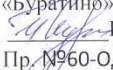


**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 «Буратино» р.п. Кузоватово
(МДОУ д/с №4 «Буратино» р.п. Кузоватово)**

РАССМОТРЕНО:

на педагогическом совете
МДОУ д/с № 4 «Буратино»
р.п.Кузоватово
Пр. № 1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МДОУ д/с № 4
«Буратино» р.п.Кузоватово
 И.И.Кувшинова
Пр. №60-Од 30.08.2022 г.



**Рабочая программа инструктора по физической культуре
по реализации образовательной области
«Физическое развитие» для детей
с задержкой психического развития (4-7 лет)**

срок реализации программы **2022-2023 учебный год**

Составил:
инструктор по физической
культуре
Абагян О.А.

р.п. Кузоватово
2022 год

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №4 «Буратино» р.п. Кузоватово
(МДОУ д/с №4 «Буратино» р.п. Кузоватово)**

РАССМОТРЕНО:

на педагогическом совете
МДОУ д/с № 4 «Буратино»
р.п.Кузоватово
Пр. № 1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МДОУ д/с № 4
«Буратино» р.п.Кузоватово
_____И.И.Кувшинова
Пр. №60-Од 30.08.2022 г.

**Рабочая программа инструктора по физической культуре
по реализации образовательной области
«Физическое развитие» для детей
с задержкой психического развития (4-7 лет)**

срок реализации программы **2022-2023 учебный год**

Составил:
инструктор по физической
культуре
Абагян О.А.

р.п. Кузоватово
2022 год

СОДЕРЖАНИЕ

I Целевой раздел программы

1 Пояснительная записка

1.1. Цель и задачи рабочей программы

1.2. Принципы и подходы к формированию программы

1.3. Характеристика возрастных особенностей физического и психического развития детей с задержкой психического развития (далее ЗПР)

1.4. Планируемые результаты освоения программы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с ЗПР)

II Содержательный раздел

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

2.2. Описание форм, способов, методов и средств реализации программы

2.3. Интеграция с другими образовательными областями

2.4. Виды деятельности

2.5. Коррекционно-развивающая работа

III Организационный раздел

3.1. Условия реализации рабочей программы Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с задержкой психического развития

3.2. Учебный план по реализации образовательной области «Физическое развитие»

3.3. Организация распорядка и (или) режима дня

3.4. Взаимодействие с семьями воспитанников

3.5. Взаимодействие со специалистами

3.6. Особенности организации предметно-развивающей среды

3.7. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

3.8. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса по направлению «Физическая культура»

3.9. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа (далее Программа) по физическому развитию представляет внутренний нормативный документ муниципального дошкольного образовательного учреждения детского сада № 4 «Буратино» р.п.Кузоватово. Определяет содержание, объём и организацию образовательной деятельности по физическому развитию для детей дошкольного возраста с задержкой психического развития (ЗПР) с учётом их возрастных, индивидуальных, психологических и физиологических особенностей. Программа составлена в соответствии с адаптированной основной образовательной программой дошкольного образования детей с задержкой психического развития МДОУ д/с № 4 «Буратино» р.п.Кузоватово, разработанной в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17 октября 2013 года), с учетом Примерной адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с задержкой психического развития одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 7 декабря 2017 г. № 6/17).

Программа разработана в соответствии с требованиями основных нормативных документов:

Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями и дополнениями);

- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам дошкольного образования»;
- постановления Государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)

безвредности для человека факторов среды обитания" Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы от 28 января 2021 г. № 1.2.3685-21

- Конвенцией о правах ребенка (1989 г.)

В части, формируемой участниками образовательных отношений использованы

- Н.В. Полтавцева, Н.А.Гордова Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 4-5 лет.

- М: Просвещение, 2007

- Н.В. Полтавцева, Н.А.Гордова Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 5—6 лет.

- М: Просвещение, 2007

- Н.В. Полтавцева, Н.А.Гордова Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 6 – 7 лет.

- М: Просвещение, 2007

- Ю. А. Кириллова, Интегрированные физкультурно – речевые занятия для дошкольников с ОНР 4 – 7 лет: Методическое пособие. – СПб.: «ДетствоПресс», 2005.

Ю.А. Кириллова Физическое развитие детей с тяжёлыми нарушениями речи(общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. Парциальная программа.- 3-е изд., перераб. и доп. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО - ПРЕСС», 2021.-128с.

- Парциальная программа «Основы безопасности детей дошкольного возраста», Н. Н. Авдеева, О. Л. Князев, Р. Б. Стеркина.- Санкт-Петербург, 2014.

- Программа по социокультурному воспитанию детей в условиях сельского дошкольного учреждения « Кузовок» (Л.М.Захарова, С.Н.Кузьмина, О.А.Хлебова и др.)

Программа рассчитана на 1 год обучения детей с 4 до 7 лет с задержкой психического развития. В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуется физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки. Рабочая программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее - ФГОС) дошкольного образования. Программа

предназначена для осуществления коррекционно-образовательной деятельности с детьми с задержкой психического развития (ЗПР).

1.1. Цель и задачи рабочей программы

Цель рабочей программы - реализация содержания основной адаптированной программы дошкольного образования для детей с ЗПР муниципального дошкольного образовательного учреждения д/с № 4 «Буратино» р.п.Кузоватово, в соответствии с требованиями ФГОС дошкольного образования.

Одной из основных задач программы является создание условий для правильного физического развития ребёнка, обеспечение оптимального режима двигательной активности, способствующего своевременному развитию моторных функций, правильному формированию важнейших органов и систем в соответствии с возрастными особенностями дошкольников, с учетом сенситивных для развития определённых двигательных умений периодов, в том числе развитию речи ребёнка, приобщение к здоровому образу жизни.

Образовательные задачи:

Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.

Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.

Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции)

Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера

Развитие пространственно-временной дифференцировки.

Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.

Активизация защитных сил организма ребёнка.

Повышение физиологической активности органов и систем организма.

Укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы.

Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).

Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).

Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.

Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

Воспитательные задачи:

Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.

Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.

Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

Формирование у воспитанников осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- обеспечить равные возможности для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в т.ч. ограниченных возможностей здоровья);
- оказывать помощь родителям (законным представителям) в охране и укреплении физического и психического здоровья их детей.

Физическая культура:

- развивать общую и мелкую моторику;
- способствовать становлению произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка;
- формировать скоростные, эргические (связанные с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности) и вариативные качества, связанные с развитием двигательных способностей;
- формировать когнитивно-интеллектуальный и физкультурно-деятельный компоненты физической культуры.

1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Рабочая программа физического развития дошкольников с ЗПР построена с учетом основных *принципов дошкольного образования*, определенных ФГОС ДО:

-*Принцип оздоровительной направленности*, согласно которому инструктор по физической культуре несет ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, должен обеспечить рациональный общий и двигательный режим, создать оптимальные и допустимые условия для двигательной активности детей с ОВЗ.

-*Принцип разностороннего и гармоничного развития личности*, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально - нравственного и художественно - эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью;

- *Принцип интеграции образовательной области «Физическое развитие» с другими*, в соответствии с возрастными возможностями и особенностями детей, спецификой и возможностями образовательных областей; основывается на комплексно-тематическом принципе построения образовательного процесса;

-*Принцип гуманизации и демократизации*, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно - оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода;

-*Принцип индивидуализации* позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения ОД по физическому развитию, учитывая индивидуальные способности каждого ребенка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности;

-*Принципы постепенности наращивания* развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

Принцип активности и сознательности в обучении. Обучение и воспитание представляют собой двусторонние процессы. С одной стороны – объект обучающего и воспитывающего воздействия – ребенок, которого обучают и воспитывают, а с другой стороны, ребенок сам активно участвует в процессе обучения и чем выше его субъективная активность, тем лучше результат. При этом следует понимать различия

между учением дошкольника и учебной деятельностью школьника. Снижение уровня субъективной активности, слабость познавательных интересов, несформированность познавательной мотивации существенно влияют на успешность освоения образовательной программы детьми с ЗПР.

Принцип доступности предполагает учет возрастных и психофизиологических особенностей детей, а также учет уровня актуального развития и потенциальных возможностей каждого из них. Все обучение ребенка с ЗПР должно строиться с опорой на «зону ближайшего развития», что соответствует требованиям ФГОС ДО, и предполагает выбор образовательного содержания повышенной трудности, при этом в равной мере нежелательно облегчать или чрезмерно повышать трудность предлагаемой информации.

Принцип последовательности и систематичности. Учет этого принципа позволяет сформировать у детей целостную систему знаний, умений, навыков

Принцип прочности усвоения знаний. В процессе обучения необходимо добиться прочного усвоения полученных ребенком знаний, прежде чем переходить к новому материалу. У детей с ЗПР отмечаются трудности при запоминании наглядной, и особенно словесной информации, если она не подкрепляется наглядностью и не связана с практической деятельностью. В связи с этим возрастает роль повторения и закрепления пройденного при специальной организации практических действий и различных видов деятельности детей. В некоторых случаях возможно обучение детей простейшим мнемотехническим приемам.

Принцип наглядности предполагает организацию обучения с опорой на непосредственное восприятие предметов и явлений, при этом важно, чтобы в процессе восприятия участвовали различные органы чувств.

Принцип индивидуального подхода к обучению и воспитанию.

В работе с детьми с ЗПР не менее актуален *дифференцированный подход* в условиях коллективного образовательного процесса, который обусловлен наличием вариативных индивидуально-типологических особенностей даже в рамках одного варианта задержки развития.

Принцип социально-адаптирующей направленности образования. Коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство обеспечения ребенку с ограниченными возможностями самостоятельности и независимости в дальнейшей социальной жизни.

Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений.

Принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании. В рамках ведущей деятельности происходят качественные изменения в психике, которые являются центральными психическими новообразованиями возраста. Качественная перестройка обеспечивает предпосылки для перехода к новой, более сложной деятельности, знаменующей достижение нового возрастного этапа.

Принцип комплексного применения методов педагогического и психологического воздействия означает использование в процессе коррекционного воспитания и обучения многообразия методов, приемов, средств (методов игровой коррекции: методы арт-, сказко-, игротерапии).

Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования предполагает, что образовательное содержание предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых его возможностей.

Принцип лично-ориентированного взаимодействия взрослого с ребенком указывает на признание самоценности личности ребенка, необходимости активного его участия в познавательной и практической деятельности.

-Принцип единства с семьей, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, коррекции, оздоровления, распорядка дня, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников с ЗПР, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях - физкультурных досугах и праздниках.

1.3. Характеристика возрастных особенностей физического и психического развития детей с задержкой психического развития

Термин «задержка» подчеркивает временной (несоответствие уровня психического развития паспортному возрасту ребенка) и вместе с тем временный характер самого отставания, которое преодолевается с возрастом. Задержка психического развития наблюдается у детей, перенесших слабо выраженные органические повреждения центральной нервной системы (во внутриутробном развитии, во время родов или в раннем детстве) или имеющих генетически обусловленную недостаточность головного мозга. У таких детей психические функции, формирующиеся на ранних этапах, складываются, в зависимости от степени и глубины поражения центральной нервной системы, несколько по-иному, чем в норме: остаются недостаточными,

неполноценными. Одна из основных особенностей детей с ЗПР - низкая познавательная активность, которая проявляется хотя и неравномерно, но во всех видах психической деятельности. Этим обусловлены особенности восприятия, внимания, памяти, мышления и эмоционально-волевой сферы детей с ЗПР.

У детей с ЗПР обнаруживается недостаточность процесса переработки сенсорной информации в целом, поэтому у них нет целостности восприятия, они не могут полностью охватить объект со множеством признаков и воспринимают его фрагментарно. Эти дети могут не узнать даже знакомые объекты, если они видны в непривычном ракурсе или плохо освещены. Они допускают ошибки при воспроизведении простых геометрических фигур по зрительному образцу. Для адекватного восприятия объектов детям с ЗПР требуется больше времени, чем детям без нарушений. Таким образом, эффективность восприятия у детей с ЗПР снижена по сравнению с нормально развивающимися детьми, а образы недостаточно дифференцированы и полны. Это ограничивает возможности наглядного мышления, что проявляется в результатах и способах выполнения заданий.

Внимание описываемой категории детей характеризуется суженным полем, что проявляется в повышенной отвлекаемости и фрагментарном выполнении любых заданий. Память детей с ЗПР характеризуется сниженной продуктивностью произвольного и особенно произвольного запоминания и небольшим объемом кратковременной и особенно долговременной памяти. Так, при выполнении задания методики «Десять слов» дети старшего дошкольного возраста воспроизводят не более 2-5 слов из 10. После 2-3 повторений количество воспроизводимых слов не повышается, а иногда и снижается. При отсроченном (по прошествии 30 минут) воспроизведении слова либо заменяются (вместо слова «лес» - «елка», «кот» - «котенок», «дом» - «дача», «конь» - «лошадь» и т.д.), либо вовсе забываются. Низкий уровень произвольного запоминания у детей с ЗПР связан не только с ограниченной познавательной активностью и неумением найти вспомогательные мнемические приемы, но и с трудностями смысловой переработки информации, которую необходимо запомнить. У детей с ЗПР отсутствует интерес к познавательным задачам и готовность их решать. Дети пытаются «уйти» от заданий: заговаривают на другую тему, просто отказываются от выполнения - «не знаю», «не умею».

Во всех видах мыслительной деятельности у детей с ЗПР обнаруживается отставание. Большие трудности вызывают задачи наглядно-образного характера, решение которых опирается на образы представлений и воображение. У детей с ЗПР отсутствует или

неполноценна предварительная ориентировка в условиях познавательных задач всех типов, нет плана выполнения задания. Такие дети не могут предвидеть результаты своей деятельности. Еще одна отличительная черта мыслительной деятельности детей с ЗПР - инертность. Они с большим трудом переключаются с одной деятельности на другую, с одного способа решения - на другой. Недоразвитие эмоционально-волевой сферы, или инфантилизм, проявляет себя особенно при переходе ребенка с ЗПР к систематическому обучению. На занятиях такие дети непродуктивны в тех ситуациях, когда необходимо следовать требованиям педагога и преодолевать собственные желания. Для них характерно отсутствие чувства долга, ответственности за свое поведение, небрежное отношение к обучению, неорганизованность при выполнении заданий, недостаточная критичность, завышенная или, наоборот, заниженная самооценка как результат отрицательной оценки их успехов в разных видах деятельности. Дети с ЗПР тяготеют к механической работе, не требующей умственных усилий (заполнение готовых форм, изготовление несложных поделок и т.п.). Они стремятся избежать всяких умственных усилий. Дети с ЗПР плохо регулируют собственные действия. При выполнении задания не умеют следовать инструкции, сличать уже проделанное с тем, что еще предстоит выполнить. Эмоции детей с ЗПР поверхностны и неустойчивы, вследствие чего эти дети внушаемы, подражательны и легко могут следовать за другими в своем поведении. Истощаемость нервной системы и быстрая утомляемость характерны для детей с ЗПР. Утомляясь, они ведут себя по-разному. Одни становятся вялыми и пассивными, стремятся к уединению, другие - возбуждаются, ведут себя расторможенно. Они, как правило, очень обидчивы и вспыльчивы, часто без достаточных оснований могут наругать, обидеть товарища, порой становятся жестокими.

1.4. Планируемые результаты освоения программы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ЗПР)

Особенности работы с детьми с ЗПР состоят в необходимости индивидуально-дифференцированного подхода, снижения темпа обучения, структурной простоты содержания занятий, циклического возврата к уже изученному материалу и обогащения его новым содержанием, определения целевых ориентиров для каждого этапа образовательной деятельности с учетом возможностей конкретной группы и каждого ребенка. В связи с этим, рабочие программы педагогов в одинаковых

возрастных группах могут существенно различаться.

Целевые ориентиры (планируемые результаты) к 5 годам

Осваивает все основные движения, хотя их техническая сторона требует совершенствования. Практически ориентируется и перемещается в пространстве. Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре (воспитателя). Принимает активное участие в подвижных играх с правилами. Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором «Лего», крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.

Возможные достижения ребенка к 5 годам:

- проходит по гимнастической скамейке;
- ударяет мяч об пол и ловит его двумя руками;
- обладает развитой крупной моторикой, выражает стремление осваивать различные виды движения (бег, лазанье, перешагивание, перелезание и пр.);
- обладает навыками элементарной ориентировки в пространстве,
- (движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение и перемещение в сухом бассейне и т. п.);
- реагирует на сигнал и действует в соответствии с ним;
- выполняет по образцу взрослого простейшие построения и перестроения, физические упражнения в соответствии с указаниями инструктора по физической культуре (воспитателя);
- стремится принимать активное участие в подвижных играх;
- использует предметы домашнего обихода, личной гигиены, выполняет орудийные действия с предметами бытового назначения с помощью взрослого;
- с незначительной помощью взрослого стремится поддерживать опрятность во внешнем виде, выполняет основные культурно-гигиенические действия, ориентируясь на образец и словесные просьбы взрослого.

Целевые ориентиры (планируемые результаты) к 6-8 годам

у ребенка развита крупная и мелкая моторика; движения рук достаточно координированы; рука подготовлена к письму;

подвижен, владеет основными движениями, их техникой;
может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений;
обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и др.);
развита способность к пространственной организации движений; слухозрительно-моторной координации и чувству ритма;
проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

Возможные достижения к 6 годам

Ребенок обнаруживает достаточный уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующий возрастному-половому нормативам.

Проявляет желание участвовать в подвижных играх с элементами соревнования; самостоятельно организует подвижные игры, придумывая разные варианты.

Умеет ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку.

Умеет прыгать на месте, прыгать в обозначенное место, прыгать в длину с места на расстояние не менее 80 см, с разбега не менее 100 см.

Умеет метать мяч и предметы на расстояние удобной рукой, в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 3 м; отбивать мяч на месте не менее 10 раз.

Имеет представление об элементах спортивных игр: волейбол, баскетбол, футбол, хоккей.

Самостоятельно одевается и раздевается, правильно умывается и моет руки, пользуется предметами личной гигиены (мыло, расческа, полотенце, носовой платок).

Умеет привлечь внимание взрослого в случае травмы или недомогания; может элементарно охарактеризовать свое самочувствие.

Возможные достижения к 7-8 годам

Ребенок обнаруживает достаточный уровень развития физических качеств и основных движений, соответствующий возрастному-половому нормативам.

Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни.

Самостоятельно организует подвижные игры (в разных вариантах).

Умеет прыгать на мягкое покрытие с высоты, мягко приземляться прыгать в длину с места на расстояние не менее 120 см, с разбега - 150 см; прыгать через короткую и длинную скакалку.

Умеет перебрасывать набивные мячи весом 1 кг, метать мяч и предметы на расстояние не менее 10 м., владеть «школой мяча».

Владеет элементами спортивных игр и умеет организовать спортивные игры по облегченным правилам: футбол, хоккей, баскетбол, волейбол

Имеет представления о ЗОЖ (о некоторых особенностях строения и функционирования организма человека, о важности соблюдения режима дня, о рациональном питании, о значении двигательной активности, о полезных и вредных привычках и др.); о поведении во время болезни.

Владеет основными культурно-гигиеническими навыками (быстро и правильно умывается, чистит зубы, поласкает рот после еды, моет уши, причесывается, правильно пользуется носовым платком, следит за своим внешним видом, самостоятельно одевается и раздевается, следит за чистотой одежды и обуви и т.п.). Выполняет правила культуры еды.

Понимает, как нужно вести себя в опасных ситуациях, и при напоминании, выполняет эти правила.

Имеет представления о способах обращения за помощью в опасных ситуациях, знает номер телефона вызова экстренной помощи.

Умеет привлечь внимание взрослого в случае травмы или недомогания; оказывает элементарную помощь.

II Содержательный раздел

2.1. Содержание психолого-педагогической работы по образовательной области «Физическое развитие»

В соответствии с ФГОС Физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; движений, способствующих правильному формированию опорно-двигательного аппарата, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьбы, бега, мягких прыжков, поворотов в обе стороны).

Формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его

элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

Области «Физическое развитие» детей дошкольного возраста в условиях ДОО представлена двумя разделами:

1. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.
2. Физическая культура.

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

- обеспечить равные возможности для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в т.ч. ограниченных возможностей здоровья);
- оказывать помощь родителям (законным представителям) в охране и укреплении физического и психического здоровья их детей.

Физическая культура:

- развивать общую и мелкую моторику;
- способствовать становлению произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка;
- формировать скоростные, эргические (связанные с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности) и вариативные качества, связанные с развитием двигательных способностей;
- формировать когнитивно-интеллектуальный и физкультурно-деятельный компоненты физической культуры.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни у воспитанников с ЗПР, средняя группа (4-5 лет)

1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.

Осваивает разучиваемые движения, их элементы как на основе демонстрации, так и на основе словесной инструкции, понимает указания взрослого. Обращается за помощью к взрослым при заболевании, травме. Отсутствуют признаки частой заболеваемости.

2. *Воспитание культурно-гигиенических навыков.* Правильно выполняет процессы умывания, мытья рук с мылом. Пользуется расческой, носовым платком, пользуется столовыми приборами, салфеткой, хорошо пережевывает пищу, ест бесшумно. Действия могут требовать небольшой коррекции и напоминания со стороны взрослого.

3. *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.* Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь». Имеет представление о составляющих ЗОЖ: о питании, закаливании, необходимости соблюдения гигиенических процедур. Знает о частях тела и об органах чувств человека, о пользе утренней зарядки и физических упражнений, прогулок, о витаминах, об оказании элементарной помощи при ушибах и травме.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни у воспитанников с ЗПР, старшая группа (от 5 до 6 лет)

1. *Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.* Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание взрослого в случае плохого самочувствия, недомогания.

2. *Воспитание культурно-гигиенических навыков.* Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов сверстникам. Следит за своим внешним видом и внешним видом других детей. Помогает взрослому в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом сверстникам. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.* Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни у воспитанников с ЗПР, подготовительная группа (седьмой-восьмой год жизни)

1. *Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей.* Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной

деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

2. *Воспитание культурно-гигиенических навыков.* Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов сверстникам. Следит за своим внешним видом и внешним видом других детей. Помогает взрослому в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом сверстникам. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. *Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.* Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для здоровья.

Физическая культура

Средняя группа (от 4 до 5 лет)

1. *Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).* Развитие движений соответствует возрастной норме; движения хорошо координированы и энергичны; выполняются ловко, выразительно, красиво. Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития и физических качеств.

2. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).* Умения и навыки в основных движениях соответствуют возрастным возможностям. Доступны традиционные четырехчастные общеразвивающие упражнения с четким сохранением разных исходных положений в разном темпе (медленном, среднем, быстром), выполнение упражнений с напряжением, с разными предметами с одновременными и поочередными движениями рук и ног, махами, вращениями рук; наклоны вперед, не сгибая ноги в коленях, наклоны (вправо, влево). Доступно освоение главных элементов техники: в беге

– активного толчка и выноса маховой ноги; в прыжках – энергичного толчка и маха руками вперед-вверх; в метании – исходного положения, замаха; в лазании – чередующегося шага при подъеме на гимнастическую стенку одноименным способом. Ловля мяча с расстояния 1,5 м, отбивание его об пол не менее 5 раз подряд. Правильные исходные положения при метании. Ползание разными способами: пролезание между рейками лестницы, поставленной боком; ползание с опорой на стопы и ладони по доске, наклонной лестнице, скату; лазание по гимнастической стенке, подъем чередующимся шагом, не пропуская реек, перелезание с одного пролета лестницы на другой вправо, влево, не пропуская реек. Выполняет прыжки на двух ногах с поворотами кругом, со сменой ног; ноги вместе-ноги врозь; с хлопками над головой, за спиной; прыжки с продвижением вперед, вперед-назад, с поворотами, боком (вправо, влево); прыжки в глубину (спрыгивание с высоты 25 см); прыжки через предметы высотой 5- 10 см; прыжки в длину с места; вверх с места на высоту 15-20 см). Сохраняет равновесие после вращений или в заданных положениях: стоя на одной ноге, на приподнятой поверхности. Соблюдает правила в подвижных играх. Соблюдает правила, согласовывает движения, ориентируется в пространстве. Развито умение ходить и бегать разными видами бега свободно, не шаркая ногами, не опуская голову, сохраняя координацию движений рук и ног. Сформировано умение строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях. Сохраняет правильную осанку самостоятельно в положениях сидя и стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии. Новые движения осваивает быстро. Соблюдает технику выполнения ходьбы, бега, лазанья и ползанья. Правильно выполняет хват перекладины во время лазанья. Энергично отталкивает мяч при катании и бросании; ловит мяч двумя руками одновременно. Энергично отталкивается двумя ногами и правильно приземляется в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; на двух ногах и поочередно на одной ноге; принимает правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см. В играх выполняет сложные правила, меняет движения. Сформированы навыки доступных спортивных упражнений: катание на санках (подъем с санками на горку, скатывание с горки, торможение при спуске; катание на санках друг друга). Катание на двух- и трехколесном велосипедах: по прямой, по кругу, «змейкой», с поворотами.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Активно участвует в совместных играх и физических

упражнениях. Выполняет правила в подвижных играх, реагирует на сигналы и команды. Развит интерес, самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений и подвижных игр, при этом переживает положительные эмоции. Пользуется физкультурным инвентарем и оборудованием в свободное время. Сформировано желание овладевать навыками доступных спортивных упражнений. Объем двигательной активности соответствует возрастным нормам.

Старшая группа (от 5 до 6 лет)

1. *Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).* Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения – у мальчиков, гибкость – у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.

2. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).* Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Способен выполнить общеразвивающие упражнения с различными предметами, тренажерами. Доступны энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег на носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Выполняет разные виды прыжков: в длину, ширину, высоту, глубину, соблюдая возрастные нормативы. Прыгает через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Выполняет разнообразные движения с мячами: прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами, бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками, отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными

способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием, играх-эстафетах. Участвует в спортивных играх: в городках, баскетболе по упрощенным правилам. В футболе доступно отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг ног. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности.

3. *Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.* Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и грациозность движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях со сверстниками. Помогает взрослым готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

Подготовительная группа (седьмой-восьмой год жизни)

1. *Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации).* Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх. Высокие результаты при выполнении тестовых заданий.

2. *Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями).* Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения. Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами. Соблюдает требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге – энергичная работа рук; в прыжках – группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании – энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании – ритмичность при подъеме и спуске. Освоены разные виды и способы ходьбы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Сохраняет динамическое и статическое равновесия в сложных условиях: в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок; перешагивая предметы; выполняя повороты кругом, перепрыгивание ленты, подпрыгивая. Может: стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх; кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. В беге сохраняет скорость и заданный темп, направление, равновесие. Доступен бег: через препятствия – высотой 10-15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя

спиной к направлению движения и т. п.). Сочетает бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Ритмично выполняет прыжки, может мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Доступны: подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом, смещая ноги вправо – влево, сериями с продвижением вперед, перепрыгиванием линии, веревки, продвижением боком и др. Выполняет прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170-180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см); прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами; прыжки через большой обруч как через скакалку. Освоены разные виды метания, может отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами: метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцеброс и др.) разными способами. В лазании освоено: энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд; быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестницам; по канату (шесту) способом «в три приема». Может организовать знакомые подвижные игры с подгруппой сверстников, игры-эстафеты, спортивные игры: городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит; баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы; футбол: знает способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр; настольный теннис, бадминтон: умеет правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. Может контролировать свои действия в соответствии с правилами. В ходьбе на лыжах осваивает: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойках. Может кататься на коньках: сохранять равновесие, «стойку

конькобежца» во время движения, выполнять скольжение и повороты. Умеет кататься на самокате: отталкиваться одной ногой; плавать: скользить в воде на груди и спине, погружаться в воду; кататься на велосипеде: по прямой, по кругу, «змейкой», умение тормозить; кататься на санках; скользить по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Управляет движениями осознанно.

3. *Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.* Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и комбинирует движения, проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и сверстников. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Развит интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

2.2. Описание форм, способов, методов и средств реализации программы

В качестве вариативных форм, способов, методов организации образовательной деятельности служат такие формы как: образовательные предложения для целой группы (занятия), различные виды игр, подвижные и традиционные народные игры; взаимодействие и общение детей и взрослых и/или детей между собой; праздники, социальные акции т.п., а также использование образовательного потенциала режимных моментов. Все формы вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности. Совместная деятельность предполагает индивидуальную, подгрупповую и групповую формы организации образовательной работы с воспитанниками. Она строится на:

- субъектной (партнерской, равноправной) позиции взрослого и ребенка;
- диалогическом (а не монологическом) общении взрослого с детьми;
- продуктивном взаимодействии ребенка со взрослыми и сверстниками;
- партнерской формой организации образовательной деятельности (возможностью свободного размещения, перемещения, общения детей и др.). Основной мотив участия (неучастия) ребенка в образовательном процессе – наличие (отсутствие) интереса.

Непрерывная образовательная деятельность реализуется через организацию различных видов детской деятельности или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы. Образовательная деятельность с детьми осуществляется и в процессе проведения режимных моментов: утренней гимнастики, прогулки.

Самостоятельная деятельность предполагает свободную деятельность воспитанников в условиях созданной педагогами (в том числе совместно с детьми) предметно-развивающей образовательной среды и:

- обеспечивает выбор каждым ребенком деятельности по интересам;
- позволяет ему взаимодействовать со сверстниками или действовать индивидуально;
- содержит в себе проблемные ситуации и направлена на самостоятельное решение ребенком разнообразных задач;
- позволяет на уровне самостоятельности освоить (закрепить, апробировать) материал, изучаемый в совместной деятельности со взрослым.

Все формы взаимодействия вместе и каждая в отдельности могут быть реализованы через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно инициируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности. Методы обучения детей – это система последовательных взаимосвязанных способов работы педагога и обучаемых детей, которые направлены на достижение дидактических задач.

1. Наглядные методы зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);
2. Практические методы. Выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями; выполнение упражнений в игровой форме, в соревновательной форме; самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре;
3. Игровые методы и приемы
4. Словесные методы. Объяснения, подача команд, вопросы – ответы, образный сюжетный рассказ, беседа, инструкции.

2.3. Интеграция с другими образовательными областями

Интеграция образовательных областей Физическая культура по-своему интегрирует в себе такие образовательные области как, социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое развитие, физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие. Развивать игровой опыт совместной игры взрослого с ребенком и со сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение четко и лаконично давать ответ на поставленный вопрос и выражение своих эмоций, проблемных моментах и пожеланий. Развивать коммуникативные способности при общении со сверстниками и взрослыми: умение понятно объяснить правила игры, помочь товарищу в затруднительной ситуации при выполнении задания, разрешить конфликт через общение.

Познавательное развитие. Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья.

Речевое развитие. Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие. Обогащать музыкальный репертуар детскими песнями и мелодиями. Развивать музыкально-ритмические способности детей, научить выполнять упражнения в соответствии с характером и темпом музыкального сопровождения.

Физическое развитие. Развивать физические способности детей: быстроту, скоростно-силовые качества, общую выносливость, гибкость, содействовать развитию у детей координации, силы. Сформировать понятие о физической красоте тела: прямая спина, подтянутый живот и т.п. Формировать потребность в двигательной активности, интерес к физическим упражнениям.

2.4. Виды деятельности

Рабочая программа определяет реализацию в различных видах деятельности. – игровая (подвижная, игра с правилами и другие виды игры),

– коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и другими детьми),

– музыкальная (музыкально-ритмические движения),

– двигательная (овладение основными движениями) формы активности ребенка.

Задачи образовательно-воспитательной работы педагога:

- создание условий для свободной игровой деятельности: педагог создает условия для свободной игры детей; наблюдает, какие именно события отражаются в игре;

отличает детей с развитой игровой деятельностью от тех, у кого игра развита слабо;

косвенно руководит игрой, если игра носит стереотипный характер;

- создание условий для физического развития: педагог ежедневно предоставляет детям возможность двигаться; обучает детей правилам безопасности; создает доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей в двигательной сфере.

2.5. Коррекционно-развивающая работа

Коррекционно-развивающая направленность работы в области «Физическое развитие» детей с ЗПР подразумевает создание условий: для сохранения и укрепления здоровья детей, физического развития, формирование у них полноценных двигательных навыков и физических качеств, применение здоровьесберегающих технологий и методов позитивного воздействия на психомоторное развитие ребенка, организацию специальной (коррекционной) работы на занятиях по физическому воспитанию, включение членов семьи воспитанников в процесс физического развития и оздоровления детей. Важно обеспечить медицинский контроль и профилактику заболеваемости.

Программа коррекционной работы включается во все разделы данной образовательной области, при этом дополнительно реализуются следующие **задачи**:

- *коррекция недостатков и развитие ручной моторики*: нормализация мышечного тонуса пальцев и кистей рук; развитие техники тонких движений;
- *коррекция недостатков и развитие артикуляционной моторики*; - *коррекция недостатков и*

развитие психомоторных функций: пространственной организации движений; моторной памяти; слухо-зрительно-моторной и реципрокной координации движений; произвольной регуляции движений.

Разделы	Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы
<p>Коррекционная направленность в работе по формированию начальных представлений о ЗОЖ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • знакомить детей на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании — для ног, рук, туловища); • систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухие бассейны и пр.), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости детей, расслабление гипертонуса мышц и т. п.; • осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности детей; создавать условия для нормализации их двигательной активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных детей (включать их в совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников, деликатно ограничивать их повышенную подвижность; • проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» — мышцы напряжены, «сосулька весной» — мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации; • проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности — песку, мату...; захват ступнями, пальцами ног предметов); • учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям детей, но и несколько превышать их); • внимательно и осторожно подходить к отбору содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для детей, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная
Разделы	Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы

утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность и т. д.);

- контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений и т.д.) в процессе коррекции недостатков моторного развития и развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкально-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения и пр.);
- осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей детей;
- включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей;
- объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии взрослого);
- учить детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит;
- развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах;
- проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. п.;
- побуждать детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья;
- привлекать родителей к организации двигательной активности детей, к закреплению у детей представлений и практического опыта по основам ЗОЖ

Разделы	Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы
<p>Коррекционная направленность в работе по физической культуре</p>	<ul style="list-style-type: none"> • создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность детей (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка» и т. д.); • использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе; • учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях; • развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции типа «Ромашка», «Островок», «Валуны» и т. п.); • способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений; • совершенствование качественной стороны движений — ловкости, гибкости, силы, выносливости; • развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое; • учить детей выполнять упражнения по словесной инструкции взрослых и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырех движений; • воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений; • формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия; • учить детей сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный);

<p>закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;</p> <ul style="list-style-type: none"> • закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия; • учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча; • продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений; • учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами; • включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников; • совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп; • стимулировать потребность детей к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства); • формировать у детей навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств; • стимулировать положительный эмоциональный настрой детей и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции; • развивать слухо-зрительно-моторную координацию движений под музыку: побуждать двигаться в соответствии с темпом, ритмом, характером музыкального произведения), • предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (дети могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок или взрослый проговаривает его, остальные выполняют).

Разделы	Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы
<p>Коррекция и недостатков развитие ручной моторики</p>	<ul style="list-style-type: none"> • дифференцированно применять игры и упражнения для нормализации мышечного тонуса; • развивать движения кистей рук по подражанию действиям педагога; формировать дифференцированные движения кистями и пальцами рук: сгибание и разгибание, отведение в стороны пальцев; выполнять согласованные действия пальцами обеих рук. • развивать умения удерживать позу пальцев и кистей рук; развивать умение сгибать и разгибать каждый палец на руке; • тренировать активные движения кистей (вращения, похлопывания); • развивать движения хватания, совершенствовать разные виды захвата крупных и мелких предметов разной формы; • применять игровые упражнения для расслабления мышц пальцев и кистей рук при утомлении; • развивать практические умения при выполнении орудийных и соотносящих предметных действий; • развивать умения выполнять ритмичные движения руками под звучание музыкальных инструментов; • развивать технику тонких движений в «пальчиковой гимнастике»; побуждать выполнять упражнения пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением; • формировать у детей специфические действия пальцами рук в играх с мелкими предметами и игрушками разной фактуры: кручение, нанизывание, щелчки, вращение и др., формировать дифференцированные движения пальцев рук при нанизывании бус, пуговиц, колечек на шнурок в определенной последовательности, представленной на образце; • развивать хват мелких или сыпучих материалов указательным типом хватания; • учить детей выкладывать мелкие предметы по заданным ориентирам: точкам, пунктирным линиям; • развивать умения выполнять практические действия с водой: переливание воды из одной емкости в другую при использовании чашки, деревянной ложки,

Разделы	Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы
	<p>половника, воронки; пересыпать сыпучие материалы;</p> <ul style="list-style-type: none"> • учить выполнять определенные движения руками под звуковые и зрительные сигналы (если я подниму синий флажок - топни, а если красный-хлопни в ладоши; в дальнейшем значение сигналов изменяют); • развивать динамический праксис, чередование позиций рук «кулак – ладонь», «камень – ножницы» и др.); • учить детей выполнению элементов самомассажа каждого пальца от ногтя к основанию; • учить выполнять действия расстегивания и застегивания, используя различные виды застежек (липучки, кнопки, пуговицы и др.). <p><i>Совершенствовать базовые графомоторные навыки и умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • формировать базовые графические умения: проводить простые линии – дорожки в заданном направлении, точки, дуги, соединять элементы на нелинованном листе, а затем в тетрадах в крупную клетку с опорой на точки; • развивать зрительно-моторную координацию при проведении различных линий по образцу: проводить непрерывную линию между двумя волнистыми и ломаными линиями, повторяя изгибы; проводить сплошные линии с переходами, не отрывая карандаш от листа; • развивать точность движений, учить обводить по контуру различные предметы, используя трафареты, линейки, лекала; • развивать графические умения и целостность восприятия при изображении предметов, дорисовывая недостающие части к предложенному образцу; • развивать целостность восприятия и моторную ловкость рук при воспроизведении образца из заданных элементов; • учить детей заштриховывать штриховать контуры простых предметов в различных направлениях; • развивать умения раскрашивать по контуру сюжетные рисунки цветными карандашами, с учетом индивидуальных предпочтений при выборе цвета;
Разделы	Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы

<p>Коррекция недостатков развития и артикуляционной моторики</p>	<ul style="list-style-type: none"> • развивать моторный праксис органов артикуляции, зрительнокинестетические ощущения для усиления перцепции артикуляционных укладов и движений; • вырабатывать самоконтроль за положением органов артикуляции; • формировать правильный артикуляционный уклад для всех групп звуков с помощью артикуляционной гимнастики; • развивать статико-динамические ощущения, четкие артикуляционные кинестезии; • формировать фонационное (речевое) дыхание при дифференциации вдоха и выдоха через нос и рот; • развивать оральный праксис, мимическую моторику в упражнениях подражательного характера (яркое солнышко – плотно сомкнули веки, обида – надули щеки...)
<p>Разделы</p>	<p>Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы</p>
<p>Коррекция недостатков и развитие психомоторной сферы</p>	<p><i>Использование музыкально-ритмических упражнений, логопедической и фонетической ритмики</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • продолжать развивать и корригировать нарушения сенсорно-перцептивных и моторных компонентов деятельности (слухо-зрительно-моторную координацию, мышечную выносливость, способность перемещаться в пространстве на основе выбора объекта для движения по заданному признаку); • способствовать развитию у детей произвольной регуляции в ходе выполнения двигательных заданий; • при совершенствовании и преодолении недостатков двигательного развития использовать разные сигналы (речевые и неречевые звуки; наглядность в соответствии с возможностями зрительного восприятия); • развивать зрительное внимание и зрительное восприятие с опорой на двигательную активность; • развивать слуховое восприятие, внимание, слухо-моторную и зрительно-моторную координации; • формировать и закреплять двигательные навыки, образность и выразительность движений посредством упражнений психогимнастики, побуждать к выражению эмоциональных состояний с помощью пантомимики, жестов, к созданию игровых образов (дворник, повар...) и т. п.;

	<ul style="list-style-type: none"> • развивать у детей двигательную память, предлагая выполнять двигательные цепочки из четырех-шести действий; танцевальных движений; • развивать у детей навыки пространственной организации движений; совершенствовать умения и навыки одновременного выполнения детьми согласованных движений, а также навыки разноименных и разнонаправленных движений; • учить детей самостоятельно перестраиваться в звенья, передвигаться с опорой на ориентиры разного цвета, разной формы; • формировать у детей устойчивый навык к произвольному мышечному напряжению и расслаблению под музыку; • закреплять у детей умения анализировать свои движения, движения сверстников, осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе двигательных упражнений; • подчинять движения темпу и ритму речевых и неречевых сигналов и сочетать их выполнение с музыкальным сопровождением, речевым материалом; • предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, побуждать сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (дети могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок или взрослый проговаривает его, остальные — выполняют); • учить детей отстукивать ритмы по слуховому образцу, затем соотносить ритмическую структуру с графическим образцом
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

III Организационный раздел

3.1. Условия реализации рабочей программы Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка с задержкой психического развития

1. Личностно-порождающее взаимодействие взрослых с детьми, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора деятельности, партнера, средств и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков. При этом учитывается, что на начальных этапах образовательной деятельности педагог занимает активную позицию, постепенно мотивируя и включая собственную активность ребенка.

2. Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности ребенка с ЗПР, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, (но не сравнение с достижениями других детей), стимулирование самооценки.
3. Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка с ЗПР.
4. Создание развивающей образовательной среды, способствующей физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому, художественно-эстетическому развитию ребенка с ЗПР и сохранению его индивидуальности.
5. Сбалансированность репродуктивной (воспроизводящей готовый образец) и продуктивной (производящей субъективно новый продукт) деятельности, то есть деятельности по освоению культурных форм и образцов и детской исследовательской, творческой деятельности; совместных и самостоятельных, подвижных и статичных форм активности. Учитывая особенности познавательной деятельности детей с ЗПР, переход к продуктивной деятельности и формирование новых представлений и умений следует при устойчивом функционировании ранее освоенного умения, навыка.
6. Участие семьи как необходимое условие для полноценного развития ребенка с ЗПР. Это условие имеет особое значение, так как одной из причин задержки развития у детей могут быть неблагоприятные условия жизнедеятельности и воспитания в семье.
7. Профессиональное развитие педагогов, направленное на развитие профессиональных компетентностей, овладения новыми технологиями, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка с ЗПР. Важным условием является составление индивидуального образовательного маршрута, который дает представление о ресурсах и дефицитах в развитии ребенка, о видах трудностей, возникающих при освоении программы; раскрывает причину, лежащую в основе трудностей; содержит примерные виды деятельности, осуществляемые субъектами сопровождения

3.2. Учебный план по реализации образовательной области «Физическое развитие»

Базовый вид деятельности	вид	средняя/ комбин.гр. «Ручеёк»	Группа компенсирующей направленности «Радуга»	Подгот. к школе группа ком./н «Лучики»
---------------------------------	------------	---------------------------------------------	----------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------

Физическая культура	в зале	2 раза в неделю по 20 мин.	2 раза в неделю по 25 мин.	2 раза в неделю по 30 мин.
	улица	1 раз в неделю по 20 мин.	1 раз в неделю по 25 мин.	1 раз в неделю по 30 мин.
Количество занятий в неделю		3 занятия/ 60 мин.	3 занятия/ 75мин	3 занятия/ 90мин
Количество занятий в год		108	108	108

Организованную образовательную деятельность на прогулке проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и в соответствии с СанПиН 2.4.3648-20 температурному режиму. При планировании работы по физическому развитию детей в группах компенсирующей направленности с ТНР инструктор по физической культуре придерживается тематического планирования, учитывая лексические темы. Формирование начальных представлений о ЗОЖ реализуется в рамках ОД, совместной деятельности взрослого и детей в режимных моментах, в самостоятельной деятельности детей соответствующей направленности.

3.3. Организация распорядка и (или) режима дня

Все группы ДОУ функционируют в режиме 10,5 часов по пятидневной рабочей недели. Деятельность детей в группе выстроена в соответствии с возрастными возможностями и режимом дня, рекомендованным примерной основной образовательной программой дошкольного образования. Режим дня составлен на основании требований СанПин2.4.3648-20. В ДОУ существует два варианта режима дня: для холодного (с 01.09. по 31.05.) и тёплого (с 01.06 по 31.08) периодов года. Ежедневная организация жизни и деятельности детей строится с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей и социального заказа родителей. Все виды детской деятельности организуются с осуществлением лично-ориентированного подхода. В первую половину дня организуется непрерывно образовательная деятельность. После дневного

сна проводится индивидуальная, кружковая, досуговая работа, а также образовательная деятельность. Ежедневная продолжительность прогулки детей составляет не менее 3-4 часов. Прогулка организуется 2 раза в день: в первую половину дня – до обеда и во вторую половину – перед уходом детей домой. При температуре воздуха ниже 15 С и скорости ветра более 7м/с продолжительность прогулки сокращается. Во время прогулки с детьми проводятся физические упражнения и подвижные игры. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей составляет 5,5-6 часов. Общая продолжительность суточного сна для детей дошкольного возраста 12 - 12,5 часа, из которых 2 - 2,5 часа отводится на дневной сон. Самостоятельная деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня должно отводиться не менее 3-4 часов. Продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей от 2-3 лет- не более 10 минут, от 3 до 4-х лет - не более 15 минут, для детей от 4-х до 5-ти лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6-ти лет - не более 25 минут, а для детей от 6-ти до 7-ми лет - не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непрерывной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки. Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п

Организация двигательного режима

Формы организации	Младший возраст		Старший возраст	
	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группы	Подготовительная к школе группа
Организованная деятельность	5-6 часов в неделю		8-9 часов в неделю	
Утренняя гимнастика	5-мин.	5-8 мин	8-10 мин	10-12 мин
Физкультминутки	1-2 мин	1-3 мин	1- 3 мин	1-3 мин
ОД по физическому развитию	3 раза в неделю по 15 мин. (одно на прогулке)	3 раза в неделю по 20 мин. (одно на прогулке)	3 раза в неделю по 25 мин. (одно на прогулке)	3 раза в неделю по 30 мин. (одно на прогулке)
Физические упражнения на прогулке	5-10 мин	10-12 мин	10-15 мин	10-15 мин
Подвижная игра на прогулке	6-8 мин	10-15 мин	15-20 мин	15- 20 мин
Музыкально-ритмические движения	2 раза в неделю по 5 мин	2 раза в неделю по 7-8 мин	2 раза в неделю по 8 - 10 мин	2 раза в неделю по 10 мин
Индивидуальная работа с детьми	Ежедневно 10мин	Ежедневно 10мин	Ежедневно 10-12мин	Ежедневно 15 мин
Гимнастика «Пробуждения»	8 мин	10 мин	10 мин	10 мин
Подвижная игра на вечерней прогулке	10 мин	15 мин	15-20 мин	20 мин

Спортивные игры и упражнения на прогулке	Целенаправленное обучение педагогом не реже 1 раза в неделю			
	5 мин	8-10 мин	10-15 мин	10-15 мин
Спортивный досуг	1 раз в месяц 15 мин	1 раз в месяц 20мин	1 раз в месяц 30мин	1 раз в месяц 30-35 мин
Спортивный праздник	2 раза в год 20мин	2 раза в год 25 мин	2 раза в год 40 мин	2 раза в год 50 мин
Целевые прогулки, походы	-	1 раз в квартал 40 мин	1 -3 раза в квартал 45-50мин	1-3 раза в квартал 50-60мин
День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Неделя здоровья	1 раз в год	1 раза в год	1 раза в год	1 раза в год
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно

Здоровьесберегающие технологии, используемые в МДОУ Д/с № 4

№	Виды	Особенности организации
Медико-профилактические		
Закаливание в соответствии с медицинскими показаниями		
1.	обширное умывание после дневного сна (мытьё рук до локтя)	Дошкольные группы ежедневно
2.	хождение по дорожкам после сна	Все группы ежедневно
3.	ходьба босиком	Все группы ежедневно

4.	облегченная одежда	Все группы ежедневно
5.	воздушные ванны	Все группы ежедневно
6.	сон при открытых фрамугах	Летний период все группы
7.	топтание по мокрым дорожкам	Летний период все группы
Профилактические мероприятия		
1.	витаминация 3-х блюд	2 раза в год (осень, весна)
2.	употребление фитонцидов (лук, чеснок)	Осенне-зимний период
Медицинские		
1.	мониторинг здоровья воспитанников	В течение года
2.	плановые медицинские осмотры	2 раза в год
3.	антропометрические измерения	2 раза в год
4.	профилактические прививки	По возрасту
6.	организация и контроль питания детей	ежедневно
Физкультурно-оздоровительные		
1.	корректирующие упражнения (улучшение осанки, плоскостопие, зрение)	ежедневно
2.	зрительная гимнастика	ежедневно
3.	пальчиковая гимнастика	ежедневно
4.	дыхательная гимнастика	ежедневно
5.	физкультминутки	ежедневно
6.	релаксация	2-3 раза в неделю
7.	сказкотерапия	ежедневно
8.	оздоровительная пробежка	теплый период

Образовательные		
1.	привитие культурно-гигиенических навыков	ежедневно
2.	образовательная деятельность с детьми по формированию основ здорового образа жизни и организации безопасности жизнедеятельности	не реже 2 раз в месяц

График непосредственно образовательной деятельности инструктора по физической культуре на 2022-2023 год.

№ Гр	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
«Ручеёк» ср.гр	9.00-9.20		9.35-9.55		
«Радуга» ст.гр		9.50-10.15	10.25-10.50		
«Лучики» подгот гр	10.20-10.50			10.20-10.50	

*График непосредственно образовательной деятельности инструктора по физической культуре на 2022-2023 год.
(на прогулке)*

№ Гр	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
«Ручеёк» ср.гр		11.00- 11.20			
«Радуга» ст.гр					11.20-11.45
«Лучики»подг.гр			11.50-12.20		

3.4. Взаимодействие с семьями воспитанников

Одной из важнейших задач взаимодействия является просветительско-консультативная работа с семьей, привлечение родителей к активному сотрудничеству, т. к. только в процессе совместной деятельности детского сада и семьи удастся максимально помочь ребенку в преодолении имеющихся недостатков и трудностей.

Формы организации психолого-педагогической помощи семье

1. Коллективные формы взаимодействия

1.1. Групповые родительские собрания.

Проводятся не реже 3-х раз в год и по мере необходимости.

Задачи: - обсуждение с родителями задач, содержания и форм работы;

- сообщение о формах и содержании работы с детьми в семье;

- решение текущих организационных вопросов.

1.2. «День открытых дверей». Проводится не менее 2 раз в год

Задача: знакомство с направлениями и условиями реализации рабочей программы.

1.3. Семейный клуб «Школа отцов».

Работа «Школы» планируется на основании запросов и анкетирования родителей.

Формы проведения: тематические доклады; плановые консультации; семинары; тренинги;

Задачи: - знакомство и обучение родителей формам оказания психолого-педагогической помощи со стороны семьи детям с проблемами в развитии; - ознакомление с задачами и формами подготовки детей к школе.

1.4. Проведение детских праздников и «Досугов». Подготовка и проведение праздников с привлечением родителей.

Задача: поддержание благоприятного психологического микроклимата в группах и распространение его на семью.

2. Индивидуальные формы работы

2.1. Анкетирование и опросы. Проводятся по мере необходимости.

Задачи: - сбор необходимой информации о ребенке и его семье;

- определение оценки родителями эффективности работы воспитателей;

- определение оценки родителями работы ДОУ.

2.2. Беседы и консультации. Проводятся по запросам родителей.

Задачи: - оказание индивидуальной помощи родителям.

3. Формы наглядного информационного обеспечения

3.1. Информационные стенды и тематические выставки..

Задачи: - информирование родителей об организации работы.

3.2. Открытые занятия. Задания и методы работы подбираются в форме, доступной для понимания родителями. Проводятся 2 раза в год.

Задачи:

- создание условий для объективной оценки родителями успехов и трудностей своих детей;

- наглядное обучение родителей методам и формам дополнительной работы с детьми в домашних условиях.

4. Новая форма

Опосредованное интернет-общение. Создание интернет-пространства группы.

Задачи: позволяет родителям быть в курсе содержания деятельности группы, даже если ребенок по разным причинам не посещает детский сад. Родители могут своевременно и быстро получить различную информацию: презентации, методическую литературу, задания, получить ответы по интересующим вопросам.

3.5. Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда. *Взаимодействие с медицинскими работниками* В современных условиях полноценное воспитание и развитие здорового ребенка возможно только при интеграции образовательной и лечебно-оздоровительной деятельности дошкольной организации и, следовательно, тесного взаимодействия педагогов и медицинских работников. Основными проблемами, требующими совместной деятельности является: физическое состояние детей посещающих детский сад. В начале года, после оценки, медицинская сестра заполняют листы здоровья, определяет группу по физической культуре, дает рекомендации по физическому развитию и двигательному режиму каждого ребенка. Профилактика заболеваний ОДА, сердечнососудистой, дыхательной и других систем. Вместе разрабатывают рекомендации к построению педагогического процесса с детьми, имеющими отклонения в развитии, выделяем дифференцированные группы детей, требующие коррекционной работы. Ведёт контроль над организацией щадящего режима занятий для детей перенесших заболевания.

Осуществляет 2 раза в год медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями. Осуществляет 2 раза в год медико-педагогический контроль над физкультурными занятиями. Проводит качественный и количественный контроль эффективности занятия.

Оказывает помощь по формированию у детей начальных представлений о ЗОЖ.

Взаимодействие с воспитателями Инструктор по физической культуре оказывает помощь воспитателю по различным вопросам физического развития и воспитания детей. • планирует и организует образовательную деятельность по физическому воспитанию; планирует и организует физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня; оказывает методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОУ (проводит различные консультации, выступает на педагогических советах, семинарах- практикумах, медико-педагогических советах и т.д.).

Планирование такой совместной деятельности осуществляется на основе годового

плана дошкольного учреждения.

- разрабатывает и организует информационную работу с родителями. Совместно с воспитателями 2 раза в год (в начале и в конце года) проводит обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей. Это дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года. Руководящую роль на занятии занимает инструктор. Воспитатель, следит за качеством выполнения общеразвивающих упражнений и основных видов движений ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает инструктору по физической культуре, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

Взаимодействие с музыкальным руководителем Музыка является одним из средств физического воспитания. Кроме того, что она положительно воздействует на эмоции детей, создает у них хорошее настроение, помогает активировать умственную деятельность, музыкальное сопровождение способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации, привлекает внимание к жестах, осанке, позе, мимике. Вот здесь и необходима помощь музыкального руководителя. Основными проблемами, требующими совместной деятельности являются:

- помощь в подборе музыкальных произведений к различным упражнениям и играм.
- совместное проведение музыкально-спортивных мероприятий.
- разучивание с детьми танцевальных движений, развивает пластику, чувство ритма.

Взаимодействие с учителем-логопедом Дети с ТНР по физическому развитию отличаются от своих сверстников нарушением моторики, дискоординацией и слабостью движений, двигательной расторможенностью, слабой ориентировкой в пространстве. Для них планирование физкультурно-оздоровительной работы составляется с учетом коррекционно-воспитательных задач. По рекомендации учителя-логопеда на занятия включаются упражнения на дыхание, координацию движений, на развитие мелкой моторики. Одним из эффективных приемов в коррекционной работе с детьми это использование упражнений, где речь взаимосвязана с движением. Это могут быть подвижные, пальчиковые игры, игровой массаж, дыхательные игры и упражнения, которые логопеды планируют согласно лексическим темам (времена года, транспорт, профессии, зимние виды спорта, домашние животные и т.д.), предлагают использовать на занятиях в качестве закрепления. Для этого совместно разрабатываются картотеки игр, упражнений, оздоровительного массажа, считалок, загадок, чистоговорок. *Взаимодействие с*

педагогом-психологом Дети дошкольного возраста с ТНР нуждаются в психологической помощи. Поэтому здесь очень необходимо сотрудничество с педагогом-психологом, который даст консультацию и поможет подобрать, игры и упражнения детям гиперактивным, с тревожностью вспыльчивостью, замкнутостью, с неврозами и другими нервнопсихическими расстройствами. Поэтому на физкультурных занятиях и развлечениях включаются игры и упражнения на снятие психоэмоционального напряжения, игры на развитие умения чувствовать настроение и сопереживать окружающим, на использование выразительных движений, мимики и жестов.

3.6. Особенности организации предметно-развивающей среды

Развивающая предметно-пространственная среда обеспечивает полноценное развитие ребенка во всех образовательных областях на фоне их эмоционального благополучия. Оборудование помещений является безопасным, здоровьесберегающим, эстетически привлекательным и развивающим. Развивающая предметная среда – это система материальных объектов деятельности ребенка, функционально моделирующая содержание его духовного и физического развития. Она должна объективно – через свое содержание и свойства – создавать условия для творческой деятельности каждого ребенка, служить целям актуального физического и психического развития и совершенствования, обеспечивать зону ближайшего развития и его перспективу. Окружающая ребенка среда должна обеспечивать ему физическое, умственное, эстетическое, нравственное, т.е. разностороннее развитие и воспитание. Для полноценного физического развития детей, удовлетворении потребности в движении в дошкольном учреждении должны быть созданы определенные условия. В групповых комнатах выделено достаточно места для активного движения, физкультурные уголки наполнены разнообразными пособиями в том числе и изготовленные своими руками. На участке ДОУ желательно оборудовать физкультурную площадку с зонами для подвижных и спортивных игр, беговыми дорожками, «полосами препятствий» и т.д. Все это повышает интерес к физкультуре, развивает жизненно важные качества, увеличивает эффективность занятий.

Материально-техническое оснащение спортивного зала

название	количество (шт.)
<i>стандартное</i>	

гимнастические скамейки	6
«Шведская» стенка	1
наклонная доска	3
канаты	1
доска	4
доска с ребристой поверхностью	3
веревка (2 х 2,5м)	2
дуги разной высоты	6
флажки цветные	20
султанчики	10
султанчики с ручкой	10
флажки РФ	20
флаги РФ	6
кегли	36
обручи пластмассовые \varnothing 60 см	15
обручи пластмассовые \varnothing 80 см	2
обручи пластмассовые \varnothing 100 см	2
ленточки 50см на кольце	10
ленточки короткие	20
кубики	10
гимнастические палки, пластмассовые	25
мячи резиновые \varnothing 20см	15
мячи резиновые \varnothing 12см	10
мячи массажные	25
мячи для настольного тенниса	30
мячи пластмассовые	100
ракетки для настольного тенниса	2
ракетки для бадминтона	2
воланчики	2
кольцеброс (3-н)	2
скакалки	20
гантели пластмассовые	20
ориентиры	10
самокаты	4
баскетбольные кольца, навесные	2
сетка волейбольная	1
набор мягких модулей для спортивных игр и соревнований	1
мяч футбол	5
мяч футбольный	3
мяч баскетбольный	1
набивной мяч (1 кг)	1
волейбольный мяч	2
мешочки (100 гр)	10
мешочки (400гр)	10
мешочки (200гр)	10
маты	2
косички	20
платочки	20

<i>тренажеры</i>	
силовой	3
велотренажер	4
<i>нестандартное</i>	
Степ-Доски	12

Материально-техническое оснащение спортивной площадки

название	количество (шт.)
гимнастическое бревно	1
мишень вертикальная	2
яма для прыжков	1
площадка для игры в футбол	1
гимнастическая скамейка	2
лесенки	3
лабиринт	+

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям дошкольников; его количество определяется из расчета активного участия всех детей в процессе занятий. Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закругленными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется педагогом перед занятием.

3.7. Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий

Развитие культурно-досуговой деятельности дошкольников по интересам позволяет обеспечить каждому ребенку отдых (пассивный и активный), эмоциональное благополучие, способствует формированию умения занимать себя. При организации досуга детей педагоги решают следующие задачи.

Отдых. Развивать желание в свободное время заниматься интересной и содержательной деятельностью. Формировать основы досуговой культуры (игры, чтение книг, рисование, лепка, конструирование, прогулки, походы и т.д.).

Развлечения. Создавать условия для проявления культурно-познавательных потребностей, интересов, запросов и предпочтений, а также использования полученных знаний и умений для проведения досуга. Способствовать появлению спортивных увлечений, стремления заниматься спортом.

Праздники. Формировать представления о будничных и праздничных днях. Вызывать эмоционально положительное отношение к праздникам, желание активно участвовать в их подготовке (украшение групповой комнаты, музыкального зала, участка детского сада и т.д.). Воспитывать внимание к окружающим людям, стремление поздравить их с памятными событиями, преподнести подарки, сделанные своими руками.

Организовывать утренники, посвященные Новому году, 8 Марта, Дню защитника Отечества, Дню победы, праздникам народного календаря.

Самостоятельная деятельность. Создавать условия для развития индивидуальных способностей и интересов детей (наблюдения, экспериментирование, собирание коллекций и т.д.). Формировать умение и потребность организовать свою деятельность, соблюдать порядок и чистоту. Развивать умение взаимодействовать со сверстниками, воспитателями и родителями.

Творчество. Развивать художественные наклонности в пении, рисовании, музицировании. Поддерживать увлечения детей разнообразной художественной и познавательной деятельностью.

3.8. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса по направлению «Физическая культура»

Комплексная программа и ее методическое обеспечение	основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» /Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А. Васильевой - 4-е изд., перераб. - М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2020.– 352 с
Парциальные программы	Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 3—4 лет.— 176 с.: ил. — Обл. Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 4—5 лет.— 272 с.: ил. — Обл.

	<p>Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми 5—6 лет.— 256 с.: ил. — Обл.</p> <p>Полтавцева Н.В., Гордова Н.А. Физическая культура в дошкольном детстве: Пособие для инструкторов физкультуры и воспитателей, работающих с детьми седьмого года жизни.— 271 с.: ил. — Обл.</p> <p>Захарова Л.М., Кузьмина С.Н., Хлебова О.А. и др. Программа по социокультурному воспитанию детей в условиях сельского дошкольного учреждения «Кузовок».</p> <p>Н. Н. Авдеева, О. Л. Князев, Р. Б. Стеркина «Основы безопасности детей дошкольного возраста», - Санкт-Петербург, 2014.</p>
<p>Технологии и методические пособия</p>	<p>Полтавцева Н.В., Гордова Н.А., Калинина И.В.</p> <p>Дифференцированный подход в физическом воспитании дошкольников – методическое пособие для педагогов дошкольных учреждений/ Полтавцева Н.В., Гордова Н.А., Калинина И.В. – Тольятти, 2012. – 210 с.</p> <p>Полтавцева Н.В. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни. Сборник статей / Н.В.Полтавцева, М.Ю. Стожарова, Р.С.Краснова, И.А.Гаврилова. – Ульяновск, 2010. – 88 с.</p> <p>Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. – М.: Мозаика-Синтез, 2000.</p> <p>Харченко Т.Е. Организация двигательной деятельности детей в детском саду. - СПб. Детство-Пресс, 2010.</p> <p>Харченко Т.Е. Спортивные праздники в детском саду. – М.: ТЦ Сфера, 2013. – 128 с (Растим детей здоровыми)</p> <p>Д.В. Хухлаева Методика физического воспитания в ДОУ.</p> <p>Е.А.Алябьева Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет.- 2-е изд., исп.и доп.- М.:ЦТ Сфера, 2016.- 144с.</p> <p>Полтавцева Н.В., Анохина И.А. Программа и технология реализации компетентностного подхода в двигательной</p>

	<p>деятельности детей четвёртого года жизни. / Н.В.Полтавцева, И.А.Анохина. – Ульяновск: Издатель Качалин А.В., 2015. – 246 с.</p> <p>М.М.Борисова Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет, -Москва-синтез,2019.</p> <p>Э.Я.Степаненкова Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет,- Москва-синтез,2020</p>
Дидактические игры	<p>«Узнай вид спорта по спортивному инвентарю»</p> <p>«Опиши спортсмена»</p> <p>«Разложи картинки на зимние, летние виды спорта»</p> <p>«Разрезные картинки»</p> <p>«Соедини линией спортсмена и спортивный инвентарь»</p> <p>«Четвёртый лишний»</p> <p>Лото «Спорт»</p> <p>Пазлы</p> <p>Что лишнее?</p> <p>Угадай вид спорта</p>
Наглядные пособия	<p>Плакаты с изображением разных видов спорта</p> <p>Подбор картинок</p>

3.9. Система мониторинга достижения детьми планируемых результатов

Цель диагностики: Комплексное оценивание качества образовательной деятельности в группе (группах) и индивидуализация траектории физического развития ребенка при достижении им целевых ориентиров Образовательной программы дошкольного образования ДОУ

Мониторинг состоит из 2-х частей: оценка физической подготовленности дошкольников от 4 до 7 лет и оценка уровня овладения ребенком необходимых навыков и умений по образовательной области «Физическая культура»

Содержание	Форма (метод/методика)	Педагог
основные физические качества (сила, ловкость, гибкость, выносливость, координация, равновесие)	Тестовые задания для выявления силы, быстроты, ловкости, гибкости, двигательной активности	Инструктор по физической культуре

потребность в двигательной активности, формирование представлений о некоторых видах	Наблюдение, игра	воспитатель, инструктор по физической культуре
выполнение доступных возрасту гигиенических процедур	Наблюдение, беседа	воспитатель
соблюдение элементарных правил здорового образа жизни	Наблюдение, беседа «Незаконченные предложения»	воспитатель