

**Реализация индивидуального маршрута:**

Время	Рекомендации, формы работы с ребёнком	Результат работы
С 2020 по 2023гг Адаптивная физическая культура (развитие крупной моторики)	Упражнения для растягивания мышц используются для снятия напряжения	Таким образом, выстроенные упражнения по адаптивному физическому развитию ребенка с ОВЗ способствуют укреплению его здоровья и физическому развитию, закрепляет успехи ребенка, достигнутые в коррекционно-развивающей работе.
	Упражнения для развития чувствительности мышц (силовые упражнения на сопротивление).	
	Статические упражнения напряжения – расслабление, для устранения спазмов и судорог.	
	Упражнения для улучшения равновесия и двигательной силы.	
	Тренировка ходьбой	
	Упражнения улучшения равновесия и двигательной силы	
С 2020 по 2023гг Игры, упражнения для развития мелкой моторики.	<b>ИГРЫ С РИСОВАНИЕМ</b>	Систематические упражнения по развитию мелкой моторики пальцев рук помогают выработать навыки самоконтроля движений рук не только под контролем зрения, но и при участии осязания, тактильно-двигательных ощущений (на ощупь).  Повторение одного и того же движения способствует автоматизации двигательных навыков, является основой подготовки руки к обучению письму.  Желательно развивать равным образом движения пальцев обеих рук, как в играх, так и в быту. Стараться ориентироваться на упражнения, которые способствуют развитию всех пальцев рук.
	«ШТРИХОВКИ» Проводить на контурном изображении линии в заданных направлениях простым карандашом. Сначала по контурным линиям, по показу, затем по одной линии с заданным направлением. Линии проводить близко друг к другу, не выходя за контур.	
	«ОБВОДКИ» Обводить карандашами тонкий нарисованный контур (или пунктир) точно по линии - квадратики, кружочки или продвигаться по нарисованному заранее лабиринту.	
	«РАСКРАСКИ» Раскрашивание готовых контурных изображений цветными карандашами, мелками, красками. Вначале крупные изображения из 1-3 частей, и только после того, как ребенок научится раскрашивать крупные детали (без просветов, желательно в одном направлении, с сильным нажимом, не выходя за контур), можно приступить к	