Программа по адаптивной физической культуре для детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях реализации ФГОС.

1. ***целевой раздел***

1.1 Пояснительная записка

Адаптивная физическая культура - это социальный феномен, целью которого является социализация людей с ограниченными возможностями посредством физических упражнений и физических процедур. Содержание такой физкультуры направлено на активизацию, поддержку и восстановление жизненных сил, повышение жизненных сил через удовольствие и психологический комфорт. Это обеспечивается полной свободой выбора форм, методов и средств занятий.

Физические нагрузки, оказывая особое стимулирующее воздействие на организм, могут обеспечить его полноценную деятельность. Во время выполнения физических упражнений значительно повышается уровень возбуждения двигательных зон центральной нервной системы. Возникающие в них очаги возбуждения способствует угасанию тех механизмов, которые являются причиной патологического процесса. Иначе говоря, болезненный очаг как бы блокируется, и нарушенные функции в результате постепенно нормализуются.

Работа мышц способствует улучшению обменных процессов, деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышению защитных реакций.

Регулярные занятия физическими упражнениями в комплексе помогут нормализации патологических процессов.

Данную адаптированную программу можно использовать для составления индивидуальной образовательной программы для ребёнка-инвалида.

Адаптированная программа в области физического развития предусматривает постепенное развитие двигательных навыков с учётом состояния здоровья и возрастных периодов развития детей.

При составлении адаптированной программы в области физическое развитие учитываются рекомендации специалистов.

Адаптированная образовательная программа рассчитана на детей дошкольного возраста (3-7 лет).

Занятия проводятся три раза в неделю. В спортивном зале МАДОУ детского сада комбинированного вида № 31 “Золотой ключик” - два занятия в неделю и одно занятие на улице.

1. Нормативные документы, регламентирующие деятельность программы.
* «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных учреждений. СанПиН 2.4.1.3049-13 (Постановление от 15 мая 2013 г.№ 26 об утверждении СанПин 2.4.1.3049­13)

- Приказ Минобрнауки РФ от 17.10.2013 г. N 1155 «Об утверждении ФГОС дошкольного образования»

* Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013г. от №1014

-ФЗ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

-Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»,

-ФЗ от 24.11.1995г. № 181-ФЗ «О Социальной защите инвалидов в Российской Федерации»

-Статья 2. Законодательство Российской Федерации о социальной защите инвалидов.

-ФЗ от 23.10.2003 г. № 132-ФЗ. «Реабилитация инвалидов».

-ФЗ от 08.08.2001г. № 123-ФЗ. «Обеспечение жизнедеятельности инвалидов»

-Федеральный закон от 03.05.2012 №46- ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов».

-Указ Президента РФ от 01.06.2012 № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы».

-Постановление Правительства РФ от 07.02.2011 № 61 «О федеральной целевой программе развития образования на 2011-2015 годы».

* «Закон № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» .
* Приказа Минздравсоцразвития РФ от 04.08.2008 № 379н «Об утверждении форм индивидуальной программы реабилитации инвалида, индивидуальной программы реабилитации ребенка-инвалида, выдаваемых федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы, порядка их разработки и реализации».
* Письмо МО РФ N АФ-150/06 от 18 апреля 2008 г. «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»
1. Цели и задачи Программы

Цель: получение ребёнком с ОВЗ (по основному заболеванию) комплексной помощи специалиста по физической культуре в ДОУ, направленной на индивидуальное развитие и успешной адаптации, реабилитации ребёнка в обществе.

Задачи.

1. Создание комфортной среды на занятиях по физической культуре для развития детей и компенсация имеющихся недостатков.
2. Формирования у детей двигательных навыков, улучшение координации движений, увеличение силы и выносливости мышц.
3. Развитие и совершенствование коммуникативных функций, эмоционально -волевой регуляции и поведения.
4. Оказание консультативной и методической помощи родителям.
5. Планируемые результаты освоения Программы
* у детей развито правильное отношение к здоровому образу жизни;
* сформированы нравственные ценности: доброты, милосердия, отзывчивости, дружбы;
* сформированы у детей навыки самостоятельной деятельности.
* обеспечен оптимальный двигательный режим и созданы условия для физического развития ребенка-инвалида.
* обогащена предметно-развивающая среда ДОУ и укреплена материально-техническая база.
1. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности по программе.

Определение освоения основных видов движения для оценки развития ребёнка с ОВЗ (по основному заболеванию) и его функциональных возможностей. В результате изучения возможностей детского организма разработаны критерии по освоению ребёнком основных видов движений.

*Вторая младшая группа (3-4 года).*

* умеет ходить сохраняя заданное направление;
* умеет бегать, сохраняя равновесие, изменяя направление, в соответствии с указаниями инструктора по ФК;
* сохраняет равновесие при ходьбе по ограниченной плоскости, при перешагивании через предметы;
* может ползать на четвереньках;
* может катать мяч в заданном направлении, бросать мяч двумя руками от груди, из-за головы; метать предметы правой, левой рукой;

*Средняя группа (4-5 лет).*

* может метать предметы разными способами правой и левой рукой;
* отбивает мяч об пол;
* может ловить мяч;
* ориентируется в пространстве, находит правую и левую сторону;

*Старшая группа (5-6 лет).*

* выполняет ходьбу и бег сохраняя правильную осанку, направление и темп;
* умеет лазить по гимнастической стенке;
* может прыгать на мягкое покрытие, прыгать в обозначенное место;
* умеет метать предметы правой и левой рукой в вертикальную и горизонтальную цель;

*Подготовительная группа (6-7 лет).*

* старается выполнять правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье);
* бросать предметы в цель из разных исходных положений, попадать в вертикальную и горизонтальную цель;

Выполнение упражнений детьми оценивалось по трехбалльной шкале.

1. балл - ребенку требуется постоянная помощь инструктора. Движения не точные, не координированные. Тяжело переключается с одного движения на другое. Активность ребенка низкая.
2. балла - ребенку требуется помощь инструктора в исключительных случаях. Движения более точные, более координированы. Движения ребенка активнее. Активность ребёнка средняя.
3. балла - ребенку не требуется помощь инструктора. Движения точные, координированы. Переключаемость движений высокая. Ребенок активен.
4. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ
	1. Содержание образовательной деятельности.

Программа предполагает комплексный подход на уровне индивидуального сопровождения детей с ОВЗ (по основному заболеванию) с учётом показаний к проведению реабилитационных мероприятий по работе с детьми.

Основой профилактики и коррекции соматических заболеваний является общая тренировка ослабленного организма. Она проходит на фоне организованного оздоровительного двигательного режима. Этому способствует отработанный комплекс оздоровительных мероприятий в режиме дня, который предусматривает разнообразные виды общеукрепляющих и специальных мероприятий: витаминотерапия, фитотерапия, различные гимнастики, самомассаж, релаксация и др.

Дети, имеющие 2,3 и 4 группу здоровья, относятся к ослабленной группе.

В рамках всех разделов физического воспитания в детском саду, дети с ОВЗ (по основному заболеванию) получают более низкую физическую нагрузку. Для этого педагоги при проведении физкультурных занятий, утренней гимнастики, подвижных игр, спортивных упражнений уменьшают число повторений каждого упражнения.

* 1. Формы и методы взаимодействия взрослых с детьми.

Методы организации занятий: индивидуальный, индивидуальный подход в групповом режиме.

Формы организации занятий: является система определённых физических упражнений. Это лечебная гимнастика, самостоятельные занятия по рекомендации врача и специалистов по физической культуре, дозированная ходьба.

Каждое занятие строится по определённому плану и состоит из трёх частей: подготовительной, основной, заключительной.

* 1. Особенности организации образовательного процесса.

Продолжительность занятий:

* не более 15 минут-для детей второй младшей группы (3 -4 года),
* не более 20 минут-для детей средней группы (4-5 лет),
* не более 25-30 минут-для детей старшей и подготовительной групп (5-7 лет).

Структура проведения занятий в спортивном зале.

Подготовительная часть предусматривает подготовку к выполнению основных видов движения и специальных упражнений, постепенно включает в нагрузку. Длительность части 10-20% времени занятия.

В основной части занятия применяются специальные упражнения в чередовании с общеукрепляющими. Длительность основной части 60-80% от всего времени занятия.

В заключительной части нагрузку постепенно снижают. Физическую нагрузку контролируют и регулируют, наблюдая за ответными реакциями организма.

2.3. Взаимодействие ДОУ с семьями детей.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование мероприятий | Дата | Ответственный |
| 1. | Обследование условий жизни семей с детьми с ОВЗ. | сентябрь | Воспитатели группы |
| 3. | Консультация для родителей «Адаптация детей с ОВЗ вДОУ». | сентябрь | Зам. заведующей |
| 4. | Консультация для родителей-дыхательная гимнастика по А.Стрельниковой. | В течении года по плану | старшая медсестра Воспитатели группы |
| 5. | Проведение с семьями комплексов упражнений на тренажерах, фитболах, массажных и сенсорных ковриках. | В течение года | Старшая медсестра, инструктор по физической культуре |
| 6. | Участие семей, имеющих детей с ОВЗ, в работе круглых столов, семинаров. | По плану | Заведующая |
| 7. | Консультация с родителями на тему: «Совместная д еятельность детского сада и семьи по оздоровлению детей». | октябрь | старшая медсестра |
| 8. | Проведение индивидуальных занятий по Формированию коммуникативных навыков с детьми с ОВЗ, испытывающими трудности в общении. | По плану | Воспитатели группы |
| 10. | Участие детей с ОВЗ вутренниках, праздниках, театрализованных представлениях, физкультурных праздниках, Днях здоровья, проводимых в детском саду | По плану | Воспитатели группы |
| 13. | Проведение подвижных игр малой и средней подвижности. | В течение года | Воспитатели группы |
| 14. | Консультация для родителей «Подвижные игры вкоррекционной педагогике». | март | Воспитатели группы |
| 15. | Родительское собрание.Тема: «Обучениеи воспитание детей с особенностями в развитии». | май | Заведующая |