассказ Просмотр видеофильмов, диафильмов

	Экскурсии		
--	-----------	--	--

Формы и методы воспитательной работы «Познавательное развитие»

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
Показ	Напоминание	Игры – развивающие, подвижные, со строительным материалом	Беседа
Экскурсии, наблюдение	Объяснение		Коллекционирование
Беседа	Обследование	Игры-экспериментирования	Просмотр видеофильмов
Занятия	Наблюдение		Прогулки
Опыты, экспериментирование	Развивающие игры	Игры с использованием автодидактических материалов	Домашнее экспериментирование
Обучение в условиях специально оборудованной полифункциональной интерактивной среды	Игра-экспериментирование	Моделирование	Уход за животными и растениями
Игровые занятия с использованием полифункционального игрового оборудования, сенсорной комнаты	Проблемные ситуации	Наблюдение	Совместное конструктивное творчество
Игровые упражнения	Игровые упражнения	Интегрированная детская деятельность: включение ребенком полученного сенсорного опыта в его практическую деятельность – предметную, продуктивную, игровую	Коллекционирование
Игры	Рассматривание чертежей и схем		Интеллектуальные игры
Игры дидактические, подвижные	Моделирование	Опыты	
Проектная деятельность	Коллекционирование	Труд в уголке природы	
Продуктивная деятельность	Проекты	Продуктивная деятельность	
Проблемно-поисковые ситуации	Интеллектуальные игры		
	Тематическая прогулка		
	Конкурсы		
	КВН		
	Трудовая		

	<p>деятельность</p> <p>Тематические выставки</p> <p>Мини-музеи</p>		
--	--	--	--

Формы и методы воспитательной работы «Речевое развитие»

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
<p>Занятия</p> <p>Игры с предметами и сюжетными игрушками</p> <p>Обучающие игры с использованием предметов и игрушек</p> <p>Коммуникативные игры с включением малых фольклорных форм (потешки, прибаутки, пестушки, колыбельные)</p> <p>Чтение, рассматривание иллюстраций</p> <p>Сценарии активизирующего общения</p> <p>Имитативные упражнения, пластические этюды</p> <p>Коммуникативные тренинги</p>	<p>Речевое стимулирование (повторение, объяснение, обсуждение, побуждение, напоминание, уточнение)</p> <p>Беседы с опорой на зрительное восприятие и без опоры на него</p> <p>Хороводные игры, пальчиковые игры</p> <p>Пример использования образцов коммуникативных кодов взрослого</p> <p>Тематические досуги</p> <p>Фактическая беседа, эвристическая беседа</p>	<p>Коллективный монолог</p> <p>Игра-драматизация с использованием разных видов театров (театр на банках, ложках и т.п.)</p> <p>Игры в парах и совместные игры (коллективный монолог)</p> <p>Самостоятельная художественно-речевая деятельность детей</p> <p>Сюжетно-ролевые игры</p> <p>Игра– импровизация по мотивам сказок</p> <p>Театрализованные игры</p> <p>Дидактические игры</p>	<p>Речевые игры</p> <p>Беседы</p> <p>Пример коммуникативных кодов</p> <p>Чтение, рассматривание иллюстраций</p> <p>Игры-драматизации. Совместные семейные проекты</p> <p>Разучивание скороговорок, чистоговорок</p>

<p>Совместная продуктивная деятельность</p> <p>Экскурсии</p> <p>Проектная деятельность</p> <p>Дидактические игры</p> <p>Настольно-печатные игры</p> <p>Продуктивная деятельность</p> <p>Разучивание стихотворений</p> <p>Речевые задания и упражнения</p> <p>Моделирование и обыгрывание проблемных ситуаций</p> <p>Работа по</p> <p>-обучению пересказу с опорой на вопросы воспитателя</p> <p>-обучению составлению описательного рассказа об игрушке с опорой на речевые схемы</p> <p>-обучению пересказу по серии сюжетных картинок</p> <p>-обучению пересказу по картине</p> <p>-обучению пересказу литературного произведения</p> <p>(коллективное рассказывание)</p> <p>Показ настольного</p>	<p>Мимические, логоритмические, артикуляционные гимнастики</p> <p>Речевые дидактические игры</p> <p>Наблюдения</p> <p>Чтение</p> <p>Слушание, воспроизведение, имитирование</p> <p>Тренинги (действия по речевому образцу взрослого)</p> <p>Разучивание скороговорок, чистоговорок</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Освоение формул речевого этикета</p> <p>Наблюдение за объектами живой природы, предметным миром</p> <p>Праздники и развлечения</p>	<p>Игры-драматизации</p> <p>Настольно-печатные игры</p> <p>Совместная продуктивная и игровая деятельность детей</p> <p>Словотворчество</p>	
--	---	--	--

театра, работа с фланелеграфом			
Рассказывание по иллюстрациям Творческие задания Заучивание Чтение художественной познавательной литературы Рассказ Пересказ Экскурсии Беседа Объяснения Творческие задания Литературные викторины	и	Беседа Рассказ Чтение Дидактические, настольно-печатные игры Досуги Игры-драматизации Выставка в книжном уголке Литературные праздники Викторины, КВН Презентации проектов	Игровая деятельность Рассматривание иллюстраций Театрализованная деятельность Игры-драматизации, игры-инсценировки Беседы Словотворчество
			Посещение театра, музея, выставок Беседы Рассказы Чтение Прослушивание аудиозаписей

Формы и методы воспитательной работы «Художественно-эстетическое развитие»

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
Занятие Дидактические игры Наблюдение Рассматривание Чтение	Наблюдение Рассматривание Беседа Рассматривание интерьера Проблемные ситуации	Сюжетно-ролевые игры Наблюдение Рассматривание Сбор материала для оформления Экспериментирование	Беседа Рассматривание Наблюдение Рассказы Экскурсии Чтение

<p>Обыгрывание незавершённого рисунка</p> <p>Коллективная работа</p> <p>Обучение</p> <p>Создание условий для выбора</p> <p>Опытно-экспериментальная деятельность</p> <p>Беседа</p> <p>Творческие задания</p>	<p>Обсуждение</p> <p>Проектная деятельность</p> <p>Дизайн</p> <p>Занимательные показы</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Тематические праздники и развлечения</p>	<p>с материалами</p> <p>Рассматривание предметов искусства</p>	<p>Детско-родительская проектная деятельность</p>
<p>Слушание (музыкальные сказки, инструментальная музыка)</p> <p>Беседы с детьми о музыке Музыкально-дидактическая игра</p> <p>Театрализованная деятельность</p> <p>Рассматривание иллюстраций в детских книгах, репродукций, предметов окружающей действительности</p> <p>Рассматривание портретов композиторов</p>	<p>Использование музыки:</p> <ul style="list-style-type: none"> -на утренней гимнастике - во время умывания - в сюжетно-ролевых играх - в компьютерных играх - перед дневным сном - при пробуждении <p>Музыкально-дидактическая игра</p> <p>Индивидуальная работа</p> <p>Праздники</p> <p>Развлечения</p> <p>Просмотр мультфильмов, фрагментов детских музыкальных</p>	<p>Игры в «праздники», «концерт», «оркестр», «музыкальные занятия», «телевизор»</p> <p>Сюжетно-ролевые игры</p> <p>Импровизация мелодий на собственные слова, придумывание песенок</p> <p>Придумывание простейших танцевальных движений.</p> <p>Инсценирование содержания песен, хороводов</p> <p>Составление композиций танца</p> <p>Импровизация на инструментах</p> <p>Музыкально-дидактические игры</p> <p>Игры-драматизации</p> <p>Акомпанемент в</p>	<p>Посещения музеев, выставок, детских музыкальных театров</p> <p>Прослушивание аудиозаписей.</p> <p>Просмотр иллюстраций, репродукций картин, портретов композиторов</p> <p>Просмотр видеофильмов</p> <p>Обучение игре на музыкальных инструментах</p>

	фильмов	пении, танце и др. Детский ансамбль, оркестр	
--	---------	--	--

Формы и методы воспитательной работы «Физическое развитие»

Совместная образовательная деятельность педагогов и детей		Самостоятельная деятельность детей	Образовательная деятельность в семье
непосредственно образовательная деятельность	образовательная деятельность в режимных моментах		
<p>Физкультурные занятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> – сюжетно-игровые, – тематические, -классические, -тренирующие, – на тренажерах, – на улице, -походы. <p>Общеразвивающие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -с предметами, – без предметов, -сюжетные, -имитационные. <p>Игры с элементами спорта.</p> <p>Спортивные упражнения</p>	<p>Индивидуальная работа с детьми.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Утренняя гимнастика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -классическая, -игровая, -полоса препятствий, -музыкально-ритмическая, -аэробика, – имитационные движения. <p>Физкультминутки.</p> <p>Динамические паузы.</p> <p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Игровые ситуации.</p> <p>Проблемные ситуации.</p> <p>Имитационные движения.</p> <p>Спортивные праздники и развлечения.</p> <p>Гимнастика после дневного</p>	<p>Подвижные игры.</p> <p>Игровые упражнения.</p> <p>Имитационные движения.</p>	<p>Беседа</p> <p>Совместные игры.</p> <p>Походы.</p> <p>Занятия в спортивных секциях.</p> <p>Посещение бассейна.</p>

	<p>сна:</p> <ul style="list-style-type: none"> -оздоровительная, -коррекционная, -полоса препятствий. <p>Упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – корригирующие -классические, – коррекционные. 		
<p>Занятия-развлечения</p> <p>Занятия</p>	<p>Объяснение</p> <p>Показ</p> <p>Дидактические игры</p> <p>Чтение художественных произведений</p> <p>Личный пример</p> <p>Иллюстративный материал</p> <p>Досуг</p> <p>Театрализованные игры</p>	<p>Сюжетно-ролевые игры</p> <p>Подвижные игры</p>	<p>Беседа</p> <p>Совместные игры</p> <p>Чтение художественных произведений</p>

Особенности реализации воспитательного процесса

Характеристика социального окружения МБДОУ

Региональные и муниципальные особенности социокультурного окружения ОО:
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 308 г. Челябинска» расположен в Калининском районе города Челябинска. Челябинск — официальная столица Южного Урала, является деловым, научным, культурным и спортивным центром Южного Урала. Челябинск - крупный промышленный центр с предприятиями металлургии, машиностроения, металлообработки, приборостроения, трубной, химической, лёгкой и пищевой промышленности. Ознакомление с профессиями предприятий города способствуют воспитанию культуры труда (воспитанию трудолюбия, творческого отношения к труду).

воспитательно - значимые проекты и программы, в которых уже участвует ОО, дифференцируемые по признакам: федеральные, региональные, муниципальные и т. д.;

В настоящее время содержание воспитания ребенка рассматривается в формировании и развитии базовых общечеловеческих и национальных ценностей. Такая

система ценностей лежит в основе воспитывающей среды ДОО. Решая задачи организации эффективной воспитательной среды, мы реализуем инновационные подходы, создаем условия для активизации участия детей в социально значимых акциях и проектах: акция «Месячник безопасности», акция «Заметная семья», акция «Мир добра и толерантности», акция «Защита», акция «За здоровый образ жизни», акция «Посади свой цветок», акция «Свеча памяти», акция добра «Подари тепло животным», участие в акции экологического центра «Сбор макулатуры», «Разделяйка»

воспитательно - значимые проекты и программы, в которых ОО намерена принять участие, дифференцируемые по признакам: федеральные, региональные, муниципальные и т.д.; участие в Бессмертном полку, акции «Окно Победы», акция «Подари радость», акция «Физическая культура и спорт – альтернатива пагубным привычкам», акция «Весенние каникулы», участие в ежегодных экологических акциях города.

Перспективы участия ДОО в воспитательно значимых проектах и программах заключаются в апробации новых технологий используемых педагогами по развитию детской инициативы в ситуации успеха и в системном использовании полученного опыта в практике работы своего детского сада: Детский центр дополнительного образования «Гармония», МАОУ СОШ №54, Детская областная библиотека

ключевые элементы уклада ОО:

- стержнем годового цикла воспитательной работы ДОО являются ключевые общие для всего детского сада событийные мероприятия «Календарного плана воспитательной работы», коллективные дела группы детей под руководством воспитателя через которые осуществляется интеграция воспитательных усилий педагогических работников;

- важной чертой каждого ключевого мероприятия, события и большинства используемых для воспитания других совместных дел педагогов, детей и родителей, является обсуждение, планирование, совместное проведение и создание творческого продукта (коллективного или индивидуального каждого участника);

- в проведении общих мероприятий поощряется помощь старших детей младшим, социальная активность, стремление создать коллективный или индивидуальный творческий продукт, принять участие в общественно значимом деле;

наличие инновационных, опережающих, перспективных технологий воспитательно значимой деятельности, потенциальных «точек роста»;

Внедрение новых технологий в образовательный процесс ДОО способствует более эффективному воспитанию ребенка, который стремится творчески подходить к решению различных жизненных ситуаций и хочет получать новые знания об окружающем мире.

Использование таких технологий влияет на формирование положительной мотивации к дальнейшему обучению.

Технология личностно-ориентированного развивающего процесса (технология поддержки ребенка или технология дифференцированного обучения детей), игровые педагогические технологии: технология организации режиссерских игр детей, технология организации сюжетно-ролевых игр. Проектная технология. Технология коллективного способа обучения. Групповая технология.

существенные отличия ОО от других образовательных организаций по признаку проблемных зон, дефицитов, барьеров, которые преодолеваются благодаря решениям, отсутствующим или недостаточно выраженным в массовой практике;

Конкурентное преимущество:

- равные стартовые возможности для детей с разным уровнем развития, разными образовательными потребностями (индивидуальные маршруты и дифференцированные программы здоровья и развития);
 - достаточное ресурсное обеспечение для предоставления дополнительных образовательных услуг (наличие музыкально-физкультурного зала, кабинета педагога-психолога, логопедического кабинета);
 - квалифицированный педагогический персонал;
 - преемственные связи с социумом;
 - предоставление комплекса квалифицированных коррекционно-образовательных услуг детям, имеющим ТНР;
- условия для организации работы групп кратковременного пребывания.

Миссия МБДОУ заключается в расширении возможностей, а значит, привлекательности МБДОУ. Данная миссия дифференцируется по отношению к различным субъектам:

- по отношению к детям и их родителям МБДОУ обязуется обеспечить развитие индивидуальных способностей ребенка для его успешности в дальнейшем обучении и жизни в современном обществе;
- по отношению к педагогическому коллективу МБДОУ создает условия для профессиональной самореализации педагога, социальной защиты и повышения квалификации;
- по отношению к системе образования заключается в расширении доступности инноваций дошкольного образования посредством проведения на базе ДОУ обучающих семинаров, публикации методических рекомендаций;
- по отношению к обществу миссия состоит в привлечении как можно большего числа различных субъектов к развитию и реализации дошкольного образования, расширению ресурсной (кадровой, материальной, информационной, экспериментальной и др.) базы МБДОУ.

Педагогические работники ДОУ ориентированы на формирование детского коллектива внутри одной возрастной группы, на установление доброжелательных и товарищеских взаимоотношений между детьми разных возрастов и ровесниками; умение играть, заниматься интересным делом в паре, небольшой группе; - ключевой фигурой воспитания в МБДОУ является воспитатель группы, реализующий по отношению к ребенку защитную, лично развивающую, организационную, посредническую (в разрешении конфликтов) функции. Воспитатель является для ребенка фигурой очень значимой, именно на него ложится огромная ответственность за создание условий для личностного развития ребенка.

особенности ОО, связанные с работой с детьми с ограниченными возможностями здоровья, в том числе с инвалидностью.

Инклюзия является ценностной основой уклада МБДОУ и основанием для проектирования воспитывающих сред, деятельностей и событий.

Работой с детьми с ограниченными возможностями здоровья, в том числе с инвалидностью – это норма для воспитания, реализующая такие социокультурные ценности, как забота, принятие, взаимоуважение, взаимопомощь, совместность, сопричастность, социальная ответственность. Эти ценности должны разделяться всеми участниками образовательных отношений в МБДОУ.

На уровне воспитывающих сред: РППС строится как максимально доступная для детей с ОВЗ; событийная воспитывающая среда ДОО обеспечивает возможность каждого ребенка в различные формы жизни детского сообщества; рукотворная воспитывающая среда обеспечивает возможность демонстрации уникальности достижений каждого ребенка.

На уровне общности: формируются условия освоения социальных ролей, ответственности и самостоятельности, сопричастности к реализации целей и смыслов сообщества, приобретает опыт развития отношений между детьми, родителями, воспитателями. Детская и детско-взрослая общность в инклюзивном образовании развиваются на принципах заботы, взаимоуважения и сотрудничества в совместной деятельности.

На уровне деятельностей: педагогическое проектирование совместной деятельности в разновозрастных группах, в малых группах детей, в детско-родительских группах обеспечивает условия освоения доступных навыков, формирует опыт работы в команде, развивает и ответственность каждого ребенка в социальной ситуации его развития.

На уровне событий: проектирование педагогами ритмов жизни, праздников и общих дел с учетом специфики социальной и культурной ситуации развития каждого ребенка обеспечивает возможность участия каждого в жизни и событиях группы, формирует личностный опыт, развивает самооценку и уверенность ребенка в своих силах.

Событийная организация должна обеспечить переживание ребенком опыта самостоятельности, счастья и свободы в коллективе детей и взрослых.

Психолого-педагогические условия реализации программы воспитания

К психолого-педагогическим условиям, которые необходимо обеспечить для эффективной воспитательной работы, можно отнести следующие условия:

- осведомлённость педагогов о характерных особенностях развития детей дошкольного возраста;
- обеспечение эмоционального благополучия каждого ребёнка, безусловная любовь, эмоциональное принятие и поддержка в семье;
- постоянство требований родителей и педагога к ребёнку;
- уважение педагога к мнению детей;
- участие детей в «законотворческой» деятельности, обсуждении правил поведения, взаимодействия со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях, установление определенных «общественных договоров», подразумевающих соблюдение прав каждого и уважение друг к другу. Установленные коллегиально правила визуализируются с помощью условных обозначений и выполняются всеми членами детско-педагогическо-родительского сообщества;
- отсутствие у взрослых завышенных ожиданий, связанных с прогнозируемыми достижениями ребёнка.
- реализация педагогом дифференцированных, индивидуализированных методов и приёмов образовательной деятельности;
- своевременное выявление проблем в физическом и психическом развитии детей и оказание систематической психолого-медико-педагогической помощи;
- педагогическое просвещение родителей и взаимодействие с ними в целях создания единой системы психологической поддержки и требований к ребёнку в семье и образовательной организации.

Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий ДОО

Традиционные праздники и мероприятия в Организации имеют большое воспитательное значение, пересекаются с календарно-тематическим планированием. Форма проведения конкретного мероприятия определяется календарным планом воспитательной работы Организации.

Целью проведения праздников, развлечений является наполнение ежедневной жизни детей увлекательными и полезными делами, создание атмосферы радости общения, коллективного творчества, стремления к новым задачам и перспективам.

Тематика событий, праздников, мероприятий ориентирована на все направления развития ребенка дошкольного возраста и посвящена различным сторонам человеческого бытия:

- явлениям нравственной жизни;
- окружающей природе;
- миру искусства и литературы;
- традиционным для семьи, общества и государства праздничным событиям;
- событиям, формирующим чувство гражданской принадлежности ребенка.

Количество праздников самостоятельно определяется Организацией в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей, потребностей и интересов детей.

Календарные праздники создают благоприятный эмоциональный настрой и благотворно влияют на развитие психических процессов детей, создают прекрасную атмосферу для развития речи, закрепления знаний, полученных на различных занятиях; способствуют нравственному воспитанию, развитию социально-коммуникативных навыков.

Фольклорные праздники проводятся в соответствии с традиционным народным календарем праздников. Проведение таких мероприятий сегодня является особенно актуальным, так как они играют огромную роль в приобщении дошкольников к духовным ценностям народной культуры, воспитывают в детях патриотические чувства. Главной целью нравственного воспитания дошкольников на основе народных праздников является приобретение детьми нравственного опыта, наследование духовного достояния русского народа, достижение культуры межличностных и межнациональных отношений.

В основе традиционных мероприятий лежит комплексный подход к воспитанию дошкольников: формирование духовно-нравственных норм и ценностей; раскрепощение, снятие эмоционального напряжения; социализация, развитие коммуникативных навыков, творческих способностей. Традиционные мероприятия способствуют воспитанию чувства сопричастности к событиям, которые происходят в детском саду.

Спортивные мероприятия в детском саду – это всегда долгожданное событие для дошкольников. В увлекательной форме они развивают интерес ребенка к физическим упражнениям, различным видам спорта, мотивируют к здоровому образу жизни. Участвуя в спортивных досугах, соревнованиях и других мероприятиях и добиваясь реально поставленной цели, дети получают возможность развить в себе волевые качества, учатся принимать ответственность за свои действия, приобретают крупницы бесценного опыта в стремлении к победе, учатся дружить и работать в команде.

Творческие соревнования позволяют провести воспитательную работу с воспитанниками сразу по нескольким направлениям: социально-коммуникативное развитие, умственное и эстетическое воспитание, вовлечение родителей в процесс воспитания, интеграция воспитательных усилий. Творческие соревнования стимулируют развитие у воспитанников сенсорных способностей; чувства ритма, цвета, композиции; умения выражать в художественных образах свои творческие способности и др.

Акции направлены на формирование активной жизненной позиции, они дают реальные представления о том, что от каждого человека зависит состояние окружающей нас среды: природы, людей, коллектива, группы, близких. Воспитательная ценность акций заключается в формировании таких социально ценных качеств, как гражданственность, гуманизм, инициативность, ответственность, социальная справедливость и др.

Перечень традиционных событий, праздников, мероприятий

	Обязательные для проведения мероприятия	Возможные для проведения мероприятия
Календарные праздники	Осенний праздник Новый год День защитника Отечества	День знаний Синичкин день День матери

	<p>Международный женский день</p> <p>День Победы</p> <p>День России</p>	<p>День театра</p> <p>День смеха</p> <p>День птиц</p> <p>День космонавтики</p> <p>Праздник весны и труда</p> <p>День защиты детей</p> <p>День любви, семьи и верности</p> <p>День Государственного флага Российской Федерации</p> <p>День города</p>
Фольклорные праздники	-	<p>Конкурс чтецов</p> <p>Осенняя ярмарка</p> <p>Колядки</p> <p>Масленица</p> <p>Яблочный Спас</p>
Традиционные мероприятия	Выпускной	<p>День именинника</p> <p>День рождения детского сада</p> <p>День друзей</p> <p>День Нептуна</p> <p>Конкурсы</p> <p>Выставки</p> <p>Фестивали</p> <p>Марафоны</p>
Спортивные праздники	Соревнования в рамках городской спартакиады	<p>День здоровья</p> <p>Папа, мама, я – спортивная семья</p> <p>Развлечение</p> <p>Досуг</p> <p>Эстафеты</p> <p>Летняя и Зимняя Олимпиады</p>

Акции	<p>Всемирный День правовой помощи детям</p> <p>Месячник безопасности</p> <p>«За здоровый образ жизни»</p>	<p>Акции социальные («Подарки от друзей», «Доброе сердце», «Открытка для ветерана», «ДоброПочта» и др.)</p> <p>Акции экологические («Разделяйка»)</p> <p>Акции здоровьесберегающие («Как сохранить здоровье», «Витамины на подоконнике», «Добрые поступки – доброе здоровье» и др.)</p> <p>Акции, направленные на безопасное поведение («Безопасная дорога», «Защити себя сам» и др.)</p> <p>Акции патриотические («Патриоты», «Моя малая Родина», «Наш бессмертный полк» и др.)</p>
-------	---	--

Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников в процессе реализации программы воспитания

В целях реализации социокультурного потенциала региона для развития ребенка, работа с родителями/законными представителями детей дошкольного возраста строится на принципах ценностного единства и сотрудничества всех субъектов социокультурного окружения ДОО.

Ценностное единство и готовность к сотрудничеству всех участников образовательных отношений составляет основу уклада ДОО, в которой строится воспитательная работа.

Программой воспитания представлены формы работы, которые используются в деятельности ДОО в построении сотрудничества педагогов и родителей (законных представителей) в процессе воспитательной работы.

Система взаимодействия с родителями включает:

- ознакомление родителей с результатами работы ДОУ на общих родительских собраниях, анализом участия родительской общественности в жизни ДОУ;
- ознакомление родителей с содержанием работы ДОУ, направленной на физическое, психическое и социальное развитие ребенка;
- участие в составлении планов: спортивных и культурно-массовых мероприятий, работы родительского комитета;
- целенаправленную работу, пропагандирующую общественное дошкольное воспитание в его разных формах;
- обучение конкретным приемам и методам воспитания и развития ребенка в разных видах детской деятельности на семинарах-практикумах, консультациях и открытых занятиях.

Основанием для определения форм и методов взаимодействия с семьями воспитанников являются нормативные документы, закрепляющие основу взаимодействия (основные международные документы, нормативные документы федерального и регионального уровня, нормативные документы конкретного образовательного уровня), а также современные исследования основных направлений взаимодействия ДОУ и семьи (психолого-педагогическое сопровождение семьи в вопросах воспитания детей, защита

прав ребенка, работа с семьями, требующими повышенного внимания и нуждающимися в особой помощи и др.).

В современной науке принято выделять несколько **групп методов** и форм работы с родителями:

– наглядно-информационные (нацелены на знакомство родителей с условиями, задачами, содержанием и методами воспитания детей, способствуют преодолению поверхностного суждения о роли детского сада, оказывают практическую помощь семье. К ним относятся фотографии, выставки детских работ, стенды, ширмы, папки-передвижки, а также аудиозаписи бесед с детьми, видеофрагменты организации различных видов деятельности, режимных моментов и др.);

Наглядная информация в виде стендов и уголков универсальна и имеет огромные возможности по освящению педагогического процесса. В то же время она не предусматривает непосредственного контакта педагога и родителя. Поэтому большое значение нужно придать форме и способу подачи информации, а так же её содержанию. **Виды наглядно-информационных методов:** уголки «Краткой информации», «Отдых», «В кругу семьи», «Увлечения», «Новогодняя елочка», «Семья», «Конкурс стенгазет», «Выставка для пап(мам)», «Золотая осень», «Зимушка-зима», выставка поделок «Космос», «Овощи с грядки»

– информационно-аналитические (способствуют организации общения с родителями, их основной задачей является сбор, обработка и использование данных о семье каждого воспитанника, общекультурном уровне его родителей, наличии у них необходимых педагогических знаний, отношении в семье к ребёнку, запросах, интересах, потребностях родителей в психолого-педагогической информации. Только на основе анализа этих данных возможно осуществление индивидуального, личностно-ориентированного подхода к ребёнку в условиях дошкольного учреждения и построение грамотного общения с родителями)

Виды информационно-аналитические методов: Анкета удовлетворенности родителей, опрос родительского мнения по актуальной теме, «Почта доверия», «Ларец пожеланий и предложений», время общения с руководителем

– досуговые (обеспечивают установление теплых неформальных отношений между педагогами и родителями, а также более доверительных отношений между родителями и детьми. К ним относятся проведение педагогами дошкольных учреждений совместных праздников и досугов)

Виды досуговых методов: «Чаяпитие в группе», «День матери», «День защитника отечества», «День Победы», «Женский день», «День здоровья», «День защиты детей», «Масленица», «Осенняя ярмарка», «Семейный субботник»

– информационно-ознакомительные (нацелены на преодоление поверхностных представлений о работе дошкольного учреждения путем ознакомления родителей с самим дошкольным учреждением, с особенностями его работы и педагогами)

Виды информационно-ознакомительных методов: «Дни открытых дверей», Встречи со специалистами, «Открытые занятия педагогов», инстаграмм ДОУ, сайт ДОУ, блог логопеды308

В образовательном процессе дошкольного учреждения активно используются как традиционные, так и нетрадиционные формы работы с родителями воспитанников: родительские собрания; индивидуальные и групповые консультации; беседы; посещения практикумы; родительские Университеты; мастер-классы.

Одной из наиболее доступных форм установления связи с семьей являются педагогические беседы с родителями. Беседа может быть, как самостоятельной формой, так и применяться в сочетании с другими, например, она может быть включена в собрание. Целью педагогической

беседы является обмен мнениями по тому или иному вопросу, ее особенность заключается в активном участии и воспитателя, и родителей. Беседа может возникать стихийно по инициативе и родителей, и педагога.

Практикумы организуются с целью выработки у родителей педагогических умений по воспитанию детей, эффективному расширению возникающих педагогических ситуаций, тренировка педагогического мышления.

Лекция – форма педагогического просвещения, раскрывающая сущность той или иной проблемы воспитания.

Дискуссия организуется с целью обмена мнениями по проблемам воспитания. Это одна из интересных для родителей форм повышения уровня педагогической культуры, позволяющая включить их в обсуждение актуальных проблем воспитания.

Проведение «Дней открытых дверей» нацелено на ознакомление родителей со спецификой дошкольного образования, позволяет избежать многих конфликтов, вызванных незнанием и непониманием родителями специфики организации образовательного процесса детского сада.

Тематические консультации помогают ответить на все вопросы, интересующие родителей. Отличие консультации от беседы в том, что беседы предусматривают диалог, его ведет организатор бесед. Педагог стремится дать родителям квалифицированный совет, чему-то научить, помогает ближе узнать жизнь семьи и оказать помощь там, где больше всего нужна, побуждает родителей серьезно присматриваться к детям, задумываться над тем, какими путями их лучше воспитывать. Главное назначение консультации – родители убеждаются в том, что в детском саду они могут получить поддержку и совет.

Наиболее востребованной формой работы с родителями является наглядная пропаганда – целенаправленное систематическое применение наглядных средств в целях ознакомления родителей с задачами, содержанием, методами воспитания в детском саду, оказания практической помощи семье:

– **уголок для родителей** (содержит материалы информационного характера – правила для родителей, распорядок дня, объявления различного характера; материалы, освещающие вопросы воспитания детей в детском саду и семье);

– **разнообразные выставки** (выставки детских работ, тематические выставки по определенному разделу программы);

– **информационные листки** (объявления о собраниях, событиях, экскурсиях, просьбы о помощи, благодарность добровольным помощникам и т.д.);

– **родительские фотовыставки** (в ней родители могут показать об интересных случаях из жизни семьи, поделиться опытом воспитания и др.);

– **панки-передвижки** (формируются по тематическому принципу).

ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

Организационные условия реализации Программы воспитания

Общие требования к условиям реализации Программы воспитания

Программа воспитания обеспечивает формирование социокультурного воспитательного пространства при соблюдении условий ее реализации, включающих:

- обеспечение воспитывающей личноно развивающей предметно-пространственной среды;
- оказание психолого-педагогической помощи, консультирование и поддержка родителей (законных представителей) по вопросам воспитания;
- современный уровень материально-технического обеспечения Программы воспитания, обеспеченности методическими материалами и средствами обучения и воспитания;

Воспитательный процесс в ДОО строится на следующих принципах:

- неукоснительное соблюдение законности и прав семьи ребенка, соблюдения
- конфиденциальности информации о ребенке и его семье, приоритета безопасности ребенка;
- создание психологически комфортной среды для каждого ребенка и взрослого, без которой невозможно конструктивное взаимодействие детей, их семей, и педагогических работников;
- системность и целенаправленность воспитания как условия его эффективности.

Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды (в том числе, в части Программы, формируемой участниками образовательных отношений)

Развивающая предметно-пространственная среда – часть образовательной среды Организации, которая должна обеспечивать максимальную реализацию воспитательного потенциала специально организованного пространства (помещений, территории), материалов, оборудования, электронных образовательных ресурсов и средств воспитания детей дошкольного возраста в соответствии с особенностями каждого возрастного этапа, индивидуальными особенностями, соответствовать требованиям ФГОС ДО и санитарно-эпидемиологическим требованиям.

Развивающая предметно-пространственная среда должна быть построена на следующих принципах:

- насыщенность;
- трансформируемость;
- полифункциональность;
- вариативность;
- доступность;
- безопасность.

Приоритетные направления воспитания обозначены в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года:

- гражданское и патриотическое воспитание;
- духовно-нравственное развитие;
- приобщение детей к культурному наследию;
- физическое развитие и культура здоровья;
- трудовое воспитание и профессиональное самоопределение;
- экологическое воспитание.

Следовательно, развивающая предметно-пространственная среда Организации должна обеспечивать:

- **гражданское и патриотическое воспитание:**
 - воспитание у детей активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;
 - развитие культуры межнационального общения;
 - формирование приверженности идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов;
 - воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
 - развитие правовой и политической культуры детей;
 - развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности;
 - формирование стабильной системы нравственных и смысловых установок личности, позволяющих противостоять идеологии экстремизма, национализма и другим негативным социальным явлениям;
 - формирование российской гражданской идентичности; формирование у детей патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России;
 - развитие у подрастающего поколения уважения к таким символам государства, как герб, флаг, гимн Российской Федерации, к историческим символам и памятникам Отечества;
 - развитие поисковой и краеведческой деятельности;
- **духовное и нравственное воспитание детей:**
 - развитие у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
 - формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;
 - развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;
 - содействие формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов;
- **приобщение детей к культурному наследию:**
 - эффективное использование уникального российского культурного наследия, в том числе литературного, музыкального, художественного, театрального и кинематографического;
 - воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации;
 - приобщение детей к классическим и современным высокохудожественным отечественным и мировым произведениям искусства и литературы;
 - создание условий для доступности музейной и театральной культуры для детей;

- развитие музейной и театральной педагогики;
- поддержка мер по созданию и распространению произведений искусства и культуры, проведению культурных мероприятий, направленных на популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей;
- приобщение к сокровищнице мировой и отечественной культуры, в том числе с использованием информационных технологий;
- создание условий для сохранения, поддержки и развития этнических культурных традиций и народного творчества;
- **физическое развитие и формирование культуры здоровья:**
 - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
 - формирование в детской и семейной среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;
 - создание для детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья, условий для регулярных занятий физической культурой и спортом, развивающего отдыха и оздоровления;
 - развитие культуры безопасной жизнедеятельности;
 - физическое совершенствование на основе регулярных занятий физкультурой и спортом в соответствии с индивидуальными способностями и склонностями детей;
 - использование потенциала спортивной деятельности для профилактики асоциального поведения;
- **трудовое воспитание и профессиональное самоопределение:**
 - воспитание у детей уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям;
 - формирование у детей умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей;
 - развитие навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
 - содействие начальному профессиональному самоопределению;
- **экологическое воспитание:**
 - развитие у детей и их родителей экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира;
 - воспитание чувства ответственности за состояние природных ресурсов, умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии.

Перечень элементов РППС

для решения воспитательных задач по направлениям развития детей

Образовательная область	Пространство (помещение) образовательной организации	Элементы РППС, обладающие воспитательным потенциалом
Физическое развитие	Групповые помещения	Уголок физического саморазвития
	Территория ДОУ	Спортивная площадка Дорожка здоровья

Социально-коммуникативное развитие	Групповые помещения	Уголок дежурства Сюжетно-ролевые игры Уголок уединения
	Помещение общего пользования	Патриотический уголок Музей «Родной край- Южный Урал»
	Территория ДОУ	Учебно-тренировочный перекресток Сюжетно-ролевые игры
Познавательное развитие	Групповые помещения	Коллекции Мини-музей Уголок природы Уголок математического развития Уголок конструирования Огород на подоконнике Уголок экспериментирования
	Территория ДОУ	Аптекарский Огород Экологическая тропа Метеостанция Зоны познавательно-исследовательской деятельности на прогулочных участках
Речевое развитие	Групповые помещения	Библиотека Сюжетно-ролевые игры Уголок развития речи Театральный уголок
	Помещение общего пользования	Библиотека для детей и педагогов
	Территория ДОУ	Сюжетно-ролевые игры
Художественно-эстетическое развитие	Групповые помещения	Уголок детского творчества Выставки Музыкальный уголок Театральный уголок Сюжетно-ролевые игры
	Изостудия	Выставки

	Территория ДОУ	Экологическая тропа Клумбы Зоны музыкально-ритмической и театральной деятельности на прогулочных участках

Среда – это не только условие, но и важный механизм достижения результатов воспитательной работы, это то, что окружает и связывает людей: объекты и субъекты, явления и события, дела и поступки, их характеристики и оценки. Эстетическая среда Организации – это педагогически организованная микросреда, обладающая высоким уровнем развития эстетической культуры, гибкой динамикой развития, предоставляющая большие возможности для мотивации субъектов к различным видам деятельности.

Среда Образовательной организации должна обогащаться за счет не только количественного накопления, но и через улучшение качественных параметров: эстетичности, гигиеничности, комфортности, функциональной надежности и безопасности, открытости изменениям и динамичности, соответствия возрастным и половым особенностям детей и т.п.

Материально-техническое обеспечение программы и обеспеченность методическими материалами и средствами воспитания

Организация, реализующая Программу, должна обеспечить материально-технические условия, позволяющие достичь обозначенные ею цели и задачи воспитания, в т. ч.:

- осуществлять все виды деятельности ребенка, как индивидуальной самостоятельной, так и в рамках каждой дошкольной группы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;
- организовывать участие родителей воспитанников (законных представителей), педагогических работников и представителей общественности в разработке Программы, в создании условий для ее реализации, а также мотивирующей воспитательной среды, уклада организации;
- использовать в воспитательном процессе современные образовательные технологии (в т. ч. игровые, коммуникативные, проектные технологии и культурные практики социализации детей);
- обновлять содержание Программы, методики и технологий ее реализации в соответствии с динамикой развития системы образования в области воспитания, запросами воспитанников и их родителей (законных представителей) с учетом особенностей социокультурной среды развития воспитанников и специфики информационной социализации детей;
- обеспечивать эффективное использование профессионального и творческого потенциала педагогических, руководящих и иных работников организации, осуществляющей воспитательную работу, повышения их профессиональной, коммуникативной, информационной, правовой компетентности и мастерства мотивирования детей.

При создании материально-технических условий для детей с ограниченными возможностями здоровья Организация должна учитывать особенности их физического и психофизиологического развития.

Организация должна иметь необходимое для воспитательной работы с детьми (в т.ч. детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов) оснащение и оборудование:

- методический комплект для реализации Программы;
- помещения для занятий и проектов, обеспечивающие воспитание детей через игру, общение, познавательно-исследовательскую деятельность и другие формы активности ребенка с участием взрослых и других детей;
- оснащение предметно-развивающей среды, включающей средства воспитания, подобранные в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями детей дошкольного возраста;
- мебель, техническое оборудование, спортивный и хозяйственный инвентарь, инвентарь для художественного творчества, музыкальные инструменты.

Все используемые Организацией в образовательном процессе средства обучения, оборудование, материалы, исходя из особенностей реализации Программы, могут использоваться для решения воспитательных задач.

Воспитательный процесс в Организации должен быть обеспечен методическими материалами и средствами воспитания.

Перечень методических материалов и средств воспитания

Образовательные области	Методические материалы и средства воспитания
Познавательное развитие	<ul style="list-style-type: none"> – дидактические, развивающие игры, пособия и игрушки – материалы и оборудование для экспериментирования – детская научная литература – картотеки опытов – календари погоды – строительные материалы и конструкторы – алгоритмы, рисунки, схемы для конструирования – медиатека
Речевое развитие	<ul style="list-style-type: none"> – дидактические игры – детская библиотека – аудиотека с произведениями художественной литературы и фольклора – картотеки пальчиковых, словесных игр – алгоритмы составления рассказа – мнемотаблицы по пересказу рассказов, заучиванию стихов – различные виды театра – игрушки, материалы и оборудование для сюжетно-ролевых игр
Художественно-эстетическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> – стенд «Наши достижения» – алгоритмы, схемы, образцы для продуктивной деятельности – различные виды театра

	<ul style="list-style-type: none"> – музыкально-дидактические игры – детские музыкальные инструменты – иллюстрации художников к произведениям детской художественной литературы – выставки декоративно-прикладного творчества – выставка продуктов детской деятельности
Социально-коммуникативное развитие	<ul style="list-style-type: none"> - стенды «Я - молодец», «Наша звездочка», «Наши увлечения», «Звезда дня», стенд самооценки – алгоритмы по сервировке стола – алгоритм одевания на прогулку по временам года – алгоритм умывания – схемы по уходу за растениями – модели трудовых действий – оборудование для трудовой деятельности – игрушки, материалы и оборудование для сюжетно-ролевых игр – игрушки и оборудование для театрализованной деятельности – игровые модули – видео, медиа и аудиотека – выставка продуктов детской деятельности
Физическое развитие	<ul style="list-style-type: none"> – стенды «Мои спортивные увлечения», «Мои достижения», «Сегодня в мире спорта» (об актуальных спортивных событиях), «Наша гордость» (о российских чемпионах) – различный спортивный инвентарь – иллюстративный материал, демонстрирующий здоровый образ жизни, занятия физкультурой и спортом – дидактические игры о здоровом образе жизни – схемы упражнений – атрибуты для подвижных игр

Распорядок/Режим дня

Глубочайшее своеобразие процесса воспитания состоит в том, что он органически вплетается в повседневную детскую жизнь. Его нельзя организовать как особую деятельность и регламентировать ее. В течение всего времени пребывания в детском саду ребенок погружается в образовательный процесс, в котором воспитание является неотъемлемой частью и проходит через все режимные моменты.

Правильный распорядок дня позволяет регулировать педагогический процесс, в полной мере использовать потенциал режимных моментов для решения воспитательных задач.

Воспитательная работа организуется в совместной деятельности взрослого и ребенка в ходе различных видов детской деятельности (игровой, двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, продуктивной, музыкально-художественной, трудовой, восприятия художественной литературы) или их интеграции.

Модель воспитательной работы с детьми

Режимные моменты	Совместная деятельность взрослых и детей		Создание условий для самостоятельной деятельности	Воспитательная деятельность в семье
	Совместная деятельность в режимных моментах	Индивидуальная работа с детьми		
Утро	<p>Воспитание потребности в речевом общении с детьми и взрослыми.</p> <p>Сенсорное воспитание.</p> <p>Воспитание безопасного поведения (в быту, природе, на улице).</p>	<p>Воспитание нравственно-волевых качеств.</p> <p>Воспитание интереса к творческой деятельности.</p> <p>Воспитание культуры общения.</p>	<p>Воспитание интереса к различным видам деятельности.</p> <p>Приобщение детей к лучшим образцам отечественного и мирового искусства.</p>	<p>Воспитание потребности в речевом общении с детьми и взрослыми.</p> <p>Воспитание эстетических чувств через знакомство с художественной литературой, произведениями искусства.</p>
Завтрак	<p>Воспитание положительного настроения на прием пищи.</p> <p>Воспитание вежливости.</p> <p>Побуждение к самостоятельному выполнению поручений.</p>	<p>Воспитание культурно-гигиенических навыков в процессе умывания.</p> <p>Воспитание культуры поведения.</p>	<p>Воспитание культуры пользования столовыми приборами.</p>	<p>Воспитание гуманных чувств.</p> <p>Воспитание культуры поведения в общественных местах.</p> <p>Воспитывать уважительное отношение к членам семьи и их труду.</p>
Образовательная деятельность	<p>Воспитание активного интереса к различным видам деятельности.</p> <p>Воспитывать инициативность, ответственность, самостоятельность</p> <p>Формирование умения работать в паре, группе, команде.</p> <p>Формирование творческого мышления.</p>	<p>Воспитание потребности в эмоционально-личностном общении.</p> <p>Воспитание любознательности, наблюдательности, пытливости.</p>	<p>Воспитание эмоционально-чувственного отношения к предметам и явлениям действительности.</p>	<p>Воспитание осознания ценности здорового образа жизни.</p> <p>Воспитание ответственности и самостоятельности.</p> <p>Воспитание эмоционально-чувственного отношения к предметам и явлениям действительности.</p>
Прогулка	<p>Воспитание у ребенка интереса к окружающему миру.</p> <p>Воспитание</p>	<p>Воспитание культурно-гигиенических навыков в процессе одевания</p>	<p>Воспитание позитивного настроения на занятие физической культурой.</p>	<p>Воспитание умения самостоятельно находить интересные</p>

	<p>интереса к различным доступным видам двигательной деятельности.</p> <p>Воспитание интереса к труду взрослых, желания трудиться, трудолюбия.</p>	<p>и раздевания.</p> <p>Воспитание положительных нравственно-волевых качеств.</p> <p>Воспитание бережного отношения к вещам личного пользования.</p>	<p>Воспитание умения самостоятельно организовывать разнообразные игры, договариваться.</p>	занятия.
Обед	Воспитание интереса к составу блюд, процессу их изготовления.	Воспитание желания заботиться о сверстниках.	Воспитание культуры приема пищи.	
Сончас	Воспитание положительного отношения ко сну.	Формирование навыков личной гигиены.	Воспитание привычки к опрятности и чистоте.	
Полдник	Воспитание привычки следить за своим внешним видом.	Воспитание ответственного отношения к выполнению поручений.	Воспитание культуры поведения в ходе приема пищи.	
Вечер	<p>Воспитание любви и интереса к книге.</p> <p>Воспитание эмоционального отношения к литературным героям.</p> <p>Воспитания отзывчивости, сочувствия, доброты.</p> <p>Воспитание дружеских взаимоотношений в игре.</p> <p>Воспитание желания поддерживать в групповом помещении порядок.</p>	<p>Воспитание умения договариваться, распределять роли, играть дружно, выполняя установленные правила игры.</p> <p>Воспитание бережного отношения к окружающему миру.</p> <p>Воспитание умения справедливо оценивать свои поступки и поступки других детей.</p>	<p>Воспитание адекватных реакций на события окружающего и на доступные пониманию произведения искусства.</p> <p>Воспитание интереса к конструкторской деятельности и творчества в ней.</p> <p>Сенсорное воспитание.</p> <p>Воспитание самостоятельности в различных видах деятельности.</p>	
Ужин	Воспитание желания участвовать в трудовой деятельности.	Воспитание ответственного отношения к выполнению поручений.	Воспитание культурно-гигиенических навыков в процессе умывания.	

Прогулка	<p>Воспитание положительных нравственно-волевых качеств в ходе игр.</p> <p>Воспитание потребности в речевом общении с детьми и взрослыми.</p>	<p>Воспитание наблюдательности, интереса к окружающему миру</p> <p>Воспитание ценностного отношения к природе.</p>	<p>Воспитание умения самостоятельно организовывать разнообразные игры.</p>	
----------	---	--	--	--

Особые требования к условиям, обеспечивающим достижение планируемых личностных результатов в работе с особыми категориями детей

В дошкольном возрасте воспитание, образование и развитие – это единый процесс.

Инклюзия (дословно – «включение») – это готовность образовательной системы принять любого ребенка независимо от его индивидуальных особенностей (психофизиологических, социальных, психологических, этнокультурных, национальных, религиозных и др.) и обеспечить ему оптимальную социальную ситуацию развития.

Инклюзия является ценностной основой уклада ДОО и основанием для проектирования воспитывающих сред, деятельностей и событий.

На уровне уклада ДОО инклюзивное образование – это идеальная норма для воспитания, реализующая такие социокультурные ценности, как забота, принятие, взаимоуважение, взаимопомощь, совместность, сопричастность, социальная ответственность. Эти ценности должны разделяться всеми участниками образовательных отношений в ДОО.

На уровне воспитывающих сред:

- предметно-пространственная среда строится как максимально доступная для детей с ОВЗ;
- событийная среда ДОО обеспечивает возможность включения каждого ребенка в различные формы жизни детского сообщества;
- рукотворная среда обеспечивает возможность демонстрации уникальности достижений каждого ребенка.

На уровне общности: формируются условия освоения социальных ролей, ответственности и самостоятельности, сопричастности к реализации целей и смыслов сообщества, приобретается опыт развития отношений между детьми, родителями, воспитателями. Детская и детско-взрослая общность в инклюзивном образовании развивается на принципах заботы, взаимоуважения и сотрудничества в совместной деятельности.

На уровне деятельностей: педагогическое проектирование совместной деятельности в разновозрастных группах, в малых группах детей, в детско-родительских группах обеспечивает условия освоения доступных навыков, формирует опыт работы в команде, развивает активность и ответственность каждого ребенка в социальной ситуации его развития.

На уровне событий: проектирование педагогами ритмов жизни, праздников и общих дел с учетом специфики социальной и культурной ситуации развития каждого ребенка обеспечивает возможность участия каждого в жизни и событиях группы, формирует личностный опыт, развивает самооценку и уверенность ребенка в своих силах. Событийная организация должна обеспечить переживание ребенком опыта самостоятельности, счастья и свободы в коллективе детей и взрослых.

Основными принципами реализации Программы воспитания в ДОО, реализующих инклюзивное образование, являются:

- принцип полноценного проживания ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного возраста), обогащение (амплификация) детского развития;
- принцип построения воспитательной деятельности с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным субъектом воспитания;
- принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- принцип формирования и поддержки инициативы детей в различных видах детской деятельности;
- принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к воспитанию ребенка.

Задачами воспитания детей с ОВЗ в условиях ДОО являются:

- формирование общей культуры личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка;
- формирование доброжелательного отношения к детям с ОВЗ и их семьям со стороны всех участников образовательных отношений;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семье ребенка с особенностями в развитии и содействие повышению уровня педагогической компетентности родителей;
- налаживание эмоционально-положительного взаимодействия детей с окружающими, в целях их успешной адаптации и интеграции в общество;
- взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития детей с ОВЗ;
- охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества.

Кадровое обеспечение

Эффективность реализации Программы воспитания обеспечивается при наличии в ДОО профессиональных кадров и готовность педагогического коллектива к достижению целевых ориентиров Программы воспитания.

Перечень функциональных обязанностей должностей ДОО

по организации воспитательной работы

Наименование должности	Функционал, связанный с организацией и реализацией воспитательного процесса
Заведующий	<ul style="list-style-type: none"> – Создание системы воспитательной работы в ДОО – Осуществление контроля за разработкой и внедрением программы воспитания – Организация работы с родителями по вопросам воспитания детей в семье
Заместитель заведующего по учебно-методической работе	<ul style="list-style-type: none"> – Организация и координация разработки РПВ – Организация и координация воспитательной работы в ДОО – Определение круга полномочий и должностных обязанностей педагогических работников и персонала по воспитанию детей – Создание условий для повышения квалификации педагогических работников в вопросе воспитания детей – Создание, поддержание уклада, атмосферы и традиций жизни образовательной организации
Старший воспитатель	<ul style="list-style-type: none"> – Организационно-методическое обеспечение реализации современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы – Организационно-методическое обеспечение повышения квалификации педагогических работников по вопросу воспитания детей – Организационно-педагогическое обеспечение проектирования и реализации программ воспитания – Организационно-методическое обеспечение воспитательной деятельности
Воспитатель	<ul style="list-style-type: none"> – Регулирование поведения обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды – Реализация современных, в том числе интерактивных, форм и методов воспитательной работы – Постановка воспитательных целей, способствующих развитию обучающихся, независимо от их способностей и характера – Определение и принятие четких правил поведения обучающимися в соответствии с уставом образовательной организации и правилами внутреннего распорядка образовательной организации – Проектирование и реализация воспитательных программ – Реализация воспитательных возможностей различных видов деятельности ребенка (учебной, игровой, трудовой, спортивной, художественной и т.д.) – Проектирование ситуаций и событий, развивающих эмоционально-ценностную сферу ребенка (культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка) – Создание, поддержание уклада, атмосферы и традиций жизни образовательной организации – Развитие у детей познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у детей культуры здорового и безопасного образа жизни – Формирование толерантности и навыков поведения в изменяющейся поликультурной среде – Использование конструктивных воспитательных усилий

	родителей (законных представителей) обучающихся, помощь семье в решении вопросов воспитания ребенка
Младший воспитатель	<ul style="list-style-type: none"> – Оказание помощи детям в развитии навыков самообслуживания и гигиены – Участие в воспитательной работе на прогулках, занятиях и мероприятиях – Контроль поведения детей в ситуациях их взаимодействия с другими детьми с целью обеспечения их безопасности
Педагог-психолог	<p>- Диагностика личностных и эмоционально-волевых особенностей, препятствующие нормальному протеканию процесса воспитания</p> <ul style="list-style-type: none"> – Разработка психологических рекомендаций по соблюдению в образовательной организации психологических условий воспитания, необходимых для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе – Организация коррекционной воспитательной работы – Консультирование администрации ДОО, педагогов, родителей (законных представителей) по психологическим проблемам воспитания детей
Учитель-логопед	<ul style="list-style-type: none"> – Осуществление работы, направленной на максимальную коррекцию недостатков в развитии у воспитанников с ТНР – Проведение индивидуальных и групповых занятий с детьми – Организация консультативной помощи педагогам ДОО, родителям детей в определении причин нарушений речи и рекомендаций по их преодолению – Осуществление взаимодействия с педагогами по вопросам усвоения Программы – Организация открытых занятия для педагогов ДОО и родителей

1. Бадалян Л.О., Журба Л.Т., Тимонина О.В. Детские церебральные параличи. – Киев, 1988.
2. Данилова Л.А. Методы коррекции речевого и психического развития у детей с церебральным параличом. – М., 1977.
3. Данилова Л.А., Стока К., Казицына Г.Н. Особенности логопедической работы при детском церебральном параличе: Методические рекомендации для учителей и родителей. – СПб., 2000.
4. Ипполитова М.В., О детях с церебральным параличом// Дети с отклонениями в развитии: Метод. пособие/ Сост. Н.Д. Шматко.- М., 1997.
5. Ипполитова М.В., Бабенкова Р.Д., Мастюкова Е.М. Воспитание детей с церебральным параличом в семье: Книга для родителей/ 2-е изд., перераб. и доп. - М., 1993
6. Калижнюк Э.С. Психические нарушения у детей с церебральным параличом в поздней резидуальной стадии// Медицинская реабилитация и социальная адаптация больных с детским церебральным параличом: Руков. Для врачей.-Ташкент, 1979.
7. Коноваленко С.В. Особенности конструктивной деятельности дошкольников с церебральными параличами: Монография. – М., 2006.
8. Кононова Н.Г. Коррекция нарушенных функций у детей с церебральным параличом средствами музыки: пособие для учителя-дефектолога. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2008.
9. Левченко И.Ю. Особенности психического развития больных с ДЦП в детском и подростковом возрасте// Медико-социальная реабилитация больных и инвалидов вследствие детского церебрального паралича: Сб. науч. Тр. – М., 1991.
10. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. – М., Академия. 2001.
11. Левченко И.Ю., Ткачева В.В., Приходько О.Г., Гусейнова А.А. Детский церебральный паралич. Дошкольный возраст: Метод. пос. – М.: Образование Плюс, 2008.
12. Левченко И.Ю., Ткачева В.В., Приходько О.Г., Гусейнова А.А. Детский церебральный паралич. Коррекционно-развивающая работа с дошкольниками. – М., 2008.
13. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Гусейнова А.А. Интеграция дошкольников с нарушениями двигательного развития в образовательной организации. – М., ООО «Национальный книжный центр», 2016.
14. Мастюкова Е.М. Речевые нарушения. Психические нарушения// Детские церебральные параличи. - Киев, 1988.
15. Мастюкова Е.М. Физическое воспитание детей с церебральным параличом: Младенческий, ранний и дошкольный возраст. - М., 1991.
16. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст): Советы педагогам и родителям пол подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии. - М., 1997.
17. Мастюкова Е.М. Ипполитова М.В., Нарушение речи у детей с церебральным параличом: Книга для логопеда. – М., 1985.
18. Обучение и коррекция развития дошкольников с нарушениями движений: Метод. пособие. Сост. И.А. Смирнова / Под ред. Л.М. Шипицыной. – СПб., 1995.
19. Приходько О.Г. Логопедический массаж при коррекции дизартрических

нарушений речи у детей раннего и дошкольного возраста. – СПб.: КАРО, 2008.

20. Приходько О.Г. Ранняя помощь детям с двигательной патологией в первые годы жизни: Методическое пособие. – СПб.: КАРО, 2006.

21. Приходько О.Г. Ранняя помощь детям с церебральным параличом в системе комплексной реабилитации: Монография. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2008.

22. Приходько О.Г., Моисеева Т.Ю. Дети с двигательными нарушениями: коррекционная работа на первом году жизни. Методическое пособие. –М.: Полиграф Сервис, 2003.

23. Программа воспитания и обучения дошкольников с церебральным параличом (проект) / Сост. Н.В. Симонова. –М. 1987.

24. Серганова Т.И. Как победить детский церебральный паралич: разумом специалиста, сердцем матери. – СПб., 1995.

25. Смирнова И.А. Логопедическая диагностика, коррекция и профилактика нарушений речи у дошкольников с ДЦП. Алалия, дизартрия, ОНР: Учеб-метод. пособие для логопедов и дефектологов. - СПб., 2007.

26. Смирнова И.А. Специальное образование дошкольников с детским церебральным параличом. - СПб., 2003.

27. Титова О.В. Справа-слева. Формирование пространственных представлений у детей с ДЦП. - М., Гном и Д 2004.

28. Ткачева В.В. Работа психолога с матерями, воспитывающими детей с тяжелыми двигательными нарушениями // Дефектология. - 2005. - № 1.

29. Шипицына Л.М., Мамайчук И.И. Детский церебральный паралич. - СПб., 2001.

30. Журавлева А.И., Граевская Н.Д. Спортивная медицина и лечебная физкультура: Руководство для врачей. М.: Медицина, 1993.

31. Лечебная физическая культура в детской ортопедической клинике /под общ. ред. д.м.н. проф. А.Б.Гандельсмана. Л.: Медгиз, 1961.

32. Милюкова И.В., Евдокимова Т.А. Лечебная физкультура: Новейший справочник. СПб.: Сова; М.: Изд-во Эксмо, 2004.

33. Потапчук А.А., Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. СПб.: Речь, 2001.

34. Справочник по детской лечебной физкультуре / Под. ред.к. м. н. М.И.Фонарева. Л.: Медицина, 1993.

35. Учебник инструктора по лечебной физической культуре / Под. общ. ред. проф. В.П. Правосудова. М.: Физкультура и спорт, 1980.

36. Чудимов В.Ф. Азбука ортопедии. Барнаул, 2003.

37. Юмашев Г.С. Травматология и ортопедия. М.: Медицина, 1977.