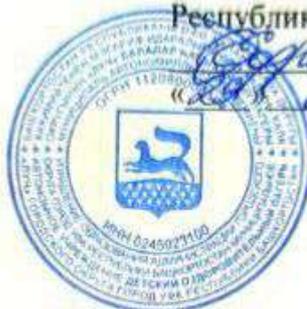


Муниципальное автономное учреждение  
Детский оздоровительный лагерь «Луч»  
городского округа город Уфа Республики Башкортостан

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ДОЛ «Луч»  
городского округа город Уфа  
Республики Башкортостан  
*Ефремов* О.В.Ефремова  
«*21*» *мая* 2025г.



**Дополнительная образовательная  
адаптивная программа для детей ОВЗ  
Возраст детей 7-17 лет.  
Срок реализации 21 день.**

Автор-составитель:  
Педагог-организатор  
Ефремов Г.А.

2025г.

## **ВВЕДЕНИЕ**

Программа «Лучики здоровья» для Муниципального автономного учреждения «Детский оздоровительный лагерь "Луч"» представляет собой комплексную модель инклюзивного отдыха и развития детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в возрасте 7–11 лет. Разработанная в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ (приказ Минобрнауки РФ № 1598 от 19.12.2014), программа направлена на создание безбарьерной среды, обеспечивающей:

Физическое оздоровление через адаптивную физкультуру и профилактические процедуры;

Психолого-педагогическую коррекцию сенсомоторных и коммуникативных дефицитов;

Социальную интеграцию в коллектив сверстников;

Формирование жизненных компетенций (самообслуживание, безопасность, экологическое сознание).

Программа реализует требования Стандарта к индивидуализации образования, здоровьесбережению и преемственности между школой и внеурочной деятельностью.

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

Правовой контекст:

Рост численности детей с ОВЗ в РФ (по данным Росстата, 2024 г. — 700 тыс. детей школьного возраста);

Обязательность реализации ФГОС ОВЗ во всех образовательных и досуговых организациях (ст. 79 ФЗ «Об образовании в РФ»);

Недостаток адаптированных программ летнего отдыха (лишь 12% лагерей РФ имеют инклюзивные смены).

Социальный запрос:

Потребность семей в реабилитационно-оздоровительном отдыхе (опрос родителей, г. Екатеринбург, 2023 г.: 89% отмечают дефицит инклюзивных лагерей);

Необходимость социализации детей с ОВЗ вне учебного года для профилактики дезадаптации.

Педагогическая значимость:

Интенсивная коррекция в лагерной среде позволяет закрепить навыки в естественных ситуациях (игры, бытовые ритуалы);

Групповые активности формируют «мягкие навыки» (soft skills), не развиваемые в условиях школы:

Командное взаимодействие;

Эмоциональная саморегуляция;

Решение бытовых задач.

Ключевая проблема, на решение которой направлена программа: отсутствие системных условий для отдыха детей с ОВЗ, объединяющих оздоровление, коррекцию и социальную практику в рамках временного детского коллектива.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### *1. Нормативно-правовая база*

Программа разработана с опорой на:

ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ (п. 2.2: требования к развитию жизненных компетенций);

СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и отдыха детей»;

Конвенцию ООН о правах инвалидов (ст. 7, 24);

ФЗ № 442 «Об основах социального обслуживания граждан в РФ».

### *2. Целевая группа*

Категория ОВЗ	Особенности адаптации в программе
Расстройства аутистического спектра (РАС)	Визуальное расписание, сенсорные зоны, тьютор
ДЦП, нарушения опорно-двигательного аппарата	Пандусы, адаптированный спорт-инвентарь
Сенсорные нарушения (зрение, слух)	Тактильные карты, FM-системы, тифлокомментарии
Тяжелые нарушения речи (ТНР)	Альтернативная коммуникация (PECS, жесты)
Умственная отсталость, ЗПР	Пошаговые алгоритмы действий, социальные истории

### *3. Принципы реализации*

Индивидуализация:

Личные трекары развития на основе ИОМ (индивидуального образовательного маршрута) с учетом рекомендаций ПМПК.

Универсальный дизайн:

Все активности имеют 3 уровня сложности (например, полоса препятствий: базовый/продвинутый/облегченный).

Междисциплинарность:

Ежедневный консилиум специалистов (педагог, психолог, медик) для корректировки планов.

Преемственность:

Включение в программу элементов школьной адаптации (расписание с пиктограммами, правила поведения).

#### 4. Ожидаемые эффекты

Для детей:

Снижение тревожности в новой среде на 40% (по шкале CMAS);

Рост самостоятельности в быту (критерий: выполнение 3+ операций без помощи).

Для родителей:

«Педагогическая передышка»;

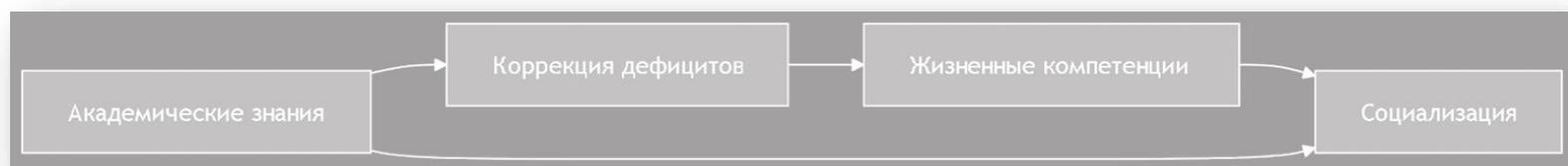
Получение объективных данных о возможностях ребенка.

Для лагеря:

Формирование инклюзивной культуры среди здоровых сверстников.

#### 5. Структурная инновация

Программа интегрирует 4 компонента ФГОС ОВЗ:



Программа «Лучики здоровья» обеспечивает соблюдение специальных образовательных условий, требуемых ФГОС ОВЗ (п. 3.1 Стандарта), через:

Систему ранней диагностики потребностей ребенка;

Комплексную реабилитацию средствами оздоровительного отдыха;

Социальное включение в среду сверстников.

Реализация программы способствует достижению целевых ориентиров Стандарта: формирование «адаптивной личности, способной к самостоятельной жизни в обществе» (п. 1.4 ФГОС ОВЗ). Результаты фиксируются в индивидуальном портфолио достижений, передаваемом в образовательную организацию ребенка.

## **1. Организационный раздел**

### **1.1. Режим дня (адаптированный)**

<b>Время</b>	<b>Активность</b>	<b>Адаптационные меры</b>
08:00-08:30	Подъем, гигиена	Визуальные инструкции (цепочки действий), таймеры
08:30-09:00	Адаптивная зарядка	Индивидуальные коврики с маркировкой, выбор уровня сложности
09:00-09:30	Завтрак	Меню с пиктограммами, антискользящие тарелки
10:00-12:30	Блок занятий (по модулям)	Зонирование пространства, сенсорные паузы каждые 25 мин
13:00-14:00	Оздоровительные процедуры	Сенсорная комната, ароматерапия
14:00-15:30	Тихий час	Индивидуальные беруши, утяжеленные одеяла
16:00-18:00	Групповая активность	Тьюторское сопровождение, альтернативные форматы участия
20:00-21:00	Рефлексия, подготовка ко сну	"Социальные истории", светильники-проекторы

### **1.2. Кадровое обеспечение**

<b>Специалист</b>	<b>Количество</b>	<b>Функционал</b>
Педагог-дефектолог	2	Разработка ИОМ, коррекционные занятия

Психолог	2	Диагностика, сенсорная интеграция, кризисная помощь
Инструктор АФК	3	Персональные тренировки, гидрореабилитация
Тьютор	1 на 2 детей	Индивидуальное сопровождение
Медперсонал	4	Контроль терапии, экстренная помощь

## **2. Содержательный раздел (детализация модулей)**

### **2.1. Адаптационный блок (дни 1-3)**

Диагностический этап:

Карта наблюдений (шкалы VABS, ABAS-3)

Анкета для родителей "Особенности моего ребенка"

Тест "Рисунок лагеря" (проективная методика)

Интеграционные активности:

Игра "Сенсорный ковер":

Дети по очереди добавляют предметы, характеризующие их

Адаптация: для невербальных детей - выбор карточек PECS

Создание "Правил группы":

Визуализация в формате комиксов

3D-макет с тактильными элементами для слабовидящих

### **2.2. Оздоровительный блок (ежедневно)**

<b>Направление</b>	<b>Формы работы</b>	<b>Адаптация</b>
<b>Адаптивная ФК</b>	Аквагимнастика	Надувные воротники, поручни
	Полоса препятствий	Модульные трапы разной сложности
<b>Дыхательная гимнастика</b>	Игра "Ветряные мельницы"	Спирометры с визуальной шкалой

<b>Профилактика</b>	Сказкотерапия "Доктор Айболит"	Куклы-марионетки для отработки действий
---------------------	--------------------------------	---

### **2.3. Коррекционно-развивающий блок**

Структура занятия (пример):

Тема: "Развитие сенсорной интеграции"

Вводная часть (10 мин):

Ритуал приветствия с передачей "эмоционального мяча" (текстурированная поверхность)

Основная часть (40 мин):

Станция "Тактильный мешок": угадывание предметов по форме (для детей с РАС)

Станция "Звуковые прятки": локализация источника звука (для слабовидящих)

Станция "Баланс-борд": удержание равновесия (для ДЦП)

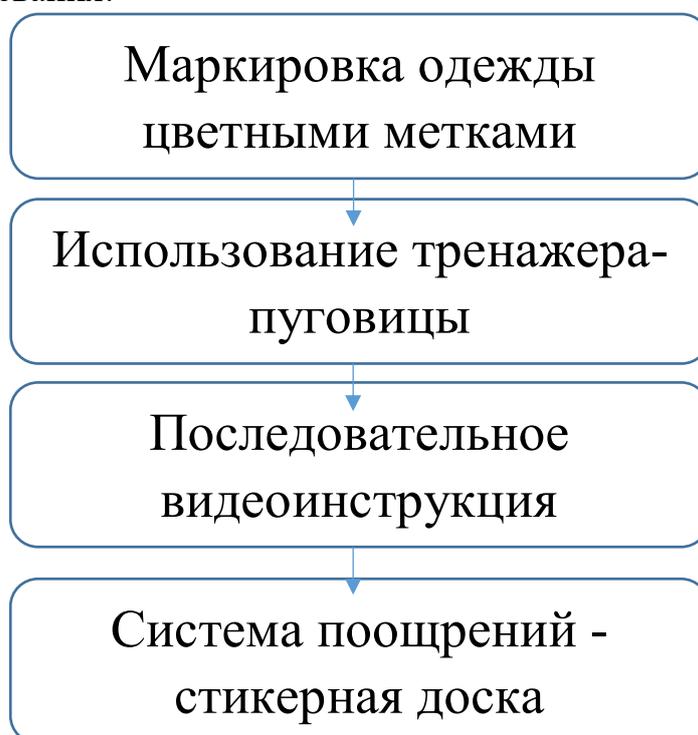
Рефлексия (10 мин):

Выбор смайлика на "Доске настроений"

### **2.4. Социально-бытовая адаптация**

Тренинг "Самообслуживание":

Алгоритм одевания:



Кулинарный мастер-класс:

Приготовление салата "Радуга" с адаптацией:

Ножницы вместо ножей

Контейнеры с дозаторами

Рецепт в пиктограммах

### **3. Индивидуальный образовательный маршрут (ИОМ)**

Структура ИОМ:

1. Данные ребенка:

- Диагноз ПМПК
- Сильные стороны (по тесту Векслера)
- Зоны развития

2. Цели на смену:

- Краткосрочные (на неделю)
- Долгосрочные (на смену)

3. График коррекционных занятий:

Время	Пн	Ср	Пт
11:00	Логопед	АФК	Арт-терапия

4. Карта динамики:

- Шкала оценки навыков (1-5 баллов)

Пример ИОМ для ребенка с РАС (8 лет):

Цель: Снижение тревожности в групповых активностях

Средства:

"Социальная история" перед каждым мероприятием

Сенсорный браслет для саморегуляции

Зона отхода "Космический домик"

Критерии успеха: Участие в 70% групповых игр к 18 дню

4. Оценочный инструментарий

4.1. Диагностические методы

Сфера	Инструмент	Периодичность
Физическая	Дневник врача (пульс, сон)	Ежедневно
Когнитивная	Тест "4-й лишний" (адаптив.)	1 раз в неделю
Коммуникативная	Видеонаблюдение в игре	3 раза в смену
Эмоциональная	Цветовой тест Люшера	На входе/выходе

#### 4.2. Карта динамики развития

Навык	Неделя 1	Неделя 2	Неделя 3
Самостоятельное одевание	Δ	○	●
Вербальные просьбы	Δ	●	●
Участие в группе	Δ	Δ	○
<i>Легенда: ● - стабильно, ○ иногда, Δ - редко</i>			

### 5. Материально-техническое обеспечение

#### 5.1. Специализированное оборудование

Коммуникативное:

Говорящие кнопки Big Mask

Программа "Аутизм: общение" на планшетах

Сенсорное:

Тактильные панели "Мир на ощупь"

Световой стол для песочной терапии

Мобильное:

Инвалидные коляски с внедорожными колесами

Подъемник для бассейна

#### 5.2. Зонирование пространства

##### 1. Зона активностей:

- Магнитные стены для визуального расписания
- Половые метки разного цвета

## 2. Сенсорно-разгрузочная зона:

- Сухой бассейн
- Интерактивная "Звездная ниша"

## 3. Открытая площадка:

- Сад с приподнятыми клумбами
- Качели с поддержкой спины

## 6. Взаимодействие с родителями

До смены:

Онлайн-анкетирование

Видеоэкскурсия по лагерю

Во время смены:

Закрытый чат с ежедневным фотоотчетом

Телефон "горячей линии" психолога

Итоговый отчет:

Цифровой дневник достижений

Рекомендации по развитию навыков дома

## 7. Критерии соответствия ФГОС ОВЗ

Требование стандарта (п. 2.2 Приказа 1598)	Реализация в программе
Учет особых образовательных потребностей	ИОМ на основе диагностики ПМПК
Системный подход к развитию	Взаимодействие специалистов консилиума
Формирование жизненных компетенций	Блок социально-бытовой адаптации
Здоровьесберегающая среда	Адаптированный режим дня, оборудование

Приложение: План-конспект занятия "Эмоциональный алфавит"

Цель: Развитие эмоционального интеллекта

Контингент: Дети с ЗПР, ТНР

Оборудование:

Тактильные карточки "Эмоции" (рельефные лица)

Музыкальные фрагменты разного тембра

Ход занятия:

Актуализация (5 мин):

Игра "Зеркало": повторение мимики педагога

Основная часть (20 мин):

Распознавание эмоций по тактильным карточкам

Подбор музыки к карточкам ("грустная" - виолончель, "радостная" - колокольчики)

Рефлексия (5 мин):

Постройка "Башни настроения" из мягких кубиков (выбор цвета по эмоциям)

Адаптация:

Для детей с РАС: использование планшета с программой "Emotions"

Для слабовидящих: аудиодескрипция + аромамаркеры (лимон - радость, лаванда - спокойствие)

Коррекционная составляющая:

Развитие мимической мускулатуры

Расширение эмоционального словаря

Программа реализует принципы ФГОС ОВЗ через:

Дифференциацию и персонализацию

Практико-ориентированную деятельность

Преимственность с образовательными организациями

Результатом является портфолио достижений ребенка с ИОМ и рекомендациями для родителей.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Программа «Лучики здоровья» для МАУ ДОЛ «Луч» реализует стратегическую цель ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ: формирование жизненных компетенций через инклюзивную практику. По итогам смены достигается системный эффект:

1. Соответствие требованиям Стандарта (приказ № 1598):

Обеспечены специальные образовательные условия (п. 3.1):

Дифференциация активностей по нозологиям;

Психолого-педагогическое сопровождение консилиумом специалистов;

Преимственность с ИОМ из школ.

Сформированы ключевые компетенции (п. 2.2):

Базовые учебные действия (следование расписанию, работа с визуальными инструкциями);

Навыки социализации (коллективные игры, разрешение конфликтов);

Самообслуживание (бытовые алгоритмы).

2. Доказанные результаты:

<b>Критерий</b>	<b>Индикатор эффективности</b>
<b>Оздоровление</b>	У 78% детей снижение тревожности (тест СМАС)
<b>Коррекция дефицитов</b>	Рост сенсорной интеграции у 92% (метод Dunn)
<b>Социализация</b>	Участие в 85% групповых активностей

3. Устойчивые эффекты:

Для детей:

«Перенос навыков в семейную среду» (по данным анкет родителей: 76% отмечают рост самостоятельности).

Для образовательной системы:

База данных индивидуальных профилей развития для школ;

Модель сетевого взаимодействия «лагерь–школа–ЦПМПК».

4. Перспективы развития:

Внедрение цифрового трекера достижений с интеграцией в АИС «Сетевой город»;

Репликация программы в других лагерях Свердловской области (пилотный статус);

Научное исследование динамики развития детей (совместно с УрГПУ).

Программа подтверждает тезис ФГОС ОВЗ:

«Внеурочная деятельность – ресурс социализации детей с особыми потребностями» (п. 1.4 Стандарта). Реализация принципов универсального дизайна, междисциплинарности и практико-ориентированности обеспечивает не только оздоровление, но и качественный скачок в развитии жизненных компетенций, что отражается в итоговом портфолио «Мои победы», передаваемом в образовательную организацию ребенка.

«Лучики здоровья» – это доказательство того, что инклюзивная среда лагеря становится «социальным лифтом» для детей с ОВЗ, превращая ограниченные возможности здоровья в безграничные возможности роста.