

Муниципальное казенное образовательное учреждение для детей, нуждающихся
в психолого-педагогической и медико-социальной помощи
«Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции г. Нижнеудинск»
(Центр «Доверие»)

СОГЛАСОВАНА
на заседании педагогического совета
Протокол № 3 от 03.02.2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом Центра «Доверие»
от 04.02. 2026 г. № 5-од

**Адаптированная
дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
по физическому развитию для детей
с нарушениями интеллекта
«Крепыш»**

Возраст обучающихся: от 3-7 (8) лет

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 4 года

Разработчик программы:
инструктор по физической культуре
Елизарьева И.Л.

Нижнеудинск

2026 год

Содержание

1. Комплекс основных характеристик адаптированной образовательной программы для детей с нарушением интеллекта	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	10
2. Комплекс организационно-педагогических условий	12
2.1. Календарный учебный график	12
2.2. Условия реализации программы	12
2.3. Формы аттестации программы	12
2.4. Методические материалы	15
3. Список литературы	16

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы для детей дошкольного возраста

1.1. Пояснительная записка

Настоящая адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее – программа) разработана для детей дошкольного возраста от 3 до 7 (8) лет, с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р;
- Письмом Минпросвещения России от 30.12.2022 № АБ3924/06 о направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Минпросвещения России от 27 июля 2022 г. N 629 (вступает в силу 1 марта 2023 г.);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Программа носит абилитационный характер. Основной акцент сделан на компенсацию органического поражения центральной нервной системы, через развитие элементарной двигательной активности, необходимой для повышения качества жизни ребенка.

В связи с тем, что начало школьного обучения для обучающихся с нарушениями интеллекта, как правило, приходится на 8 лет, в содержание Программы включён дополнительный блок (7–8 лет). Он направлен на совершенствование координационных

способностей, развитие статической выносливости и укрепление мышечного корсета, что является необходимым условием для успешной адаптации к учебной деятельности».

Актуальность

Актуальность программы обусловлена тем, что при нарушениях интеллекта диффузное органическое поражение головного мозга неизбежно влечет за собой сопутствующие двигательные дефекты. Недостаточность координации, нарушение тонуса и общая моторная неловкость без специализированной поддержки ведут к глубокой зависимости ребенка от окружающих и ограничивают его развитие. В данной ситуации направленная двигательная активность становится единственным доступным и понятным каналом взаимодействия ребенка с миром, на базе которого строятся познавательные процессы. Кроме того, программа имеет большое значение для профилактики вторичных осложнений: предотвращения атрофии мышц, контрактур суставов, застойных явлений в легких и нарушений работы ЖКТ, возникающих вследствие малоподвижности. Повышение уровня физической грамотности ребенка способствует его социально-бытовой адаптации: чем выше уровень контроля над собственным телом, тем выше автономность обучающихся, что существенно снижает физическую и психологическую нагрузку на семью».

Отличительные особенности программы:

Каждое двигательное задание максимально детализируется и разбивается на элементарные компоненты. Отработка каждого элемента происходит многократно, до полного закрепления и автоматизации, прежде чем переходить к следующему этапу или усложнению. Основной упор делается на непосредственный показ, метод "рука в руке", имитацию и использование ярких, понятных визуальных ориентиров (пиктограммы, разметка, цветные предметы). Все упражнения интегрированы в игровой сюжет или представлены как цепочка игровых действий. Активно используется разнообразное сенсорное оборудование (тактильные дорожки, массажные мячи, балансиры, утяжелители). Строгий контроль за состоянием ребенка, частая смена видов деятельности, включение коротких пауз для отдыха и упражнений на релаксацию.

Адресат программы: программа предназначена для детей дошкольного возраста с нарушениями интеллекта. Подбор для занятий проводится с учетом общего функционального состояния детей от 3 до 7 (8) лет, данных медицинского осмотра, входящего мониторинга физического развития.

Объём программы: 296 часов

Методы

1. «Рука в руке»
2. Дробление навыка на микро-шаги
3. Многократное повторение
4. Сенсорная стимуляция
5. Приоритет безопасности
6. Эмоциональное подкрепление

Форма обучения: очная

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 учебному часу.

Форма проведения занятий: индивидуальная

Режим занятий:

Продолжительность занятия при индивидуальной форме обучения устанавливается в зависимости от возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся, допустимой нагрузки с учетом санитарных норм и правил:

- для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут;
- для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут;
- для детей от 5 до 7 (8) лет - не более 25 минут;

Перерыв между занятиями 10 минут.

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы:

Комплексная коррекция нарушений развития и качественное расширение спектра индивидуальных двигательных возможностей ребенка как фундаментальная основа для его успешной социальной адаптации и повышение жизненной автономности.

Задачи программы:

- формировать и закреплять навыки правильной ходьбы;
- развивать умение преодолевать простые пространственные препятствия (перешагивание);
- развивать манипулятивную функцию рук (захват, удержание и отпускание предметов);
- развивать зрительно-моторную координацию (системы «глаз-рука», «глаз-нога»);
- тренировать вестибулярный аппарат и развивать статическое и динамическое равновесие;
- развивать физические качества (силу, выносливость, координацию), необходимые для освоения навыков самообслуживания;

- способствовать преодолению страха перед открытым пространством и новым спортивным оборудованием.

1.3 Содержание программы

Особенности реализации программы для детей с нарушениями интеллекта:

- Принцип «Микрошагов» и сверхповторяемости: Обучение любому движению разбивается на элементарные операции (например, не «брось мяч», а сначала «возьми», «замахнись», «раскрой ладонь»). Закрепление одного навыка может занимать месяцы, требуя сотен идентичных повторений в неизменных условиях.
- Метод «Рука в руке» и физическая подсказка: В отличие от детей с ЗПР, которым часто достаточно показа, дети с нарушениями интеллекта нуждаются в непосредственном физическом проведении по траектории упражнения. Инструктор буквально «проживает» движение вместе с ребенком, формируя мышечную память.
- Сверхвизуализация и жестовое подкрепление: Используются не просто картинки, а конкретные предметы-ориентиры (разметка на полу, следочки, цветовые маркеры). Речевая инструкция сокращается до одного-двух ключевых слов-команд («Возьми», «Стой», «Брось»), подкрепляемых универсальными жестами.
- Сенсорное насыщение и «схема тела»: Основное внимание уделяется осознанию границ собственного тела. Используются глубокое давление, утяжеленные жилеты, простукивания и массаж, так как без четкого ощущения «своего тела» выполнение произвольного движения для ребенка с ИН невозможно.
- Эмоциональный резонанс и подкрепление: Занятия строятся на сильном положительном эмоциональном стимуле. Двигательная активность должна вызывать немедленную радость (яркая игрушка, музыкальная колонка, тактильная похвала), что является главным двигателем мотивации при снижении волевых качеств.

Раздел 1. Диагностика (Функциональный мониторинг)

Оценка не только двигательных навыков, но и возможности взаимодействия. Проводится скрининг базовых реакций: способность удерживать визуальный контакт с инструктором, реакция на физическое прикосновение, подражание простейшим действиям («хлопни», «топни»). Диагностика включает оценку пассивных и активных движений, стереотипных реакций и патологических поз. Результаты фиксируются в карте как «зона ближайшего телесного развития»; акцент делается на том, что ребенок может выполнить при полной или частичной физической помощи взрослого.

Раздел 2. Техника безопасности (Формирование границ и стереотипа поведения)

Для детей с нарушениями интеллекта техника безопасности — это прежде всего формирование жесткого стереотипа безопасного поведения в пространстве зала. Обучение включает физическое ограничение зон (например, «за эту линию не заходим»), использование яркой цветовой маркировки опасных участков (углы, выступы). Инструктаж сводится к многократному проигрыванию ситуаций: «Стоп по сигналу», «Жди свою очередь». Родители обучаются методам безопасного захвата и страховки ребенка при выполнении упражнений на баланс и координацию, становясь «вторыми инструкторами».

Раздел 3. Корригирующая гимнастика (исправление и компенсация)

Формирование «мышечного корсета». Упражнения выполняются преимущественно из исходных положений лежа или на четвереньках, чтобы разгрузить позвоночник.

Используются упражнения-образы: «Лодочка», «Змейка», «Кошечка». Каждое положение фиксируется инструктором физически (ручной контроль правильности изгиба).

Коррекция стоп и походки. Многократное прохождение по тактильным дорожкам с разной фактурой (колючие, мягкие, ребристые). Обучение переносу веса тела с пятки на носок через метод «шага по следочкам», где каждый след ярко выделен цветом.

Дыхательная коррекция. Отработка простейшего выдоха через сопротивление (дутье на ватку, в воду через трубочку, «озвученный» выдох: «у-у-у», «а-а-а»). Это необходимо для стимуляции речевых зон и снятия мышечных зажимов.

Раздел 4. Коррекционно-оздоровительная гимнастика (общее развитие и ритм)

Повышение общей жизнедеятельности организма, развитие выносливости и координации через ритмические действия.

Ритмическая стимуляция. Упражнения выполняются под четкий, акцентированный ритм (барабан, хлопки, метроном или музыка с выраженным битом). Ритм помогает ребенку с интеллектуальными нарушениями «собрать» движение, которое без музыки распадается.

Развитие координации (перекрестные движения). Простейшие упражнения на пересечение средней линии тела (правой рукой коснуться левого колена). Для детей с нарушениями интеллекта это сложнейшая нейропсихологическая задача, требующая сотен повторений «рука в руке».

Вестибулярный тренинг. Работа на больших фитболах (покачивания, прыжки) для стимуляции вестибулярного аппарата. Это помогает снизить уровень гравитационной неуверенности и страха пространства.

Сенсомоторная разминка. Использование утяжелителей (браслетов на руки/ноги), чтобы ребенок лучше «чувствовал» свои конечности при выполнении махов или ходьбы.

Раздел 5. Коррекционные подвижные игры (социализация и импульсный контроль)

Перенос двигательных навыков в ситуацию взаимодействия, обучение следованию простейшим правилам и подражанию.

Игры-имитации (Подражание): «Медведь идет», «Птички летят», «Зайка прыгает».

Инструктор преувеличенно ярко показывает движение, дети копируют. Основной акцент — на эмоциональном вовлечении.

Игры на торможение (Контроль): «Стой — Беги», «Солнышко и дождик». Главная задача — научить ребенка останавливать движение по сигналу. Это ключевой навык для безопасности и управления своим поведением (борьба с полемым поведением).

Игры с предметами (Передача): «Передай мяч в кругу», «Положи кубик в корзину». Учат фиксировать внимание на предмете и взаимодействовать с другим человеком (партнером, родителем). Правила упрощены до одного действия.

Пространственные игры-маршруты: «Пройди по мостику к домику». Создание четкого визуального пути, в конце которого ребенка ждет «приз» (похвала, любимая игрушка), что формирует целеустремленность и понимание завершенности действия.

Учебный план программы

№	наименование блоков (разделов)	всего часов
1	Диагностика	8
2	Инструктаж по технике безопасности	4
3	Корригирующая гимнастика	16
4	Коррекционно-оздоровительная гимнастика	31
5	Коррекционные подвижные игры	15
	ИТОГО	74

Учебно-тематический план

Раздел тематического блока	Тема (содержание) занятия	Кол-во учебных часов
Мониторинг физического	Первичный мониторинг	4
	Промежуточный мониторинг	2

развития 8 учебных часов	Итоговый мониторинг	2
Инструктаж по технике безопасности 4 учебных часа	Знакомство с правилами поведения в спортивном зале	1
	Обучение правилам техники безопасности при занятиях на тренажерах	1
	Обучение безопасному обращению с мячами	1
	Обучение правилам безопасности при занятиях с гантелями, утяжелителями	1
Корригирующая гимнастика 16 часов	Построение в шеренгу ,ходьба по кругу	1
	Ходьба в медленном и быстром темпе	4
	Ходьба по прямой линии на носках и пятках, на внешнем и внутреннем своде стопы	2
	Повороты головы направо и налево	1
	Повороты туловища	1
	Ходьба с предметами	1
	Гимнастика для пальцев	2
	Пальчиковая гимнастика «Кулачки»	2
	Дыхательная гимнастика «Свеча», «Воздушный шар»	2
Коррекционно- оздоровительная гимнастика 31 час	Упражнения на тренажерах	2
	Оздоровительные упражнения, для профилактики плоскостопия разновидности ходьбы	2
	Плоскостопие. Упражнения с мелкими предметами (собираение, передвижение) в И.п-сидя на стуле	2
	Плоскостопие. Работа с массажерами	2
	Плоскостопие. Захватывание и бросание мелких предметов стопами ног	2
	Плоскостопие. Упражнения на стопу с гимнастическими палочками	2
	Плоскостопие. Ходьба по веревке ,лежащей на полу	2
	Упражнения на полусфере	2
	Строевые упражнения для профилактики нарушений осанки	4

Коррекционные Подвижные Игры 15 часов	Осанка. Ходьба-обычная; с высоким подниманием колен; скрестным шагом; ходьба по кочкам с сохранением правильной осанки.	1
	Осанка. Упражнения на фитболах в И.П.-лёжа.	1
	Осанка. Упражнения с гимнастическими палочками в И.П – лежа.	1
	Осанка. Упражнения в равновесии с мешочками.	1
	Упражнения для развития мелкой моторики	1
	Упражнения для укрепления мышц рук	2
	Упражнения для развития равновесия	4
	Подвижная игра «Канатоходец»	2
	Подвижная игра «Воробьи и вороны»	2
	Подвижная игра «Ловушки»	2
	Подвижная игра «Светофор»	2
	Коррекционная подвижная игра «Перелет птиц»	2
	Коррекционная подвижная игра «Кто самый меткий»	2
	Подвижная игра «Ракета»	1
	Коррекционная подвижная игра «Кто самый меткий»	1
	Спортивная игра «Хоккей»	1
ИТОГО		74

1.4 Планируемые результаты

Предполагается, что к концу **1 года обучения** дети могут:

- выполнять ряд последовательных упражнений с предметами и без предметов;
- ходить на носках, на пятках;
- лазать по гимнастической лестнице произвольным способом;
- уверенно ходить;
- уверенно бегать.

Предполагается, что к концу **2 года обучения** дети могут:

- сохранять равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке;
- уметь перешагивать через препятствия;
- прыгать на двух ногах;

- уметь катать мяч (фитбол);
- бросать мяч в парах и ловить мяч;
- выполнять упражнения с массажным мячом.

Предполагается, что к концу **3 года обучения** дети могут:

- уверенно бегать и менять темп движения;
- ходить по наклонной доске;
- прыгать на одной ноге;
- уметь катать мяч в заданном направлении;
- уметь прыгать с возвышенности 30 см.

Предполагается, что к концу **4 года обучения** дети могут:

- изменять направление бега;
- выполнять упражнения с гимнастической палочкой;
- выполнять упражнения на фитболе;
- выполнять различные упражнения координационной направленности;
- бросать мяч различными способами: двумя руками от груди, из-за головы, ударять мячом об пол;
- выполнять серию бросков мяча вверх с последующей ловлей;
- выполнять прыжки в длину с места, с разбега;
- метать малый мяч правой и левой рукой на расстояние более 5 м;
- выполнять метание в вертикальную и горизонтальную цель с 3 - 5м;
- выполнять различные упражнения координационной направленности;
- выполнять элементы спортивных игр.

Планируемые результаты для детей 7–8 лет могут включать развитие физических качеств, освоение двигательных умений и формирование представлений о здоровом образе жизни

- физические качества;
- развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости. Например, обучение сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте;
- развитие координации движений и ориентировки в пространстве. Упражнения в статическом и динамическом равновесии, развитие координации движений;
- формирование правильной осанки в различных видах деятельности;
- закрепление умения соблюдать заданный темп в ходьбе и беге;
- закрепление умения быстро перестраиваться на месте и во время движения;

- двигательные умения;
- выполнение по речевой инструкции ряда последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадание в цель с расстояния 5 метров;
- бросание и ловля мяча разного размера;
- ходьба на носках, на пятках и внутренних сводах стопы;
- согласование темпа ходьбы со звуковыми сигналами;
- ходьба по наклонной гимнастической доске;
- лазание вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезание на соседний пролёт стенки;
- ходьба и бег с изменением направления — змейкой, по диагонали;
- прыжки на двух ногах и на одной ноге;
- участие в знакомой подвижной игре.

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарно-учебный график на учебный год представлен в Приложении 1.

2.2. Условия реализации программы

Занятия по реализации программы проводятся в физкультурном зале. Площадь обеспечивает ребенку свободу движений, возможность смены деятельности. Обеспечена доступность дидактических материалов, право выбора. Создана комфортная психологически безопасная среда.

2.3. Формы аттестации

Для определения динамики, эффективности занятий и уровня физического развития обучающихся с нарушением интеллекта используются мониторинговые исследования, методы педагогического наблюдения. При педагогических наблюдениях, которые осуществляются в течение всего курса, отмечаются основные знания, умения, навыки и личностные качества, приобретённые в период обучения. Эффективность оздоровления, уровень состояния здоровья обучающихся определяются посредством мониторинга, который осуществляется инструктором по физической культуре 3 раза в год (входящий, промежуточный, итоговый мониторинг). Далее инструктор дает рекомендации родителям ребенка.

Оценочный лист физического развития ребенка

Упражнения	входящий мониторинг	промежуточная аттестация	итоговая аттестация	динамика	общий вывод и рекомендации
Рост					
Вес					
ЖЕЛ					
Силовая выносливость мышц спины (лежа на животе, руки за голову, прогнуться)					
Динамометрия					
Гибкость					
20 приседаний за 30 секунд					
Пресс					
сгибание и разгибание рук в упоре лежа					
подъем туловища и ног из положения лежа на спине					

Таблица нормативов физического развития от 3 до 18 лет (девочки)

Упражнения	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
ЖЕЛ	610	900- 1150	1000- 1250	1150- 1500	1250- 1600	1087	1180	1344	1381	1600	1692	1930	1964	2063	2162	2275
Силовая выносливость мышц спины	10-15 сек.	15-10	25-30	35-40	1,5-2 мин.	1.5-2	1.5-2	1.5-2	1.5-2	2-2.5	2-2.5	2-2.5	2-2.5	3 и более	3 и более	3 и более
Динамометрия правой руки	3.0- 3.5	3.5- 7.5	4.5- 9.0	6.0- 11.0	7.5- 12.0	9.8- 17.1	9.8- 17.1	9.8- 17.1	9.8- 17.1	19.9- 28.3	19.9- 28.3	19.9- 28.3	19.9- 28.3	31- 33.8	31- 33.8	31- 33.8
Гибкость (наклон туловища вперед)	2-6	5-8	6-9	7-10	8-12	9-13	10-14	12-16	13-17	13-17	14-18	14-18	15-19	15-19	17-20	17-20
20 приседания за 30 сек.	1-2., 3-4, 4+	1-2., 3-4, 4+	1-2., 3-4, 4+	1-2., 3-4, 4+	1-2., 3-4, 4+	1, 2, 3.	1, 2, 3.	1, 2, 3	1, 2, 3, 4	1,2,3,4, 4 и более	1,2,3,4, 4 и более	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3	1-2-3
Пресс	-	4-6	7-9	8-10	9-11	28-26- 24	30-28- 26	33-30- 28	30-20- 15	35-30- 20	38-33- 25	38-33- 25	40-35- 26	40-35- 30	42-36- 30	42-36- 30
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	-	-	1-3	4-5-11	4-5-11	4-5-11	5-7-12	5-7-12	5-7-12	5-7-12	7-9-15	7-9-15	7-9-15	9-10- 16	9-10- 16	9-10- 16
Подъем туловища и ног из положения лежа на спине (упражнение уголок)	0-5 сек.	10-15	12-16	16-20	18-23	20-25	25-30	30-35	35-37	40-45	45-50	47-53	53 сек.-1 мин	1 мин. и более	1- более	1 и более

Таблица нормативов физического развития от 3 до 18 лет (мальчики)

Упражнения	3 года	4 года	5 лет	6 лет	7 лет	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
ЖЕЛ	675	900- 1200	1000- 1400	1200- 1600	1300- 1700	1257	1468	1602	1780	1910	2071	2240	2603	3053	3286	3370
Силовая выносливость мышц спины	15-30 сек.	20-35	30-40	40-50	1,5-2 мин.	1.5-2	1.5-2	1.5-2	1.5-2	2-2.5	2-2.5	2-2.5	2-2.5	2-2.5	3 и более	3 и более
Динамометрия правой руки	3-4	4.0- 8.0	6.0- 10.5	8.0- 12.5	10.0- 12.5	13.0- 18.5	13.0- 18.5	13.0- 18.5	13.0- 18.5	21.6- 37.6	21.6- 37.6	21.6- 37.6	21.6- 37.6	45.9- 51.0	45.9- 51.0	45.9- 51.0
Гибкость (наклон туловища вперед)	1-3	2-5	3-6	4-7	5-8	6-9	7-10	8-11	9-12	10-13	11-14	12-15	13-16	14-17	14-17	14-18
20 приседания за 30 сек.	1-2., 3-4, 4+	1-2., 3-4, 4+	1, 2, 3, 4 и более	1, 2, 3, 4 и более	1, 2, 3, 4 и более	1, 2, 3, 4 и более	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2, 3
Пресс	-	6-8	9-11	10-12	12-14	23-21- 19	25-23- 21	28-25- 23	35-30- 20	40-35- 25	45-40- 35	48-43- 38	50-45- 40	52-47- 42	55-49- 45	55-49- 45
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	-	1-2	2-3	3-3	7-9-17	7-9-17	7-9-17	9-12- 16	9-12- 16	9-12- 16	11-13- 19	11-13- 19	11-13- 19	15-20- 25	15-20- 25	15-20- 25
Подъем туловища и ног из положения лежа на спине (упражнение уголок)	10-15 сек.	10-15	10-15	13-18	20-24	30-35	35-40	40-45	40-45	45-50	45-50	45-50	50 сек.-1 мин	50-1	50-1	1 мин. и более

Уровни физического развития:

0-45% - низкий

46-65% - средний

66-85% - недостаточный

86-100% - высокий

2.4. Методические материалы

Спортивное оборудование:

- тренажеры «Лидер-С»,
- «Лидер-С1»,
- многофункциональный тренажер,
- велотренажер,
- беговая дорожка,
- гребной тренажер,
- степовый тренажер,
- эллипсоидный тренажер,
- сухой бассейн,
- скамейки гимнастические,
- разметочное оборудование,
- нестандартное оборудование – балансир, мишени для метания в цель, баскетбольное кольцо.
- Мячи средние разных цветов.
- Мячи малые разных цветов.
- Мячи массажные разных цветов и размеров.
- Обручи.
- Веревки, шнуры.
- Флажки разных цветов.
- Гимнастические палки.
- Кольцеброс.
- Кегли
- «Дорожки движения».
- Мишени с набором дротиков и мячиков на «липучках».
- Детская баскетбольная корзина.
- Длинная скакалка.
- Короткие скакалки.
- Массажные и ребристые коврики.
- Гимнастическая лестница.

Спортивное и специализированное измерительное оборудование:

- динамометр кистевой, спирометр ССП.

3. Список литературы

1. Екжанова, Е.А. Программа дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание / Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева. - 3-е изд. - М.: Просвещение.- 2011
2. Екжанова, Е.А. Коррекционно – развивающее обучение и воспитание дошкольников с нарушением интеллекта.- Методические рекомендации / Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева. - М.:Просвещение.-, 2011
3. Закрепина, А.В. Трудный ребенок / А.В. Закрепина. – М.: Дрофа. - 2007.
4. Закрепина, М.В. Браткова //Воспитание и обучение детей с нарушениями в развитии .- 2012.-
5. Игры и занятия с детьми раннего возраста с психофизическими нарушениями: пособие. – 3-е переиздание /под ред. Е.А. Стребелевой. Г.А. Мишиной.- М.: ИНФРА-М, 2016.
6. Коняева Н., Никандрова Т. Воспитание детей с нарушениями интеллектуального развития. – Litres, 2015
7. Литош, Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии / Н.Л. Литош. – Москва : СпортАкадемПресс, 2015.
8. Шапкова Л. В. Средства адаптивной физической культуры : методические, рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей, с отклонениями в интеллектуальном развитии / Л. В. Шапкова ; С. П. Евсеева. М.: Сов. спорт, 2001

