

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим советом  
МАДОУ ЦРР- д/с № 123  
города Тюмени  
Протокол от 31.08.23 г. №1



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ ЦРР- д/с № 123  
города Тюмени  
М.О. Татунец  
08 \_\_\_\_\_ 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«Коррекционная гимнастика»  
ДЛЯ ДЕТЕЙ 5-7 лет**

Составитель:  
**Зырянова Лилия Николаевна**  
Инструктор по физической культуре  
Высшая категория

### Ключевые нормативные документы:

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года).

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.15 № 09-3242"

Приказ Министерства науки и образования России от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» "(Зарегистрировано в Минюсте России 18.09.2017 N 48226).

Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными 28.09.2020 г. № 28 (регистрационный номер 61573 от 18.12.2020 г.).

### **Пояснительная записка.**

Коррекция особенностей моторного развития у детей осуществляется путём специальных упражнений и общепринятых способов физического воспитания. Она направлена на нормализацию мышечного тонуса, исправление неправильных поз, развитие статической выносливости, упорядочение темпа движений, синхронного взаимодействия между движениями и речью, запоминание серии двигательных актов, воспитание быстроты реакции на словесные инструкции, развитие тонких двигательных координаций, необходимых для полноценного становления навыков письма.

В специальной логопедической группе особое внимание уделяется развитию мелкой моторики пальцев рук. Для этого подобраны специальные упражнения.

Дети с тяжёлыми нарушениями речи часто соматически ослаблены, физически невыносливы, быстро утомляются. Для детей с дизартрическими нарушениями речи характерна скованность, плохая переключаемость различных движений. Отрицательно сказывается на здоровье детей и то, что немало времени они проводят в сидячем положении. Поэтому многим из них в начале обучения непосильны требования, которые предъявляет программа по физическому воспитанию для детей с нормальным развитием. В связи с этим важно уделить серьёзное внимание тем видам работы, которые помогли бы детям закрепить моторные навыки, догнать своих сверстников по физическому развитию. Лучшее средство от гиподинамии – подвижная игра.

Игры с движениями необходимо сочетать с другими видами деятельности детей. Подвижная игра с её выраженным эмоциональным характером – одно из

самых любимых занятий дошкольников. И если она правильно подобрана педагогом с учётом возможностей ребёнка (как физических, так и речевых), то окажет неоценимую помощь в работе с детьми.

Возможно проведение подвижных бессюжетных игр, упражнений, игр с предметами (с мячом, бубном, прыгалками).

Эти игры дают возможность отработать с ребёнком наиболее простые движения (ходьба, бег, прыжки, ребёнок учиться целенаправленно катать мяч, ловить, бросать сначала большой мяч, потом маленький и т.п), и постепенно подготовить его к овладению более сложными, комбинированными движениями.

Подвижные игры, нормализуя моторную функцию ребёнка, помогают решить и ряд других коррекционно-воспитательных задач: повышают активность, развивают подражательность, формируют игровые навыки, совершенствуют компоненты речи, поощряют творческую активность детей.

У детей с тяжёлой речевой патологией недостаточно сформированы пространственные представления, с трудом формируются не только речевые, но и двигательные стереотипы. Всё это требует определённой специфики проведения подвижных игр.

Так, прежде чем педагог предложит детям подвижную игру или упражнение с предметом, он должен заблаговременно познакомить их с элементами игры, поупражнять в тех движениях, которые им трудны.

Исследования современной педагогической науки подтверждают необходимость своевременной коррекции речевых нарушений детей дошкольного и младшего школьного возраста, так как у детей с отклонениями в речевом развитии выявляются значительные трудности в овладении программным материалом при обучении в школе; речевые нарушения в той или иной степени препятствуют общению, создают трудности в социальной адаптации ребенка. Своевременно не осуществленная коррекционно – логопедическая помощь приводит к школьной дизадаптации, расстройствам в эмоциональной и личностной сфере, в дальнейшем возникает фактор социальной депривации.

Поэтому по запросу родителей или воспитателей детей, которые нуждаются в дополнительных занятиях с узким специалистом по исправлению фонетических дефектов речи, проводится диагностика речевых возможностей детей и набираются группы с целью компенсировать имеющиеся у детей дефекты речи.

Данная программа включает игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально – волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание), игры на координацию движений, музыкально-ритмические упражнения, дыхательные упражнения, эстафеты, упражнения в сохранении равновесия, речевые упражнения с одновременным выполнением действия.

Рассчитана программа на 32 учебных часа в год и предполагает равномерное распределение этих часов по неделям с целью проведение регулярных еженедельных дополнительных занятий с дошкольниками.

Режим занятий: занятия по данной программе проводятся по:

25 минут 1 раз в неделю для детей старшей группы

30 минут 1 раз в неделю для детей подготовительной группы

Программа рассчитана на детей 5 – 7 лет.  
Количество детей в группе-15 чел

## **Цель программы:**

- Коррекция моторного развития у детей с общим недоразвитием речи.

## **Задачи программы:**

- Развивать у детей специально подобранными упражнениями координацию движений, пространственные представления, чувство ритма.
- Укреплять мышечный тонус, статическую выносливость, формировать быстроту реакции на словесные инструкции.
- Подготовить детей к овладению более сложным, комбинированным движениями при помощи подвижных игр.
- Воспитывать у детей стремление осмысленно оздоравливать свой организм с помощью физических упражнений.
- Обеспечивать эмоциональное благополучие каждому ребенку, повышать двигательную активность детей.

## **Методы и приемы работы с детьми:**

- Упражнения с предметами и без предметов.
- Музыкально-ритмические упражнения
- Основные движения: различные виды ходьбы и бега, прыжки, лазание, упражнения в равновесии, метание.
- Эстафеты.
- Подвижные игры
- Малоподвижные игры на внимание
- Развивающие игры
- Психогимнастики
- Дыхательная гимнастика
- Речевые упражнения с одновременным выполнением действия.

## **Методические материалы и методическое обеспечение**

### **Занятия с обучающимися проходят:**

- Совмещённый музыкально - физкультурный зал.

### **Инвентарь:**

- Коврик для йоги, 180\*60\*1
- Коврик-пазл массажный, 8 шт.
- Мяч массажный 6.5 см
- Флажок на палочке

### **Кадровое обеспечение.**

**Зырянова Лилия Николаевна**

Образование - среднее специальное педагогическое

Педагогическое училище г. Тюмень

Диплом 1982 552909

Учитель физкультуры

Профессиональная переподготовка по программе «Педагогика дополнительного образования детей и взрослых» август 2021 года

Диплом 782413974710

Учебный план  
группы дополнительного образования по коррекционной гимнастике

1-й год обучения.

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Упражнять детей в координации движений. Развивающие игры упражнения с обручем, гимнастической палкой.	2		2	
2	Упражнять в сохранении равновесия. Спрыгивание с высоты. Ориентирование в пространстве.	2		2	
3.	Игры – упражнения развивающие чувство ритма. Координационные упражнения с мячом. Игры развивающие мелкую моторику.	2		2	
4.	Координационные упражнения на большом канате, с обручем. Развивающие игры с гимнастической палкой.	2		2	
5.	Игры на развитие пространственных представлений. Упражнения-игры на развитие мелкой моторики	2		2	
6.	Ориентировка в пространстве. Прыжковые упражнения развивающие координацию движений.	2		2	
7.	Упражнения для развития чувства ритма, координации движений (лабиринт из обручей). Упражнения на сохранение равновесия.	2		2	
8.	Передача мяча друг другу. Бросание мяча в горизонтальную цель (развитие пространственных представлений)	2		2	
9.	Общеразвивающие упражнения с кеглей для развития координации движения и мелкой моторики. Ориентировка в пространстве – строевые упражнения. Игровые упражнения для развития навыков сохранения равновесия.	2		2	

10.	Развитие быстроты реакции: игровые упражнения с большим и малым мячом.	2		2	
11.	Игры – упражнения с предметами (обручи, гимнастические палки, кубики) для развития пространственных представлений и координации движений.	2		2	
12.	Упражнения, игры, эстафеты для развития чувства ритма.	2		2	
13.	Ориентировка в пространстве. Прыжковые упражнения развивающие координацию движений.	2		2	
14.	Упражнения на сохранения равновесия. Логоритмика. Эстафеты на развитие ориентировки в пространстве.	2		2	
15.	Развивающие игры с малым мячом. Игры –упражнения на развитие чувства ритма.	1		1	
16.	Развитие чувства ритма (упражнение – прыжки через большую скакалку)	1			1
17.	Развитие пространственного представления (игровое упражнение «Следопыт»)	1			1
18.	Развитие координации движений (ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ)	1			1
	ВСЕГО:	32		29	3



Учебный план  
группы дополнительного образования по коррекционной гимнастике

2-й год обучения.

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Упражнять детей в координации движений. Развивающие игры упражнения с обручем, гимнастической палкой.	1		2	
2	Упражнять в сохранении равновесия. Спрыгивание с высоты. Ориентирование в пространстве.	2		2	
3.	Игры – упражнения развивающие чувство ритма. Координационные упражнения с мячом. Игры развивающие мелкую моторику.	1		2	
4.	Координационные упражнения на большом канате, с обручем. Развивающие игры с гимнастической палкой.	2		2	
5.	Игры на развитие пространственных представлений. Упражнения-игры на развитие мелкой моторики	2		2	
6.	Ориентировка в пространстве. Прыжковые упражнения развивающие координацию движений.	1		2	
7.	Упражнения для развития чувства ритма, координации движений (лабиринт из обручей). Упражнения на сохранение равновесия.	2		2	
8.	Передача мяча друг другу. Бросание мяча в горизонтальную цель (развитие пространственных представлений)	1		2	
9.	Общеразвивающие упражнения с кеглей для развития координации движения и мелкой моторики. Ориентировка в пространстве – строевые упражнения. Игровые упражнения для развития навыков сохранения равновесия.	2		2	

10.	Развитие быстроты реакции: игровые упражнения с большим и малым мячом.	2		2	
11.	Игры – упражнения с предметами (обручи, гимнастические палки, кубики) для развития пространственных представлений и координации движений.	2		2	
12.	Упражнения, игры, эстафеты для развития чувства ритма.	2		1	
13.	Ориентировка в пространстве. Прыжковые упражнения развивающие координацию движений.	2		2	
14.	Упражнения на сохранения равновесия. Логоритмика. Эстафеты на развитие ориентировки в пространстве.	2		2	
15.	Развивающие игры с малым мячом. Игры –упражнения на развитие чувства ритма.	2		1	
16.	Развитие чувства ритма (упражнение – прыжки через большую скакалку)	2			1
17.	Развитие пространственного представления (игровое упражнение «Следопыт»)	2			1
18.	Развитие координации движений (ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ)	2			2
	ВСЕГО:	32		28	4

	кол-во занятий в неделю	кол-во занятий в месяц	кол-во занятий в год	продолжительность занятий
первый год обучения	1	4	32	25 минут
второй год обучения	1	4	32	30 минут

### Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество учебных часов	Режим занятий
1-й год 5-6 лет	02.10.2023	31 мая 2024	32	25 мин. 1 раз в неделю.
2-й год 6-7 лет	02.10.2023	31 мая 2024	32	30 мин. 1 раз в неделю

### Ожидаемые результаты.

- Повышение уровня психофизического развития у детей с ОВЗ;
- Преодоление нарушений двигательных функций, имеющих у детей с ОВЗ;
- Стабилизация эмоционального фона у детей;
- Снижение заболеваемости;
- Потребность в ведении здорового образа жизни.
- Умение взаимодействовать в коллективе.

## Список литературы.

1. Александрова Е.Ю. Оздоровительная работа в ДОУ по программе «Остров здоровья». - Волгоград: Учитель, 2007.-151с.
2. Гаврилушкина О.П., Соколова Н.Д. Программа для специальных дошкольных учреждений. Воспитание и обучение умственно отсталых детей дошкольного возраста. - М.: Просвещение,1991.-с.15-41.
3. Зарин А.П. Ложко Е.Л. Музыка и движение в коррекционно –воспитательной работе в специальном детском саду для детей с нарушением интеллекта. - СПб, 1994.
3. Картушина М.Ю.Быть здоровыми хотим.- М.:ТЦ Сфера,2004.-384с.
4. Потапчук А.А. Овчинникова Т.С.. Двигательный игротренинг для дошкольников.- СПб.: Издательство «Речь»,2002.176с.
5. Страковская А.н. Подвижные игры в терапии больных и ослабленных детей.- М.:Медицина,1987.-240
6. Стрельникова А.Н. Дыхательная гимнастика.М:Метафора,2002.
7. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3-4 лет,5-7лет.-М.:Издательство ГНОМ и Д,2003.-104с.
8. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь.- СПб.: Лань,1996.-32с.
9. Чистякова М.И. Психогимнастика. -М.: Просвещение.М.,1990-с.3-11.
10. К.Н. Слюсарь Логоритмические занятия с детьми 3-5 лет.
11. Филиппова С.О. - Подготовка дошкольников к обучению письму. (Влияние специальных физических упражнений на эффективность формирования графических навыков.

**Протокол обследования детей занимающихся  
в кружке «Коррекционной гимнастики»**

\_\_\_\_\_  
Период отчётности

\_\_\_\_\_  
дата заполнения

Развитие координации движений (ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ)

№п/п	Фамилия имя ребёнка	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

**Протокол обследования детей занимающихся  
в кружке «Коррекционной гимнастики»**

\_\_\_\_\_  
Период отчётности

\_\_\_\_\_  
дата заполнения

Развитие пространственного представления  
(игровое упражнение «Следопыт»)

№п/п	Фамилия имя ребёнка	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1.				
2.				
3.				
4.				

**Протокол обследования детей занимающихся  
в кружке «Коррекционной гимнастики»**

\_\_\_\_\_  
Период отчётности

\_\_\_\_\_  
дата заполнения

Развитие чувства ритма  
(упражнение – прыжки через большую скакалку)

№п/п	Фамилия имя ребёнка	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1.				
2.				
3.				
4.				