

Управление образования администрации и молодежной политики г. Владимира
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение г. Владимира
«Детский сад № 48»

Согласовано:
Методический совет
от «__» _____ 2025г.
Протокол № _____

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 48
_____/Тимохина Е.В./
Приказ № _____
от «__» _____ 2025 г.

Принята на заседании Педагогического
совета
Протокол № _____
«__» _____ 2025г.

**Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа
«БОРД»**

Направленность – физкультурно-спортивная
Уровень сложности – стартовый
Возраст обучающихся: 5-6 лет с ТНР
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Осипова Елена Сергеевна,
Учитель-логопед
Консультант:
Долина Ольга Анатольевна
Старший воспитатель

г. Владимир, 2025

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы	6
1.3. Содержание программы	6
Учебно-тематический план	6
1.4. Планируемые образовательные результаты	17

Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график	18
2.2. Условия реализации программы	19
2.3. Формы аттестации	20
2.4. Список литературы	21

Приложения:

Карта диагностики координации движений и равновесия дошкольников ...	22
--	----

РАЗДЕЛ №1. КОМПЛЕКС ПОЛНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «БОРД» имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана в соответствии с:

- ФЗ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г».
- Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Письмом Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к образовательным программам дополнительного образования детей»;
- Письмом Министерства образования и науки РФ N 09-3242 от 18 ноября 2015 г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Минпросвещения России от 1.08.2019 № ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями;
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155);
- Комментариями к ФГОС дошкольного образования Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) № 08-249 от 28 февраля 2014 г.;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 марта 2016 г. № вк-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов. с учетом их особых образовательных потребностей»;
- СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным

общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" от 10 июля 2015 г. № 26 (с изменениями на 27 октября 2020 года);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций";

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»

- Приказом Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, приказ МОиН РФ № 1598, утвержден приказом МОиН РФ 19 декабря 2014 года

- Письмом Минобрнауки РФ от 18.04.2008 № АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;

– Письмом Минпросвещения России от 1.08.2019 № ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ»;

Концептуальная идея

Все направления коррекционно-развивающей деятельности с детьми с ОВЗ тесно взаимосвязаны и дополняют друг друга, что позволяет комплексно решать речевые задачи во всех формах ее организации. Основной формой работы является игровая деятельность как ведущий вид деятельности в дошкольном возрасте. Данная программа предусматривает не только специальные упражнения на сибирском борде, а также логоритмические упражнения, оптимальное сочетание которых в ходе занятий, позволит решать не только задачи по физическому воспитанию, но и развивать координацию движений и речь. У детей, занимающихся на сибирском борде повышаются адаптивные возможности организма благодаря регулярной направленной двигательной активности и положительным эмоциям (музыкальное сопровождение, стимул быть здоровым и бодрым). Такое всестороннее и комплексное воздействие на занимающихся, дает право считать балансборд не только увлекательной игрой, но и одним из действенных средств физического и интеллектуального воспитания дошкольников.

Новизна программы

Новизна заключается в развитии речевых способностей старших

дошкольников с ТНР путем использования сибирского борда в образовательной деятельности учителя-логопеда.

Занятия по данной программе способствуют максимально эффективному повышению уровня звукопроизношения, овладения структурой слова, расширения словарного запаса, развитию грамматического строя речи, коррекции миофункциональных нарушений. Данная программа позволяет оптимизировать коррекционно-развивающий процесс, сделать его интересным детям, тем самым повысить его результативность.

Актуальность программы.

За последние годы возросло количество детей с нарушениями крупной и мелкой моторики, неумением контролировать и чувствовать свое тело, с миофункциональными нарушениями которые возникли в силу различных причин. Сибирский борд - отличный помощник для развития координации движений и опорно - двигательного аппарата, мозжечковой стимуляции и фантазии. Упражнения на сибирском борде рассчитаны на вовлечение в работу всех систем организма, включая психологическую систему. Сочетание динамических и статических упражнений наиболее соответствует природе опорно - двигательного аппарата и является лучшим методом развития выносливости, активности, координации движений и коррекции миофункциональных нарушений.

Педагогическая целесообразность программы

Реализация данной программы позволит детям с общим недоразвитием речи в комплексе преодолеть миофункциональные и речевые нарушения, нормализовать неречевые психические функции, развить баланс и понимание положения своего тела в пространстве, а также вестибулярный аппарат, слуховое внимание и речь детей..

Особенности организации образовательного процесса

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «БОРД» стартового уровня имеет физкультурно-спортивную направленность. Предназначена для детей возраста 5-6 лет с ТНР.

- программа предназначена для коррекционно-развивающего обучения детей 5 - 6 лет с нормальным слухом и интеллектом, имеющих общее недоразвитие речи и миофункциональные нарушения. Основной контингент старших дошкольников имеет общее недоразвитие речи III уровня. Форма проведения: подгрупповые занятия по 10 чел.
- форма обучения - очная;
- срок реализации программы: рассчитана на один год обучения, всего 32 учебных недели; 64 занятия. Режим занятий: 2 занятия в неделю по 25 минут.
- осуществляется на платной основе.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Задачи:

Обучающие:

1. формировать знания о здоровом образе жизни;
2. формировать навыки в сложно-координационных упражнениях;
3. формировать умение оценивать ситуацию и планировать действия для выполнения задач;
4. совершенствовать речевые навыки.

Развивающие:

1. развивать координацию движений, баланс и равновесие;
2. совершенствовать физические способности (развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скорость, координацию);
3. развивать вестибулярный аппарат;
4. развивать зрительный гнозис (зрительно - моторную координацию);
5. развивать и укреплять устойчивые нейронные связи и межполушарное взаимодействие;
6. развивать умение чувствовать свое тело в пространстве и вовремя реагировать на внешние факторы;
7. развивать внимание, память, мышление.

Воспитательные:

1. воспитывать потребность к занятиям физическими упражнениями;
2. воспитывать желание детей соблюдать правила поведения и дисциплину на занятиях;
3. воспитывать способности к концентрации внимания и проявление волевых способностей;
4. воспитывать умение эмоционального самовыражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
5. воспитывать уверенность в себе, выравнивать эмоциональный фон в целом.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство. Правила поведения. Основные положения.	4	1	3	Педагогическое наблюдение, беседа
2	Игры и упражнения:	9	-	9	Педагогическое

	Раскачивание Перевес Различные положения				наблюдение, игра
3	Игры и упражнения: Игры с атрибутами Разучивание стоек	4	-	4	Педагогическое наблюдение
4	Игры и упражнения: Игры со стойками Раскачивание в стойке	8	-	8	Педагогическое наблюдение
5	Комплексы упражнений: Наклоны, повороты Ходьба, стойки спуск, подъем, раскачивание, поперек	6	1	5	Педагогическое наблюдение
6	Итоговые мероприятия: мастер – класс открытое занятие	1	-	1	Итоговый концерт – театральная постановка
	ИТОГО: 32				

Структура занятия

1. Вводная часть составляет примерно 10% от времени всего занятия.

Предусматривает проведение речевой и артикуляционной разминки, постановка проблемной ситуации.

2. Основная часть составляет 70-80% времени занятия.

Эта часть включает упражнения на бордах, упражнения на бордах с предметами (мячи, обручи, резиновые кольца, мешочки с песком). В ней решаются задачи общей и специальной направленности, разучиваются специальные коррекционные упражнения, совершенствуется техника и стиль их выполнения, отрабатывается согласованность движений. Подвижные игры - одна из составляющих основной части занятия. Подбираются с учетом сложности двигательных действий и интереса для детей.

3. Заключительная часть по времени непродолжительна (около 10-15%).

Данная часть занятия - восстановление организма после физических нагрузок и переход к другим видам деятельности. Используются упражнения на релаксацию, упражнения на растягивание и расслабление мышц, как отдельных звеньев тела, так и всего организма в положении стоя, сидя, лежа - упражнения игрового стретчинга, дыхательные упражнения.

Содержание занятия

Тема 1

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Теория: Правила поведения на занятиях с сиббордом.

Практика: Разминка (ходьба, бег, ОРУ) Тесты 1-7 Подвижная игра «Покатаем мячики», парами у сибборда.

Тема 2

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Теория: Ознакомление с тренажером Сибирский борд (показ). Правила техники безопасности при занятиях на сибборде.

Практика: Разучивание захода на сибборд и схода с него; разучивание стойки на сибборде поперек, ноги вместе и ноги врозь, упражнение «Перевес», разучивание седа поперек борда. Раскачивания в изученных положениях. П/и «Массажные комочки». Упражнение на релаксацию «Мостик», лежа на животе на спинке борда.

Тема 3

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Теория: Повторение захода и схода с борда.

Практика: Раскачивание, ноги врозь узко, с разным положением рук. Повторение раскачивания в положении сидя по-турецки с разным положением рук. П/и «Тоннель», «Массажные комочки». Релаксация «Мостик».

Тема 4

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание раскачивания стойка ноги врозь широко, руки свободно. Повторение ходьбы по борду прямо. Разучивание ходьбы по борду прямо и назад спиной. Повторение раскачивания, сидя по-турецки

вдоль борда, руками держаться за узкий край. П/и «Массаж комочка», «Мышки в норках» из положения стоя на спинке борда. Релаксация «Лебедушка».

Тема 5

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение раскачивания стойка ноги врозь широко, руки свободно; тоже, но с мячом в руках (руки вверх-вниз, вправо-влево). Повторение ходьбы назад по борду. П/и «Качели парами». Релаксация «В гамаке».

Тема 6

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание положения стойки вдоль борда, раскачивание в этой стойке. Разучивание упражнение «Собака». Повторение раскачивания стойка поперек борда. Наклоны к правой и левой ноге попеременно, сохраняя равновесие. П/и «Аист», «Угадай музыкальный инструмент». Релаксация «В гамаке», «Мостик» на спине.

Тема 7

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание ходьбы по спинке борда, как по мосту. Повторение подъема на спинку борда: шаг на мостик сначала правой, потом левой ногой. Спуск шагом назад сначала правой, а потом левой ногой. Повторение раскачивания сидя по-турецки с передачей мяча через стороны из рук в руки. П/и «Газетный ком». Самомассаж «Зайка».

Тема 8

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Раскачивание стоя вдоль борда с остановкой и сменой ног сначала в одном направлении, затем в другом. Повторение позы «Собака» с

поднятой лапой, на месте и с раскачиванием. Повторение раскачивания стоя поперёк борда с закрытыми и открытыми глазами. П/и «Фант». Самомассаж «Лягушата», поза «Мостик» на спине.

Тема 9

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание комплекса на борде: наклоны вперед из стойки ноги врозь широко. Разучивание упражнения «Потанцуем». Наклоны ноги вместе, с задержкой у пола в 5 секунд. Сидя вдоль на перевернутом борде, ноги согнуты в коленях, выпрямление ног попеременно. Разведение ног в стороны, как в поперечном шпагате. Наклоны в сторону на выпрямленную ногу, другая – вперед, согнутая в колене. Повторение раскачиваний сидя на борде по-турецки, руками держимся за узкие края борда. П/и. «Передача мяча» (в двух колоннах). Самомассаж «Рукавицы», релаксация «Мостик» на спине.

Тема 10

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание комплекса на борде: наклоны вперед из стойки ноги врозь широко. Повторение упражнения «Потанцуем». Наклоны ноги вместе, с задержкой у пола в 5 секунд. Сидя вдоль на перевернутом борде, ноги согнуты в коленях, выпрямление ног попеременно. Разведение ног в стороны, как в поперечном шпагате. Наклоны в сторону на выпрямленную ногу, другая – вперед, согнутая в колене. Повторение раскачиваний сидя поперек на борде по-турецки, руками держимся за узкие края борда. П/и «Передача мяча» (борды по кругу). Самомассаж «Рукавицы», релаксация «Мостик» на спине.

Тема 11

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса на борде: наклоны вперед из стойки ноги врозь широко. Повторение упражнения «Потанцуем». Наклоны ноги вместе, с задержкой у пола в 5 секунд. Сидя вдоль на перевернутом борде, ноги согнуты в коленях, выпрямление ног попеременно. Разведение ног в

стороны, как в поперечном шпагате. Наклоны в сторону на выпрямленную ногу, другая – вперед, согнутая в колене. Повторение раскачиваний сидя на борде потурецки, руками держимся за узкие края борда. Разучивание прыжков на двух ногах вдоль борта. П/и «Двое в лодке» (У детей удочки, передача кольца от одного рыбака другому). Релаксация «В гамаке».

Тема 12

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение раскачивания стоя на борде вдоль. Усложнение: с передачей мяча вокруг себя. С передачей мяча между ног. Повторение упражнения «Потанцуем». На перевернутом борде: сидя вдоль, поднятие и опускание ног попеременно. Отведение ног в сторону, сначала одной ногой, потом другой. Наклон вперед, ноги вместе. Разучивание прыжков на двух ногах вдоль борта. П/и «Рыбаки». Релаксация «Поза ребенка».

Тема 13

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Раскачиваясь на борде влево, вправо упражнения с палкой: прокатывание палки между ладоней, перехватывание палки руками попеременно (ползем по дереву), поднятие и опускание рук, держа ее за концы, тоже в положении стойка вдоль борда. Наклоны вправо и влево с переносом веса, палка, как трость, касается пола. Сидя в борде вдоль: движения палкой, как веслом в гребле, поднятие и опускание одной ноги и корпуса одновременно (складка). Разучивание упражнения «Ухо-нос», сидя по-турецки, раскачиваясь вправо и влево. П/и «Змейка», «Переправа 1». Стретчинг «Собака подняла лапу», релаксация «мостик» на животе.

Тема 14

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Раскачиваясь на борде влево, вправо упражнения с палкой: прокатывание палки между ладоней, перехватывание палки руками попеременно (ползем по дереву), поднятие и опускание рук, держа ее за концы, тоже в положении стойка вдоль борда. Наклоны вправо и влево с переносом веса, палка, как трость, касается пола. Сидя в борде вдоль:

движения палкой, как веслом в гребле, поднимание и опускание одной ноги и корпуса одновременно. Повторение упражнения «Ухо-нос», сидя по-турецки, раскачиваясь вправо и влево. П/и «Пингвины на льдине». Релаксация «Штанга».

Тема 15

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Раскачиваясь на борде влево, вправо упражнения с палкой: прокатывание палки между ладоней, перехватывание палки руками попеременно (ползем по дереву), поднимание и опускание рук, держа ее за концы, тоже в положении стойка вдоль борда. Наклоны вправо и влево с переносом веса, палка, как трость, касается пола. Сидя в борде вдоль: движения палкой, как веслом в гребле, поднимание и опускание одной ноги и корпуса одновременно. Повторение упражнения «Ухо-нос», стоя на ногах, раскачиваясь вправо и влево. П/и «Сосчитай и хлопни». Релаксация «Тишина».

Тема 16

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание комплекса «За инструктором»: раскачиваясь на бордах вправо, влево повторяют за инструктором: одна рука вперед, потом вторая; вверх, в сторону, вниз (под маршевую музыку). Одна рука на плечо, другая за спину, поменять. Упражнение «Перевес», поднять безопорную ногу вверх, поставить на доску. То же в другую сторону. Поднимание и опускание пяток, стоя на узком крае борда вдоль. На перевернутом борде: «Кошка выгибает спину», «Кошка тянет заднюю лапку», «Кошка тянет и заднюю, и переднюю лапки одновременно». П/и «Ходит шляпа не спеша». Релаксация «Солнышко и тучка».

Тема 17

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «За инструктором»: раскачиваясь на бордах вправо, влево повторяют за инструктором: одна рука вперед, потом вторая; вверх, в сторону, вниз (под маршевую музыку). Одна рука на плечо,

другая за спину, поменять. Упражнение «Перевес», поднять безопорную ногу вверх, поставить на доску. То же в другую сторону. Поднимание и опускание пяток, стоя на узком крае борда вдоль. На перевернутом борде: «Кошка выгибает спину», «Кошка тянет заднюю лапку», «Кошка тянет и заднюю, и переднюю лапки одновременно». П/и «Ходит шляпа не спеша». Релаксация «Солнышко и тучка».

Тема 18

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «За инструктором»: раскачиваясь на бордах вправо, влево повторяют за инструктором: одна рука вперед, потом вторая; вверх, в сторону, вниз (под маршевую музыку). Одна рука на плечо, другая за спину, поменять. Упражнение «Перевес», поднять безопорную ногу вверх, поставить на доску. То же в другую сторону. Поднимание и опускание пяток, стоя на узком крае борда вдоль. На перевернутом борде: «Кошка выгибает спину», «Кошка тянет заднюю лапку», «Кошка тянет и заднюю, и переднюю лапки одновременно». П/и «Идет бычок качается», «Радужные камешки». Релаксация «Сосулька».

Тема 19

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «За инструктором»: раскачиваясь на бордах вправо, влево повторяют за инструктором: одна рука вперед, потом вторая; вверх, в сторону, вниз (под маршевую музыку). Одна рука на плечо, другая за спину, поменять. Упражнение «Перевес», поднять безопорную ногу вверх, поставить на доску. То же в другую сторону. Поднимание и опускание пяток, стоя на узком крае борда вдоль. На перевернутом борде: «Кошка выгибает спину», «Кошка тянет заднюю лапку», «Кошка тянет и заднюю, и переднюю лапки одновременно». П/и «Идет бычок качается», «Радужные камешки». Релаксация «Сосулька».

Тема 20

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «За инструктором»: раскачиваясь на

бордах вправо, влево повторяют за инструктором: одна рука вперед, потом вторая; вверх, в сторону, вниз (под маршевую музыку). Одна рука на плечо, другая за спину, поменять. Упражнение «Перевес», поднять безопорную ногу вверх, поставить на доску. То же в другую сторону. Поднимание и опускание пяток, стоя на узком крае борда вдоль. На перевернутом борде: «Кошка выгибает спину», «Кошка тянет заднюю лапку», «Кошка тянет и заднюю, и переднюю лапки одновременно». П/и «Идет бычок качается», «Радужные камешки». Релаксация «Сосулька».

Тема 21

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание комплекса с малым мячом: раскачиваясь влево, вправо: передача мяча из руки в руку через стороны, руки вперед крутить мяч в руках, перебирая пальцами; зажать мяч перед собой ладонками на уровне груди - глубокое качание вправо, влево; замереть на концах борда, пружинить на его концах; подбрасывать мяч вверх, ловить; добавить качание: качнулись глубоко вправо - подкинули мяч, тоже в другую сторону. На спинке борда: упражнение «Цапля», приседания на двух ногах, одна нога сзади на спинке борда, продольный шпагат, усложнить с наклоном вперед. П/и «Повтори ритмический рисунок». Релаксация «Ветерок», «Мостик» на спине.

Тема 22

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса с малым мячом: раскачиваясь влево, вправо: передача мяча из руки в руку через стороны, руки вперед крутить мяч в руках, перебирая пальцами; зажать мяч перед собой ладонками на уровне груди - глубокое качание вправо, влево; замереть на концах борда, пружинить на его концах; подбрасывать мяч вверх, ловить; добавить качание: качнулись глубоко вправо - подкинули мяч, и в другую сторону. На спинке борда: упражнение «Цапля», приседания на двух ногах, одна нога сзади на спинке борда, продольный шпагат, усложнить с наклоном вперед. П/и «Повтори ритмический рисунок». Релаксация «Ветерок», «Мостик» на спине.

Тема 23

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие

двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса с малым мячом: раскачиваясь влево, вправо: передача мяча из руки в руку через стороны, руки вперед крутить мяч в руках, перебирая пальцами; зажать мяч перед собой ладонками на уровне груди - глубокое качание вправо, влево; замереть на концах борда, пружинить на его концах; подбрасывать мяч вверх, ловить; добавить качание: качнулись глубоко вправо - подкинули мяч, и в другую сторону. На спинке борда: упражнение «Цапля», приседания на двух ногах, одна нога сзади на спинке борда, продольный шпагат, усложнить с наклоном вперед. П/и «Сосчитай и хлопни». Релаксация «Сердечки».

Тема 24

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса с малым мячом: раскачиваясь влево, вправо: передача мяча из руки в руку через стороны, руки вперед крутить мяч в руках, перебирая пальцами; зажать мяч перед собой ладонками на уровне груди - глубокое качание вправо, влево; замереть на концах борда, пружинить на его концах; подбрасывать мяч вверх, ловить; добавить качание: качнулись глубоко вправо - подкинули мяч, и в другую сторону. На спинке борда: упражнение «Цапля», приседания на двух ногах, одна нога сзади на спинке борда, продольный шпагат, усложнить с наклоном вперед. П/и «Сосчитай и хлопни». Релаксация «Саморасслабление».

Тема 25

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание комплекса «Йоги»: широкая стойка на борде: руки свечкой перед собой. «Свечка» - вверх, вниз - присед с широко расставленными ногами. Ноги согнуты под прямым углом. Снова встать - «свечка» перед собой. Стойка ноги вместе, руки на поясе. Шаги на месте, не отрывая носки от доски. Стойка продольно, перенести вес на сзади стоящую ногу руки назад, хлопнуть в ладоши. Вернуться. То же на другую ногу. Продольно: упражнение «Геометрические фигуры». П/и «Бездомный заяц», «Круг с прищепкой». Релаксация «Пружинки», «Мостик» на спине.

Тема 26

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «Йоги». П/и «Бездомный заяц», «Бревнышки и норки». Релаксация «Пружинки», «Мостик» на спине.

Тема 27

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «Йоги». Разучивание упражнения «Качаем мышцы спины» – лежа животом на спинке борда и поднимать одну или две ноги вверх, руками держаться за бока борда. П/и «Башенка». Релаксация «Шалтай-Болтай», «Поза ребенка».

Тема 28

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «Йоги». Разучивание упражнения «Качаем мышцы спины» – лежа животом на спинке борда и поднимать одну или две ноги вверх, руками держаться за бока борда. П/и «Башенка». Релаксация «Шалтай-Болтай», «Поза ребенка».

Тема 29

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «Йоги». Повторение упражнения «Качаем мышцы спины» П/и «Башенка». Релаксация «Шалтай-Болтай», «Мостик» на животе.

Тема 30

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Разучивание комплекса «Весна»: встать на одну сторону борда, стопы параллельно доске. Поднять вверх руки и правую ногу. Поставить

правую ногу на поднятый край доски, перевести вес тела на эту ногу и опустить руки вниз. После опускания вниз, сделать разворот не сходя с балансира и повторить тоже самое с левой ноги. Упражнения «Сова», «Подсвечник». П/и «Переброска мешочков в парах». Релаксация «Замедленное движение», «Поза ребенка».

Тема 31

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Практика: Повторение комплекса «Весна». П.и. «Переброска мешочков в паре». П/и «Повтори ритмический рисунок», Релаксация «Мостик» на груди.

Тема 32

Цель: укрепление здоровья воспитанников, активизация и развитие двигательной деятельности детей при тесной взаимосвязи с их познавательной и мыслительной деятельностью посредством использования борда.

Теория Разминка. Тестирование. П.и. по выбору детей. Релаксация «Мостик» на спине, «Поза ребенка».

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Применение используемого оборудования будет способствовать повышению мотивации дошкольников к физическому развитию. Ведь Сибирский борд - это уникальное оборудование для детского сада: он создает особую развивающую среду и не только укрепляет здоровье, но и помогает в решении логопедических, сенсорных, речевых задач, дает хорошую работу мозжечка и вестибулярного аппарата, что является залогом качества нашей жизни и активной работы мозга. Благодаря занятиям на сибборде у детей улучшится моторно-зрительная координация, синхронизируются двигательные и интеллектуальные способности, улучшится концентрация внимания, будет развиваться правильное восприятие пространства, снизится двигательная расторможенность и повысится работоспособность детей.

Решение задач, позволило спрогнозировать следующий результат освоения программы в виде **целевых ориентиров:**

Обучающие:

- ребенок владеет своим телом, синхронизируя движения;
- у ребенка движения общей и мелкой моторики становятся точными, четкими;
- у ребенка преодолеваются миофункциональные нарушения;

- у детей сформированы основные двигательные умения и навыки при выполнении упражнений на бордах;
- дети демонстрируют на занятиях различные виды работы с тренажёром-балансиром;
- ребенок допускает меньше грамматических ошибок в повседневной речи;
- повышение звуковой культуры;
- улучшение свободного общения со взрослыми и детьми;
- развитие модуляции голоса, плавность и интонационная выразительность речи, правильное речевое и физиологическое дыхание.

Развивающие:

- развивается правильное восприятие пространства;
- развитие высших психических функций у детей с ТНР старшего дошкольного возраста: памяти, мышления, воображения, внимания, восприятия;
- у детей развивается гибкость, ловкость, равновесие, координация движений, творческие способности;
- у детей развивается слуховое внимание, тактильные ощущения и речь.

Воспитательные:

- повышается работоспособность детей;
- у детей воспитана привычка к здоровому и активному образу жизни;
- дети демонстрируют на занятиях и в самостоятельной работе положительное эмоциональное состояние, уверенность в движениях, повышение самооценки;
- ребенок инициативен, самостоятелен в различных видах физической и речевой деятельности.

РАЗДЕЛ №2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п / п	Месяц	Форма занятия	Кол-во занятий	Тема занятия	Форма контроля
1	Октябрь	фронтальная	8	Вводное занятие	Тесты
				«Правила поведения на занятии»	
				«Борд-разминка»	
				«Борд-разминка»	
2	Ноябрь	фронтальная	8	«Игровые упражнения на борде»	Наблюдение

				«Игровые упражнения на борде»	
				«Игровые упражнения на борде»	
				«Игровые упражнения на борде»	
3	Декабрь	фронтальная	8	«Игровые упражнения на борде»	Наблюдение
				«Игры с атрибутами»	
				«Игры с атрибутами»	
				«Игры с атрибутами»	
4	Январь	фронтальная	6	«Игры с атрибутами»	Наблюдение
				«Игры в стойке»	
				«Игры в стойке»	
5	Февраль	фронтальная	8	«Игры в стойке»	Наблюдение
				«Игры в стойке»	
				«Игры в стойке»	
				«Игры в стойке»	
6	Март	фронтальная	8	«Игры в стойке»	Наблюдение
				«Игры в стойке»	
				«Комплексы упражнений на борде»	
				«Комплексы упражнений на борде»	
7	Апрель	фронтальная	8	«Комплексы упражнений на борде»	Наблюдение
				«Комплексы упражнений на борде»	
				«Комплексы упражнений на борде»	
				«Комплексы упражнений на борде»	
8	Май	фронтальная	6	«Игровые упражнения на борде»	Наблюдение , тесты
				«Комплексы упражнений на борде»	
				«Мастер-класс»	

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение.

Занятия по Программе проводятся в музыкально-физкультурном зале, в котором созданы оптимальные условия, имеются:

- оборудование для мест хранения реквизита и атрибутов (стеллажи 2 шт.);
- стул для педагога 1 шт.;
- стулья детские (по количеству детей 10 шт.);
- балансир «Сибирский борд» 3-9 лет (94*30 см) – 10 шт;
- балансир «Сибирский борд» 5-99 лет (120*30 см) – 2 шт;
- мяч малого диаметра 8 шт.;
- Мяч большого диаметра 8 шт.;
- колонка – 1 шт;
- резиновый мяч с шипами (су-джок) 2 шт.;
- гимнастические скамейки высота 30 см – 1 шт.;
- палка гимнастическая – по количеству детей;
- обруч диаметром 70 см – по количеству детей;
- корзина для мячей - 2 шт.;
- кегли – по количеству детей.

Информационное обеспечение.

Демонстрационный и наглядный материал по заявленным темам, аудиоисточники, интернет источники, наглядно-игровые пособия по темам.

Кадровое обеспечение.

Образовательную деятельность Программы проводит учитель-логопед группы для детей с ТНР, высшей квалификационной категории. Учитель-логопед владеет базовыми и специальными психолого-педагогическими знаниями и умениями, сочетает в педагогической работе традиционные и нетрадиционные подходы по коррекции речевых нарушений, применяет в коррекционно-развивающей работе инновационные подходы в развитии речи детей дошкольного возраста с ТНР. Углубленно изучает тему: «Многочисленные нарушения в коррекционно-развивающей работе учителя-логопеда». Педагог владеет методиками построения и проведения занятий по развитию детей в возрасте от 5 до 6 лет, санитарно эпидемиологические требованиями к помещениям и оборудованию, для проведения занятий с детьми. Специалист подбирает эффективные методы и приемы обучения на занятиях с учетом возрастных особенностей детей, использует в работе с детьми современные образовательные, развивающие и здоровьесберегающие технологии.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

В целях определения степени сформированности знаний, умений и навыков, а также их глубины и прочности в течение всего периода обучения осуществляется текущий контроль. Он проводится с помощью наблюдения педагогом, реализующего дополнительную адаптированную общеразвивающую общеобразовательную программу, за деятельностью обучающихся на всех этапах обучения.

Промежуточная: опрос, диагностирование.

Итоговая: выполнение игровых тестов-заданий.

Оценочные материалы.

Оценка координации движений: одновременное правильное выполнение — 3 балла не одновременное, но правильное выполнение движений — 2 балла нарушение координации, но после повторного показа правильное выполнение отдельных элементов — 1 балл

Тест 1 Цель: оценить координацию движений рук в сагиттальной плоскости. Ребенок начинает маховые движения правой рукой и подключает противоположном направлении движения левой рукой (как при ходьбе).

Тест 2 Цель: оценить координацию движений рук в вертикальной плоскости. Ребенок начинает движения вверх-вниз правой рукой, сгибая ее в локтевом суставе, присоединяя по команде левую руку. Движения поочередные: левая рука вверх, правая вниз и наоборот.

Тест 3 Цель: оценить координацию движений рук в горизонтальной плоскости. Ребенок начинает движения правой рукой вперед, назад, сгибая в локтевом суставе, присоединять движения левой рукой — вперед-назад. Направления движения противоположные.

Тест 4 Цель: оценить координацию движений рук и ног в сагиттальной плоскости. Ребенок отводит в сторону правую руку и в противоположную

сторону левую ногу и наоборот.

Тест 5 Цель: оценить координацию движений рук и ног в вертикальной плоскости. Ребенок поднимает одновременно согнутую в локте правую руку и сгибает в колене левую ногу и наоборот.

Тест 6 Цель: оценить координацию движений рук и ног в горизонтальной плоскости. Ребенок отводит вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот.

Тест 7 Цель: выявить и тренировать координационные возможности детей при упражнении равновесия. Ребенок встает в стойку — носок ноги, стоящий сзади, вплотную примыкает к пятке стоящей впереди — и пытается, при этом, сохранить равновесие. Задание выполняется с открытыми глазами. Время упражнения равновесия фиксируется секундомером, из двух попыток засчитывается лучший результат.

Диагностика проводится с целью определения динамики развития физических качеств детей на конец года и определяет индивидуальные возможности каждого ребенка (Приложение 1). Таким образом, проведение диагностической работы и анализ её в начале и конце периода обучения создают целостное представление о результативности деятельности по Программе.

Формы подведения итогов:

- открытый мастер-класс для родителей

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вавилова Е.Н. «Учите бегать, прыгать, лазать, метать: Пособие для воспитателя дет. сада. — М.: Просвещение, 1983. — 144 с.
2. Журнал «Молодой учёный» . № 14 (461) . Апрель 2023 г.
3. Кириллова Ю. А. Картотека подвижных игр в спортивном зале и на прогулке для детей с ТНР от 5 до 6 лет. — СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2021 — 160 с. — (Методический комплект программы Н. В. Нищевой).
4. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3–7 лет). — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. — 128 с.
5. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. Двигательный игротренинг для Дошкольников. — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009. 176 с.
6. Сиротюк, А. Л. Упражнения для психомоторного развития дошкольников: Практическое пособие. / А. Л. Сиротюк. — Москва: Аркти, 2008. — 40 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Карта диагностики координации движений и равновесия дошкольников

№	ФИ ребенка	Тест 1		Тест 2		Тест 3		Тест 4		Тест 5		Тест 6		Тест 7	
		НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ	НГ	КГ

Лист внесения изменений и дополнений в программу

№ п/п	Дата	Характеристика изменений (уплотнение занятий, объединение занятий, перенос на другую дату Напр: объединение занятий №25 и 26)	Основание изменений (карантин, или б/лист педагога с... по...)	Реквизиты документа, которым закреплено изменение пр.№... от ...	Подпись педагога/ зам. директора

