

**ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ МОЛОДЕЖИ И ЮНОШЕСТВА
ИМ. К.С. ЗАСЛОНОВА**

УТВЕРЖДАЮ

Начальника центра



/ Я.А. Глушакова

(подпись)

«29» мая 2026 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

ЦСПМиЮ им. К.С. Заслонова

Протокол № 3 от «29» мая 2026 г.

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА АДАПТИВНОГО ОТДЫХА И
ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ И ИНВАЛИДНОСТЬЮ В ЦСПМиЮ
ИМ. К.С. ЗАСЛОНОВА**

Срок реализации: круглогодично

Авторы-составители: рабочая группа
ЦСПМиЮ им. К.С. Заслонова

Новосибирск
2026

I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Актуальность

В ЦСПМиЮ им. К.С. Заслонова ежегодно отдыхают и оздоравливаются дети с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды. Центр располагает необходимой инфраструктурой для создания доступной и развивающей среды: крытый бассейн, комната психологической разгрузки, мастерская «Жестовая речь», спортивные площадки, тренажёрный зал, доступная среда для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Комплексная программа адаптивного отдыха и оздоровления разработана с учётом требований действующего законодательства и направлена на обеспечение равных возможностей для всех детей, независимо от состояния их здоровья.

1.2. Нормативно-правовая база

Программа разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1022;
- Приказа Минобрнауки России от 13.07.2017 № 656;
- СанПиН 2.4.3648-20;
- Методических рекомендаций Минпросвещения России от 16.02.2024 № 06-193.

1.3. Цели и задачи комплексной программы

Цель: создание условий для полноценного отдыха, оздоровления, социальной адаптации и развития детей с ОВЗ и инвалидностью с учётом их индивидуальных особенностей и потребностей.

Задачи:

- Обеспечить доступность всех видов деятельности с учётом нозологии ребёнка.
- Создать комфортную психологическую атмосферу и условия для общения со сверстниками.
- Провести оздоровительные и реабилитационные мероприятия.
- Развивать творческие, коммуникативные и познавательные способности.
- Формировать навыки здорового образа жизни и безопасного поведения.

1.4. Принципы реализации

- **Индивидуальный подход** — учёт нозологии, возраста, физических и психологических особенностей каждого ребёнка.
- **Доступность** — создание безбарьерной среды для всех категорий детей.
- **Инклюзия** — вовлечение детей с ОВЗ в общие мероприятия с учётом их возможностей.
- **Безопасность** — соблюдение санитарных норм, медицинское сопровождение, контроль нагрузки.
- **Комплексность** — сочетание оздоровительных, образовательных, творческих и спортивных мероприятий.

II. ПОРЯДОК РАЗРАБОТКИ, СОГЛАСОВАНИЯ И УТВЕРЖДЕНИЯ АДАПТИВНЫХ ПРОГРАММ

2.1. Общий порядок

Адаптивные программы разрабатываются рабочей группой, создаваемой приказом начальника Центра. В состав рабочей группы входят: заместитель начальника центра, старший воспитатель, педагог-психолог, методист, инструктор по физической культуре, медицинский работник, вожатые.

2.2. Важное условие: персональная программа для каждого ребёнка

Для каждого ребёнка с ОВЗ или инвалидностью разрабатывается персональная адаптивная программа в зависимости от:

- заключения психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК);
- индивидуальной программы реабилитации или абилитации (ИПРА) ребёнка-инвалида;
- рекомендаций лечащего врача;
- возраста и индивидуальных особенностей;
- пожеланий родителей (законных представителей).

Персональная программа учитывает:

- допустимый уровень физической нагрузки;
- ограничения по питанию и медицинским процедурам;
- особенности коммуникации и поведения;
- необходимые условия доступности;
- необходимость сопровождения (тьютор, ассистент).

2.3. Этапы разработки и согласования

1. **Создание рабочей группы** — приказ начальника Центра.
2. **Разработка проекта программы** — с учётом ПМПК, ИПРА, рекомендаций врачей.
3. **Согласование** — на заседании педагогического совета Центра, с психолого-педагогическим консилиумом, с родителями (письменное согласие).
4. **Утверждение** — приказом начальника Центра.
5. **Реализация и корректировка** — в течение смены, при необходимости внесение изменений.

2.4. Структура адаптивной программы

- Титульный лист (наименование организации, грифы согласования и утверждения, название программы, возраст детей, автор-составитель, год).
- Пояснительная записка (актуальность, нормативная база, цель, задачи, принципы).
- Целевой раздел (планируемые результаты, система оценки).
- Содержательный раздел (направления работы, мероприятия, формы и методы).
- Организационный раздел (кадровое обеспечение, материально-техническое обеспечение, режим занятий).
- Приложения (картотеки игр, упражнений, диагностические материалы).

III. АДАПТИВНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО НОЗОЛОГИЯМ

3.1. Программа «Шаг навстречу» (для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата)

Цель: физическая реабилитация, социальная интеграция и укрепление психоэмоционального состояния детей с нарушениями ОДА (сколиоз, плоскостопие, ДЦП).

Задачи:

- Укрепление мышечного корсета и развитие компенсаторных возможностей организма.
- Обучение навыкам самообслуживания и безопасного передвижения.
- Развитие мелкой моторики и координации.
- Включение в коллективные творческие и спортивные мероприятия.

Основные мероприятия:

- **Лечебная физкультура (ЛФК):** ежедневные занятия с инструктором, корригирующая гимнастика.
- **Гидрокинезиотерапия:** занятия в крытом бассейне (плавание, аквааэробика) для снятия мышечного тонуса.
- **Адаптивные спортивные игры:** бочча, настольный теннис с поддержкой, элементы волейбола сидя.
- **Творческие мастерские:** гончарное дело, лепка, мягкая игрушка — для развития мелкой моторики.
- **Психологическая поддержка:** индивидуальные и групповые занятия с психологом в комнате разгрузки.

Адаптация инфраструктуры: два корпуса оборудованы пандусами и специальными ванными комнатами; предоставление сопровождающего лица при необходимости; широкие проходы и поручни в коридорах.

Ожидаемый результат: улучшение физической формы, снижение мышечного тонуса, повышение самооценки, активное участие в жизни отряда.

3.2. Программа «Территория успеха» (для детей с задержкой психического развития)

Цель: коррекция эмоционально-волевой сферы, развитие познавательных процессов и социальная адаптация детей с ЗПР.

Задачи:

- Развитие произвольной регуляции поведения и навыков самоконтроля.
- Стимулирование познавательной активности и учебной мотивации.
- Формирование навыков общения и сотрудничества.
- Снятие психоэмоционального напряжения.

Основные мероприятия:

- **Психологические тренинги:** «История белой вороны», «Моя запятая», «Могу чувствовать».
- **Игротерапия:** настольные игры, квесты, ролевые игры, направленные на развитие логики и коммуникации.
- **Арт-терапия:** рисование, мультипликация, гончарное дело.
- **Релаксационные занятия** в комнате психологической разгрузки.
- **Адаптивные спортивные эстафеты:** простые командные игры с чёткими правилами.

Адаптация программы: упрощение сложных задач, разделение их на короткие этапы, использование наглядных и игровых методов.

Ожидаемый результат: улучшение эмоционального состояния, развитие навыков самоконтроля, повышение учебной мотивации, успешная социализация.

3.3. Программа «Мир на кончиках пальцев» (для детей с нарушениями зрения)

Цель: создание безопасной и развивающей среды, развитие компенсаторных возможностей и социальная адаптация детей с нарушениями зрения.

Задачи:

- Развитие тактильного восприятия и пространственной ориентировки.
- Обучение ориентированию в пространстве с помощью трости и сопровождающего.
- Развитие слухового восприятия и внимания.
- Вовлечение в творческую и спортивную деятельность.

Основные мероприятия:

- **Развивающие занятия:** тактильные панели, релаксация, развитие восприятия.
- **Адаптивные спортивные игры:** голбол, торбол.
- **Творческие мастерские:** лепка, гончарное дело, работа с природными материалами.
- **Музыкальные занятия:** развитие слуха и ритма.
- **Обучение ориентированию** с помощью трости и сопровождающего.

Адаптация инфраструктуры: тактильные планы-схемы объекта, выполненные рельефно-точечным шрифтом Брайля; кнопки вызова сотрудников.

Ожидаемый результат: повышение самостоятельности, улучшение пространственной ориентации, эмоциональная разгрузка, укрепление здоровья.

3.4. Программа «Дыши легко» (для детей с заболеваниями органов дыхания, часто болеющих)

Цель: укрепление дыхательной системы, повышение иммунитета и общее оздоровление детей с заболеваниями органов дыхания и соматически ослабленных.

Задачи:

- Обучение дыхательным практикам и правильному дыханию при физических нагрузках.
- Укрепление организма через закаливание и физическую активность.
- Профилактика респираторных заболеваний.
- Формирование привычки к здоровому образу жизни.

Основные мероприятия:

- **Дыхательная гимнастика** на свежем воздухе (в сосновом бору).
- **Занятия в бассейне:** плавание, аквааэробика.
- **Фитотерапия:** прогулки в сосновом бору (фитонциды).
- **Витаминизация питания** (витаминные коктейли, фитотерапия).
- **Спортивные игры на улице** с дозированной нагрузкой.
- **Занятия в комнате психологической разгрузки** для снятия стресса.

Адаптация инфраструктуры: наличие бассейна, спортивных площадок, соснового бора.

Ожидаемый результат: снижение частоты простудных заболеваний, улучшение функции внешнего дыхания, повышение выносливости, общее укрепление здоровья.

3.5. Программа «Голос сердца» (для детей с нарушениями слуха)

Цель: развитие коммуникативных навыков, социальная адаптация и укрепление здоровья детей с нарушениями слуха.

Задачи:

- Обучение основам жестовой речи.
- Развитие слухового восприятия и речевой активности.
- Формирование навыков командного взаимодействия.
- Укрепление физического здоровья через адаптивную физкультуру.

Основные мероприятия:

- **Занятия в мастерской «Жестовая речь»:** изучение жестов, постановка мини-спектаклей, жестовое пение.

- **Адаптивные спортивные игры:** волейбол, баскетбол с визуальными сигналами.
- **Музыкально-ритмические занятия** с опорой на вибрацию и зрительные образы.
- **Творческие мастерские:** арт-терапия, гончарное дело.
- **Экскурсии по территории** с аудиогидом и сурдопереводом.

Ожидаемый результат: улучшение коммуникации, снижение тревожности, активное включение в жизнь отряда, укрепление физического и психологического здоровья.

3.6. Программа «Речевой ручеёк» (для детей с логопедическими нарушениями)

Цель: коррекция речевых нарушений, развитие коммуникативных навыков и социальная адаптация детей с логопедическими нарушениями (ОНР, заикание).

Задачи:

- Развитие артикуляционной моторики и речевого дыхания.
- Расширение активного и пассивного словаря.
- Формирование навыков связной речи.
- Снятие речевого напряжения и тревожности.

Основные мероприятия:

- **Логопедические занятия:** дыхательные упражнения, игры на развитие фонематического слуха.
- **Театрализованная деятельность:** участие в мини-спектаклях, чтение стихов, ролевые игры.
- **Музыкальные занятия:** пение, логоритмика.
- **Психологические тренинги** на снятие напряжения.
- **Коммуникативные игры** в отряде.

Ожидаемый результат: улучшение звукопроизношения, расширение словарного запаса, повышение речевой активности, успешная социализация.

3.7. Программа «В гармонии с собой» (для детей с отклонениями в эмоциональной и волевой сфере)

Цель: коррекция эмоционально-волевой сферы, развитие навыков саморегуляции и социальная адаптация.

Задачи:

- Развитие навыков распознавания и выражения эмоций.
- Обучение приёмам саморегуляции и релаксации.
- Формирование навыков конструктивного общения.
- Повышение самооценки и уверенности в себе.

Основные мероприятия:

- **Психологические тренинги:** «История белой вороны», «Моя запятая», «Могу чувствовать».
- **Арт-терапия:** рисование, лепка, мультипликация.
- **Релаксационные занятия** в комнате психологической разгрузки.
- **Игротерапия:** ролевые игры, коммуникативные тренинги.
- **Ежедневный психологический мониторинг** водителями с помощью листов наблюдения.

Ожидаемый результат: улучшение эмоционального состояния, развитие навыков самоконтроля, повышение самооценки, успешная социализация.

3.8. Программа «Здоровое сердце» (для детей с заболеваниями пищеварения и сердечно-сосудистой системы)

Цель: оздоровление, профилактика обострений и социальная адаптация детей с заболеваниями пищеварения и сердечно-сосудистой системы.

Задачи:

- Соблюдение диетического питания и питьевого режима.
- Дозированная физическая активность.
- Обучение навыкам здорового образа жизни.
- Снятие психоэмоционального напряжения.

Основные мероприятия:

- **Диетическое питание:** пятиразовое питание с учётом рекомендаций врача.
- **ЛФК:** специальные упражнения с дозированной нагрузкой.
- **Занятия в бассейне:** плавание в спокойном темпе.
- **Фитотерапия:** травяные чаи, витаминные коктейли.
- **Психологические тренинги** на снятие стресса.
- **Прогулки на свежем воздухе** в сосновом бору.

Ожидаемый результат: улучшение общего самочувствия, профилактика обострений, повышение выносливости, успешная социализация.

IV. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Для реализации комплексной программы привлекаются:

- заместитель начальника Центра;
- старший воспитатель;
- педагог-психолог (1 ставка);
- методист;
- инструктор по физической культуре;
- инструктор по плаванию (2 ставки);
- медицинский работник;
- вожатые (26 человек);
- воспитатели (16 человек).

Педагогический состав обладает необходимыми компетенциями для работы с различными нозологиями. Ежегодно проводится обучение по программам повышения квалификации.

V. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

- Крытый бассейн (25 м);
 - Тренажёрный зал;
 - Комната психологической разгрузки;
 - Мастерская «Жестовая речь»;
 - Спортивные площадки (футбольное поле, волейбольная, баскетбольная, теннисный корт);
 - Доступная среда: пандусы, специальные ваннные комнаты в двух корпусах;
 - Мультимедийное оборудование;
 - Кухонный инвентарь для мастер-классов.
-

VI. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Создание комфортных и безопасных условий для отдыха и оздоровления детей с ОВЗ и инвалидностью.
- Улучшение физического и психоэмоционального состояния детей.
- Повышение уровня социальной адаптации и коммуникативных навыков.

- Развитие творческих и познавательных способностей.
 - Формирование навыков здорового образа жизни и безопасного поведения.
 - Успешная интеграция детей с ОВЗ в инклюзивное пространство лагеря.
-