

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 38» г. Лысьва, Пермский край

РАССМОТРЕНА  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1  
От «29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНА  
с учетом мнения Совета родителей  
МБДОУ «Детский сад № 38»  
Протокол № 1 от 28.08.2024 г.



**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ»**

**Возрастной состав: 5-7 лет**

**Продолжительность образовательного процесса – 8 месяцев**

**Разработчик программы:**  
Котова И.В., инструктор по физической культуре

г. Лысьва, 2024 г.

## Содержание программы

<b>1.</b>	Комплекс основных характеристик АДОП	3
	1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы)	3
	1.2. Цель и задачи программы	7
	1.3. Содержание программы	7
	1.4. Планируемые результаты	9
<b>2.</b>	Комплекс организационно – педагогических условий	9
	2.1. Календарно – тематический план	9
	2.2. Условия реализации программы	14
	2.3. Формы аттестации в дополнительном образовании	14
	2.4. Методические материалы	17
<b>3.</b>	Список литературы	17

## 1. Комплекс основных характеристик АДОП

### 1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы)

Программа по дополнительному образованию сенсорная интеграция «Здоровый малыш» предназначена для работы, старшего дошкольного возраста. Направленность данной программы – физкультурно – спортивная.

**Актуальность программы:** Познание окружающего мира начинается с ощущений и восприятия. Чем богаче и шире ощущения, тем многограннее будут полученные ребенком сведения об окружающем мире. Успешность умственного, речевого и физического развития в значительной степени зависит от уровня сенсорного развития детей, то есть от того, насколько совершенно ребенок слышит, видит, осязает окружающее. Сенсомоторное развитие обеспечивает эффективные реакции тела и перцепцию, формирует мысли и эмоции, способствует сортировке, упорядочиванию сенсорных сигналов, формируя тем самым мозговую функцию. Сенсорная интеграция является самой важной частью работы сенсорной системы. Она является бессознательным процессом, происходящим в головном мозге и организует информацию, полученную с помощью органов чувств (вкус, вид, звуки, запах, движение, воздействие силы тяжести и положение в пространстве). Нарушения обработки и интеграции сенсорных сигналов влияют на такие важнейшие сферы жизни ребенка, как эмоции, игра, социальное взаимодействие, регуляция поведения, обучение, освоение двигательных навыков.

Функции, связанные с сенсорной интеграцией, развиваются в естественном порядке, и у всех детей их развитие идет в определенной последовательности. Одни дети развиваются быстрее, другие медленнее, однако все идут по одному и тому же пути. Значительные отклонения от обычной последовательности в развитии сенсорной интеграции позднее приводят к появлению проблем в других сферах жизни.

Знание о данном подходе помогает увидеть связь процессов обработки сенсорной информации с поведением и обучением ребенка, увидеть, что многие поведенческие трудности, проблемы в обучении и многое другое - в большинстве случаев не результат плохого воспитания или лени ребенка, а реальные проблемы, требующие пристального внимания. Несмотря на то, что все дети рождаются со способностью к интеграции, им все равно приходится развивать её по-разному взаимодействуя с окружающим миром. Основой сенсорной интеграции является самовосприятие: ощущение от прикосновения, ощущение положения тела в пространстве, ощущение внутренних органов ощущение от мышц и суставов (проприоцепция),

движение и равновесия (вестибулярная система). В основе самовосприятия лежат органы чувств (зрение, слух, тактильные ощущения, обоняние и вкус).

Вершиной системы сенсорной интеграции являются развитая эмоциональная сфера, высшие психические функции и речь.

Дисфункция сенсорной интеграции – это состояние, когда головной мозг не способен воспринимать информацию одновременно от нескольких сенсорных систем. Можно выделить три типа дисфункции сенсорной интеграции: повышенная чувствительность, пониженная чувствительность, сенсорный поиск (например, у аутистов).

Выделяют состояния, сопряженные с нарушением сенсорной интеграции: задержка психического развития; трудности в обучении; аутизм; страхи, беспокойства, тревога; сложности социальной адаптации; неврозы, вестибулярные нарушения; одаренность; СДВГ; депрессия.

### **Отличительные особенности программы:**

Дети ОВЗ испытывают дефицит мультисенсорного взаимодействия: зрительного, слухового, вестибулярного и проприоцептивного (восприятие своего тела) – т.е. у них нарушено чувство равновесия, искажено восприятие направления движений, нарушена пространственная ориентация.

В связи с двигательной недостаточностью у детей ограничена предметно – манипулятивная деятельность, затруднено восприятие предметов на ощупь. В сочетании с недоразвитием зрительно – моторной координации, все это препятствует формированию полноценного предметно восприятия и познавательной деятельности ребенка, что является важным для детей с ОВЗ.

### ***«Клинико-психолого-педагогическая характеристика детей дошкольного возраста с тяжелыми нарушениями речи (ТНР)»***

Дети с тяжелыми нарушениями речи – это особая категория детей с нарушениями всех компонентов речи при сохранном слухе и первично сохранном интеллекте. К группе детей с тяжелыми нарушениями речи относятся дети с фонетико-фонематическим недоразвитием речи при дислалии, ринолалии, легкой степени дизартрии; с общим недоразвитием речи всех уровней речевого развития при дизартрии, ринолалии, алалии и т.д., у которых имеются нарушения всех компонентов языка.

Активное усвоение фонетико-фонематических, лексических и грамматических закономерностей начинается у детей в 1,5-3 года и, в основном, заканчивается в дошкольном детстве. Речь ребенка формируется под непосредственным влиянием речи окружающих его взрослых и в большой степени зависит от достаточной речевой практики, культуры речевого окружения, от воспитания и обучения.

Фонетико-фонематическое недоразвитие речи проявляется в нарушении звукопроизношения и фонематического слуха.

Общее недоразвитие речи проявляется в нарушении различных

компонентов речи: звукопроизношения фонематического слуха, лексико-грамматического строя разной степени выраженности. Речь ребёнка оценивается по четырем уровням развития речи.

На I уровне речевого развития у ребёнка наблюдается полное отсутствие или резкое ограничение словесных средств общения. Словарный запас состоит из отдельных лепетных слов, звуковых или звукоподражательных комплексов, сопровождающихся жестами и мимикой;

на II уровне речевого развития в речи ребенка присутствует короткая аграмматичная фраза, словарь состоит из слов простой слоговой структуры (чаще существительные, глаголы, качественные прилагательные), но, наряду с этим, произносительные возможности ребенка значительно отстают от возрастной нормы;

на III уровне речевого развития в речи ребенка появляется развернутая фразовая речь с выраженными элементами лексико-грамматического и фонетико-фонематического недоразвития;

на IV уровне речевого развития при наличии развернутой фразовой речи наблюдаются остаточные проявления недоразвития всех компонентов языковой системы.

Заикание - нарушение темпо-ритмической организации речи, обусловленное судорожным состоянием мышц речевого аппарата.

Таким образом, ГНР выявляется у детей дошкольного возраста со следующими речевыми нарушениями – дислалия, ринолалия, дизартрия, алалия, детская афазия, неврозоподобное заикание (по клинико-педагогической классификации речевых нарушений).

### ***Психологические особенности детей дошкольного возраста с задержкой психического развития***

-Недостаточная познавательная активность нередко в сочетании с быстрой утомляемостью и истощаемостью.

-Отставание в развитии психомоторных функций, недостатки общей и мелкой моторики, координационных способностей, чувства ритма.

-Недостаточность объема, обобщенности, предметности и целостности восприятия.

-Более низкая способность, по сравнению с нормально развивающимися детьми того же возраста, к приему и переработке перцептивной информации.

-Эмоционально-волевая незрелость.

-Снижение познавательной активности.

- Слабость произвольной регуляции поведения.

- Недоразвитие и качественное своеобразие игровой деятельности.

- Незрелость мыслительных операций:

Трудности при выделении общих, существенных признаков в группе предметов, абстрагировании от несущественных признаков,

-при переключении с одного основания классификации на другой,

-при обобщении,

- в установлении причинно-следственных связей и отношений,

- в усвоении обобщающих понятий.

-Необходимость большего, чем в норме, количества времени для приема и переработки информации.

-Несформированность антиципирующего анализа выражается в неумении предвидеть результаты действий как своих, так и чужих, особенно если при этом задача требует выявления причинно-следственных связей и построения на этой основе программы событий.

Внимание: неустойчивое, трудности концентрации и распределение, сужение объема.

Задерживается формирование такого интегративного качества, как саморегуляция, что негативно сказывается на успешности ребенка при освоении образовательной программы.

#### Эмоциональная сфера дошкольников с ЗПР

Незрелость эмоционально-волевой сферы и коммуникативной деятельности отрицательно влияет на поведение и межличностное взаимодействие дошкольников с ЗПР. Дети не всегда соблюдают дистанцию со взрослыми, могут вести себя навязчиво, бесцеремонно, или, наоборот, отказываются от контакта и сотрудничества.

#### Задержка в развитии и своеобразии игровой деятельности.

- снижена игровая мотивация,  
- с трудом формируется игровой замысел,  
- сюжеты игр бедные, примитивные,  
- ролевое поведение неустойчивое,  
- возможны соскальзывания на стереотипные действия с игровым материалом.

- содержательная сторона игры обеднена из-за недостаточности знаний и представлений об окружающем мире.

- Игра не развита как совместная деятельность, дети не умеют строить коллективную игру, почти не пользуются ролевой речью.

- реже используют предметы-заместители, почти не проявляют творчества,

-чаще предпочитают подвижные игры, свойственные младшему возрасту, при этом затрудняются в соблюдении правил.

#### Особенности речевого развития детей с ЗПР:

- отставание в овладении речью как средством общения и всеми компонентами языка;

- низкая речевая активность;

- бедность, недифференцированность словаря;

- выраженные недостатки грамматического строя речи: словообразования, словоизменения, синтаксической системы языка;

- слабость словесной регуляции действий, трудности вербализации и словесного отчета;

- задержка в развитии фразовой речи, неполноценность развернутых речевых высказываний;

- недостаточный уровень ориентировки в языковой действительности, трудности в осознании звуко-слогового строения слова, состава предложения;
- недостатки устной речи и несформированность функционального базиса письменной речи обуславливают особые проблемы при овладении грамотой;
- недостатки семантической стороны, которые проявляются в трудностях понимания значения слова, логико-грамматических конструкций, скрытого смысла текста.

**Адрес программы:** возраст детей, участвующих в реализации данной адаптированной программы

**Объем программы:** программа рассчитана на 26 занятий. Программа реализуется во вторую половину дня 1 раз в неделю (среда). Продолжительность занятий по 30 минут. Занятия проводятся в спортивном зале. Продолжительность занятий может сокращаться в зависимости от индивидуальных особенностей.

**Формы обучения:** очная, подгрупповая, индивидуальная.

**Методы обучения:** словесная, наглядная, показ.

**Тип занятия:** тренировочный.

**Формы проведения занятий:** открытое занятие.

**Срок освоения программы:** программа рассчитана на 1 год реализации.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** осуществление коррекции нарушений сенсорной интеграции детей с ОВЗ.

**Задачи программы:**

1. Развивать осознание ребенком положения собственного тела в пространстве;
2. Развивать и совершенствовать у детей все виды восприятия;
3. Развивать осязательное восприятие, а именно тактильные и кинестетические ощущения, мелкую и крупную моторику детей.

## 1.3. Содержание программы

Учебный план (дети 5 - 6 лет)

№ п/п	Наименование разделов	Кол – во часов	В том числе		Форма контроля
			Теор.	Прак.	
1.	Диагностика	1	0,5	0,5	Наблюдение Анализ Аналитическая справка
2.	Коррекционный	4		4,0	Наблюдение

	раздел (развитие баланса и координации. Эмоциональное восприятие)				
<b>3.</b>	Коррекционный раздел (развитие баланса и координации, слухового восприятия. Эмоциональное восприятие)	4		4,0	Наблюдение
<b>4.</b>	Коррекционный раздел (развитие баланса и координации, памяти и внимания. Эмоциональное восприятие)	4		4,0	Наблюдение
<b>5.</b>	Коррекционный раздел (развитие баланса и координации, зрительного восприятия. Эмоциональное восприятие)	4		4,0	Наблюдение
<b>6.</b>	Коррекционный раздел (развитие баланса и координации, тактильных ощущений. Эмоциональное восприятие)	4		4,0	Наблюдение
<b>7.</b>	Коррекционный раздел (развитие баланса и	4		4,0	Наблюдение



	координации. Эмоциональное восприятие)				
8.	Диагностика	1	0,5	0,5	Наблюдение Анализ Аналитическая справка
	<b>Итого</b>	26 часов	1	25	

#### 1.4. Планируемые результаты

Результатами освоения программы являются преодоление нарушений сенсорной интеграции, а именно:

- осознание своего тела в пространстве;
- улучшение двигательной координации, моторных навыков;
- активизация сенсорной активности (зрительное, слуховое, тактильно - кинестетическое восприятие);
- снижение уровня двигательного беспокойства;
- повышение уровня произвольности и мотивации к деятельности.

## 2. Комплекс организационно – педагогических условий

### 2.1. Календарно – тематический план работы для детей 5 – 7 лет с 02.10.2024 по 30.04.2025 год

№	Дата	Раздел программы	Содержание программы	теория	практика
1.	02.10.2024	«Давайте познакомимся»	Первичная диагностика.	0,5	0,5
2.	09.10.2024	«Здравствуй волшебный зал»	Развитие баланса и координация на отдельных тренажерах.	0,5	0,5
3.	16.10.2024	«На опушке звери собрались»	Развитие баланса и координация на отдельных тренажерах. Развитие воображения.		1
4.	23.10.2024	«Сенсорная тропа»	Развитие баланса и координация на		1

			отдельных тренажерах. Развитие памяти и внимания.		
5.	06.11.2024	«Путешествие» (осенний лес)	Развитие баланса и координация на отдельных тренажерах. Проверка закрепление приобретенных навыков во время занятий.		1
6.	13.11.2024	«Путешествие по лесу» (осенний лес)	Развитие слухового восприятия, решение логических задач в соответствии с тематикой осеннего леса, регуляция режимов активности и отдыха.		1
7.	20.11.2024	«Путешествие по лесу» (новые тропинки)	Развитие слухового восприятия, пополнение активного словаря в соответствии с осенней тематикой.		1
8.	27.11.2024	«Путешествие по лесу» (неведомые дорожки)	Развитие слухового восприятия, пополнение активного словаря в соответствии с осенней тематикой. Освоение приемов коммуникации и пространств		1

			продуктивного взаимодействия с детьми и взрослыми.		
9.	04.12.2024	«В гостях у лесных зверят»	Формирование полученных навыков. Снятие эмоционального напряжения, регуляция режимов активности и отдыха.		1
10.	11.12.2024	«Удивительный знакомый мир»	Развитие ловкости занятия на группе тренажеров.		1
11.	18.12.2024	«Волшебный мостик» (зимний лес)	Развитие речи, внимания, памяти. Развитие ловкости занятия на группе тренажеров. Расширение словарного запаса о зиме.		1
12.	15.01.2025	Школа тетушки Совы (новогоднее волшебство)	Формирование полученных навыков. Снятие эмоционального напряжения, регуляция режимов активности и отдыха. Эмоциональная саморегуляция.		1
13.	22.01.2025	«Моя сказка»	Работа над реакциями, связанными с положением и		1

			сохранение тела в пространстве.		
14.	29.01.2025	«В сказочном лесу»	Работа над реакциями, связанными с положением и сохранение тела в пространстве.		1
15.	05.02.2025	«В сказочном лесу» (придумай сам маршрут выхода из леса)	Формирование полученных навыков. Снятие эмоционального напряжения, регуляция режимов активности и отдыха.		1
16.	12.02.2025	«В сказочном лесу» (Зимушка – зима)	Развитие вестибулярного восприятия, кинестетического восприятия. Развитие самостоятельности, развитие ловкости.		1
17.	19.02.2025	«Зимний лес» (злой мороз)	Развитие вестибулярного восприятия, кинестетического восприятия. Развитие самостоятельности, развитие ловкости.		1
18.	26.02.2025	«Волшебный лес» (скоро весна, но мороз не уходит)	Развитие вестибулярного восприятия, кинестетического восприятия. Развитие		1

			самостоятельности, развитие ловкости.		
19.	05.03.2025	«Волшебный лес» (волшебная прогулка с поиском предметов)	Развитие вестибулярного восприятия, кинестетического восприятия. Развитие самостоятельности, развитие ловкости.		1
20.	12.03.2025	«Сказка по лесу»	Формирование полученных навыков. Снятие эмоционального напряжения, регуляция режимов активности и отдыха.		1
21.	19.03.2025	«Прогулка по лесу»	Развитие речи, внимания, памяти. Развитие ловкости занятия на группе тренажеров. Расширение словарного запаса о весне.		1
22.	26.03.2025	«В лесу у медвежонка» (кто просыпается?)	Развитие баланса и координация на отдельных тренажерах. Развитие памяти и внимания.		1
23.	02.04.2025	«Весенний лес» (Первые лучики солнца)	Развитие вестибулярного восприятия, кинестетического восприятия. Развитие		1

			самостоятельности, развитие ловкости.		
24.	09.04.2025	«Прощание с лесом» (мы возвращаемся из леса)	Формирование полученных навыков. Снятие эмоционального напряжения, регуляция режимов активности и отдыха.		1
25.	16.04.2025	Готовимся в космонавты. Кто первый космонавт.	Развитие тактильных ощущений, внимания, пополнение активного словаря в соответствии с космической тематикой.		1
26.	23.04.2025	«Наши успехи»	Повторная диагностика.		1
26 занятий				1	25

**2.2. Условия реализации программы:** спортивный зал, музыкальная колонка, сенсорный – динамический зал «Дом Совы», сенсорная комната.

**2.3. Формы аттестации в дополнительном образовании:** открытое занятие  
Оценка психомоторного развития (диагностические задания Н. И. Озерецкого, М. О. Гуревича)

#### **Оценка одновременности движений**

- одновременно, вытянув две руки перед грудью, сжимать одну и разжимать другую.

#### **Оценка динамической координации верхних конечностей**

- бросить мяч в цель с закрытыми глазами. Отклонение направления движения мяча не должно быть при этом более 50 см.

#### **Оценка динамической координации нижних конечностей**

- преодолеть расстояние 5 м прыжками на одной ноге, продвигая перед собой носком ноги коробок спичек. Отклонение направления движения не должно быть при этом более 50 см.
- совершить прыжок на 360° с сомкнутыми ступнями и руками, расположенными на поясе, из исходного положения, без потери равновесия.

### **Оценка статического равновесия (по Н. А. Бернштейну)**

- сохранить равновесие в течение не менее 6-8 с (средний уровень, удовлетворительный результат) в позе "аист"
- стоя на одной ноге, другую согнуть в колене так, чтобы ступня касалась коленного сустава опорной ноги, руки на поясе. Бедро отведено кнаружи. Ребенок должен сохранять равновесие и не допускать дрожания конечностей.

### **Оценка быстроты движений при ведущей проприоцептивной афферентации**

- провести линии карандашом между линейками листа за 1 минуту;
- в спичечной коробке лежат по 12 белых и красных палочек. Их по команде выбрасывают на стол, затем 12 красных палочек раскладывают точно по чёрным линиям, начерченным на белом картоне.

### **Оценка мелкой моторики рук** выполнение поочередно каждой рукой следующих движений:

- вытянуть вперед второй и пятый пальцы ("коза"), второй и третий пальцы ("ножницы"), сделать "кольцо" из первого и каждого следующего пальца;
- координация движений обеих рук "кулак - ладонь": руки лежат на столе, причем одна кисть сжата в кулак, другая - с распрямленными пальцами. Одновременное изменение положения обеих кистей, распрямляя одну и сжимая другую.

### **Кинестетический праксис**

- Указательный палец вперёд, остальные пальцы сжаты в кулак;
- Мизинец вперёд, остальные - в кулак;
- Кольцо из пальцев рук: 1-2,1-3, 1-4,1-5.

### **Оральный праксис**

- Улыбка (растянуть губы в улыбке)
- Трубочка (сложить губы в "трубочку")
- Надувание щёк (глубоко вдохнуть воздух и задержать дыхание).

### **Оценка умения выполнять движения и владения частями тела**

- по показу - ребёнок выполняет движения, следуя за показом педагога;
- по сигналу - педагог показывает ряд движений, которые ребёнку необходимо повторить после окончания комплекса;
- придумай движение - ребёнку предлагается самому придумать ряд движений и показать их.

### **Оценка тактильных ощущений**

- узнавание знакомых предметов на ощупь (расческа, зубная щетка, ластик, ложка, ключ) правой и левой рукой попеременно;
- узнавание на ощупь объемных (шар, куб) и плоскостных (квадрат, треугольник, круг, прямоугольник) геометрических фигур.

### **ОЦЕНКА ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ:**

Оценку выполнения задания разработала сама. По 10-балльной шкале удобнее проследить динамику развития. Все данные заносятся в таблицу, которая строится сразу на период: учебный год. Обследование провожу дважды: в начале и в конце учебного года. **Выполнение любого задания оценивается 10 балльной шкале:**

**9-10 баллов-** Ребенок понимает словесную инструкцию взрослого с первого раза. Выполняет задание самостоятельно и правильно, полностью следуя инструкции. Не допускает при этом ошибки, проявляет заинтересованность в работе, которая сохраняется на протяжении времени выполнения задания. Правильно и полно объясняет задание.

**7-8 баллов-** Ребенок понимает словесную инструкцию взрослого. Выполняет задание самостоятельно и правильно, следуя инструкции. Правильно, но кратко объясняя его, допуская иногда незначительные ошибки. Допускается единичное повторение инструкции педагогом.

**5-6 баллов-** Ребенок самостоятельно выполняет только легкий вариант задания. Если имеются умеренные трудности, требуется помощь разного объема, при выполнении основного задания и комментировании действий;

**3-4 балла -** Словесную инструкцию ребёнок понимает только после многократных повторений. Задание выполняется с трудом при оказании помощи или наглядном показе. Ребёнок испытывает затруднения в комментарии своих действий.

**1-2 балла-** Словесную инструкцию ребёнок понимает с большим трудом, легче усваивает после наглядного показа на аналогичном материале. Задание



выполняется с большим количеством ошибок или учащийся совсем не справляется с заданием. Испытывает значительные затруднения или совсем не справляется в комментировании своих действий. Помощь взрослого используется редко или вообще не использует.

Коррекционные занятия проводятся со всеми учениками. Группы формируются относительно баллов, полученных за выполнение заданий, с учётом возможностей, имеющихся у данной категории детей.

#### **2.4. Методические материалы**

Созданная развивающая предметно-пространственная среда, позволяет обеспечить психологический комфорт для каждого ребенка, создать возможности для развития познавательных процессов, речи и эмоционально – волевой сферы. Предметно-пространственная среда создана педагогам для развития индивидуальности каждого ребенка с учетом его психических особенностей, возможностей, уровня активности и интересов, поддерживая формирование его индивидуальной траектории развития.

В зале имеется:

1. Координационная лестница.
2. Качели.
3. Дуги, тоннели для пролезания разной высоты, цвета.
4. Гимнастические скамейки.
5. Маты.
6. Массажные дорожки, су-джок, канат, шнуры, верёвки разной толщины.
7. Обручи, кубики, кегли, шарики, мячи.
8. Мишени, корзины разного размера.
9. Крупный мягкий конструктор.
10. Сенсорная коробка.
11. Коврики массажные.

#### **3. Список литературы**

1. Мамина Т., Юдина Е. Метод «Совопрактика» сенсорная интеграция. – СПб.: Нестор – История, 2020.
2. Айрес Э.Джин. Ребенок и сенсорная интеграция. - М.: Изд. Теревинф, 2012.
3. Анита Банди, Шелли Лейн, Элизабет Мюррей «Сенсорная интеграция» теория и практика.