

Индивидуальный образовательный маршрут (ИОМ) для Ивана, 4 года (ЗПР + СДВГ)

Общие сведения

- **ФИО ребёнка:** Иван
- **Возраст:** 4 года
- **Диагноз/заключение:** ЗПР (задержка психического развития), СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности)
- **Срок реализации ИОМ:** 3–6 месяцев (с последующей коррекцией по результатам промежуточной диагностики)
- **Участники сопровождения:** воспитатель, педагог-психолог, родители.

Цель ИОМ

Создать условия для компенсации дефицитов развития у Ивана за счёт индивидуализации образовательного процесса, снижения утомляемости и импульсивности, развития произвольной регуляции, речи и познавательной активности в соответствии с возрастными возможностями ребёнка.

Задачи

- Снизить уровень импульсивности и повысить способность к удержанию внимания на коротких заданиях (3–5 минут).
- Развивать понимание обращённой речи и активный словарь (в пределах бытовых тем).
- Формировать элементарные навыки самообслуживания и правила поведения в группе.
- Развивать зрительно-моторную координацию, мелкую моторику, сенсорное восприятие.
- Поддерживать эмоциональную стабильность, обучать простым приёмам саморегуляции (пауза, глубокий вдох, выбор спокойного места).

Направления работы и содержание

Направление	Конкретные задачи	Методы и приёмы	Частота и длительность
Развитие произвольной регуляции и снижение импульсивности (СДВГ)	Научить Ивана замечать сигналы подсказки «стоп», использовать короткие паузы, таймер выбирать спокойные виды деятельности после подвижных игр	Визуальные (карточки «стоп/жди/делай»), короткие паузы, таймер минут, «сначала потом», «уголок тишины» в группе, дыхательные	Ежедневно, 2–3 на 3–5 коротких эпизода (по — 3–5 мин) в течение дня

Направление	Конкретные задачи	Методы и приёмы	Частота и длительность
Познавательное развитие (ЗПР)		упражнения «надуй шарик», «подуй на свечу»	
	Формировать представления о цвете, форме, величине; развивать зрительное восприятие и память через простые сортировки и парные картинки	Игры «Найди пару», «Подбери по цвету/форме», «Что изменилось?», «Собери пирамидку/матрёшку», работа с сенсорными коробками	2–3 раза в неделю, по 5–7 минут
	Расширять пассивный и активный словарь по темам «Игрушки», «Части тела», «Одежда», «Еда»; развивать понимание простых инструкций из 2 шагов	Рассматривание тематических картинок, называние предметов и действий, игры «Покажи, где...», «Дай мне...», чтение коротких сказок с повторением фраз, пальчиковые игры со стихами	Ежедневно в режимных моментах, 2 раза в неделю с логопедом по 10–15 минут
Социально-коммуникативное развитие	Формировать навыки взаимодействия: умение ждать своей очереди, просить игрушку словами, выражать эмоции словами или карточками	Ролевые мини-сценки «Поделись игрушкой», «Попроси помощи», использование карточек эмоций, совместное конструирование по очереди	3–4 раза в неделю в малых подгруппах по 5–8 минут
Физическое и моторное развитие	Развивать общую координацию, равновесие, силу	Ходьба по линии, перешагивание через предметы, упражнения	Ежедневно, 10–15 минут в

Направление	Конкретные задачи	Методы и приёмы	Частота и длительность
	хвата, зрительно-моторную координацию	бросание/ловля мяча, работа прищепками, нанизывание бусин, лепка пластилина	утренней с гимнастике и на прогулке; 2 раза в неделю на занятиях по физкультуре
Здоровьесбережение режим	Снижать переутомление, и поддерживать стабильный ритм дня, чередовать нагрузку и отдых	Частые короткие перерывы, снижение сенсорной нагрузки (тихая зона), фиксированный режим сна и питания, ограничение экранного времени	Постоянно, в течение всего дня

Особенности организации среды и взаимодействия

- **Среда:** минимум отвлекающих стимулов, чёткие границы пространства, визуальное расписание на день (картинки: «завтрак», «игра», «прогулка», «сон»).
- **Подача инструкций:** короткие, чёткие, из 1–2 шагов; дублирование жестом или картинкой.
- **Мотивация:** система поощрений (наклейки, фишки, выбор любимой игры после выполнения задания).
- **Переход между видами деятельности:** предупреждать заранее («через 2 минуты будем убирать игрушки»), использовать звуковой сигнал или карточку-переход.

Работа с семьёй

- Еженедельные короткие встречи/сообщения с воспитателем (что получилось, что было трудно).
- Обучение родителей простым приёмам регуляции (правило «сначала — потом», таймер, «уголок тишины» дома).
- Рекомендации по режиму дня, питанию, прогулкам и ограничению экранов.

- Совместное ведение дневника наблюдений (сон, аппетит, настроение, эпизоды импульсивности).

Критерии оценки динамики (промежуточная диагностика каждые 3 месяца)

- Удерживает внимание на задании 3–5 минут (было менее 2 минут).
- Понимает и выполняет инструкцию из 2 шагов без повтора.
- Использует 10–15 новых слов в активном словаре.
- Демонстрирует 2–3 навыка саморегуляции (пауза, выбор тихой зоны, просьба «мне нужно отдохнуть»).
- Самостоятельно выполняет 1–2 элемента самообслуживания (надевает обувь, моет руки).