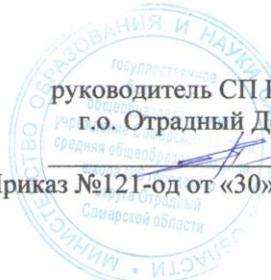


Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №6 г.о. Отрадный Самарской области
Детский сад №14
446300, Самарская область, г.Отрадный, ул.Сабирзянова 10 –Б, телефон 8(84661)2-18-48

Принята
на педагогическом совете
Протокол № 1 (41) от «30» августа 2023 г

УТВЕРЖДАЮ
руководитель СП ГБОУ СОШ №6
г.о. Отрадный Детский сад №14
Е.А. Нуждина
Приказ №121-од от «30» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
адаптированной основной общеобразовательной программы
структурного подразделения ГБОУ СОШ №6
г.о.Отрадный Самарской области Детский сад №14
для детей с ТНР и РАС
на 2023 – 2024 учебный год
возрастная категория: 6-7 лет
срок реализации: 1 год

Разработала:
Едифанова Алсу Наурузгалиевна

Отрадный 2023

Содержание

I. Целевой раздел:

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи реализации программы
- 1.3. Принципы и подходы к формированию программы
- 1.4. Возрастные особенности воспитанников
- 1.5. Планируемые результаты освоения программы
- 1.5.1 Целевые ориентиры
- 1.6. Оценочные материалы. Диагностика

II. Содержательный раздел программы

- 2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка
- 2.2. Интеграция с другими образовательными областями
- 2.3. Содержание образовательной деятельности
- 2.4. Система физкультурно – оздоровительной работы
- 2.5. Комплекс лечебно – оздоровительных мероприятий
- 2.6. Особенности взаимодействия специалистов дошкольной образовательной организации
- 2.7. Взаимодействие с семьями воспитанников

III. Организационный раздел

- 3.1. Организация образовательного процесса
- 3.2. Кадровые условия
- 3.3 Учебный план
- 3.4. Комплексно – тематическое планирование
- 3.5. Культурно – досуговая деятельность
- 3.6. Перспективно – тематическое планирование
- 3.7. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений
- 3.8. Циклограмма
- 3.9. Организация развивающей предметно – пространственной среды.
- 3.10. Методическое обеспечение
- 3.11. Материально – техническое оснащение
- 3.12. Список литературы

IV. Приложения

Приложение 1. Перспективное планирование

Приложение 2. Перечень музыкальных произведений

I. Целевой раздел

1. Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с основной адаптированной общеобразовательной программой – образовательной программой дошкольного образования для детей с ТНР и РАС структурного подразделения государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №6 Детский сад №14, в соответствии с требованиями ФООП ДО и ФГОС ДО. Рабочая программа разработана с учетом основных принципов, требований к организации и содержанию различных видов физкультурной деятельности в дошкольном образовательном учреждении, возрастных и психологических особенностей детей. Структура и содержание программы согласуются с требованиями, предъявляемыми к задачам и содержанию образовательной программы ДОО, а также на основе программ Программы по физическому воспитанию детей «Физическая культура в детском саду» Л.И. Пензулаевой (соответствует ФГОС ДО) и в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному образованию и воспитанию

Нормативно – правовые документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» в ред. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
2. Федеральный закон от 29.09.2022г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» и статью 1 Федерального закона «Об обязательных требованиях в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 31.07.2020г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
4. Приказ Минпросвещения России от 25.11.2022 №1028 «Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования» (зарегистрировано в Минюсте России 28.12.2022 №71847).
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования» (с измен. на 08.11.2022).
6. Указ Президента РФ Путина В.В. от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. №996-р.
8. Указ Президента РФ от 09.11.2022 №809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно – нравственных ценностей»
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования по обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

11. Адаптированная общеобразовательная программа для детей с тяжелыми нарушениями речи.
12. Адаптированная общеобразовательная программа для детей с расстройствами аутистического спектра.
13. Образовательная программа дошкольного образования.
14. Конвенция о правах ребенка.
15. Устав ГБОУ СОШ №6.
16. Положение о структурном подразделении.

Данная программа содержит материал для организации коррекционно-развивающей деятельности с детьми 6 – 7 лет с ограниченными возможностями здоровья. Коррекционная деятельность включает работу по образовательным областям, соответствующим Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (ФГОС ДО) – «Физическое развитие».

Программой предусматривается разностороннее развитие детей, коррекцию, профилактику вторичных нарушений, развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности.

1.1. Цели и задачи

Цель: сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, формирование у воспитанников интереса и ценностного отношения к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни, гармонизация физического развития детей с ТНР и РАС.

Цели программы достигаются через решение следующих задач:

- содействие охране и укреплению физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- обеспечение равных возможностей для своевременного развития каждого ребенка в период дошкольного детства с использованием методов и средств адаптивной физической культуры;
- создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями, развитие физических, раскрытие потенциальных возможностей каждого ребенка в овладении ценностями физической культуры;
- создание условий для осуществления дифференцированной работы по коррекции нарушений в физическом, психическом и речевом развитии детей с ТНР и РАС средствами адаптивной физической культуры;
- осуществление физического воспитания детей на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- содействие в формировании личности детей, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных качеств, физических способностей, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах физического воспитания, охраны и укрепления здоровья детей;

- обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного общего и начального общего образования.

Коррекционные задачи:

- развивать координационные способности;
- содействовать коррекции основных движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазание и перелезание);
- развивать кинестетическую и кинетическую основы движений;
- способствовать коррекции отклонений поведения;
- способствовать развитию познавательных процессов (внимания, памяти, мышления, оптико-пространственных представлений);
- способствовать коррекции нарушений эмоционально-волевой сферы воспитанников;
- способствовать развитию эмпатии;
- способствовать повышению объема суточной двигательной активности воспитанников;
- создавать условия для формирования саморегуляции деятельности и поведения;
- способствовать коррекции речевых нарушений за счет:
 - нормализации неречевых процессов, лежащих в основе речи: темпо-ритмической организации, дыхания, общей и мелкой моторики;
 - формирования оптимального для речи типа физиологического дыхания (смешанно-диафрагмального) и на его основе – продолжительного плавного речевого выдоха;
 - формирования статической и динамической координации движений, ручной и артикуляционной моторики, мимических движений (в процессе выполнения последовательно и одновременно организованных движений); пространственно-временной организации двигательного акта;
 - развития информативной, регулятивной, коммуникативной функций речи в процессе занятий физической культурой.

Профилактические задачи:

- профилактика возникновения патологических изменений опорно-двигательного аппарата;
- профилактика возникновения гиподинамии и гипокинезии;
- профилактика эмоциональной отстраненности.

Условия реализации программы:

- коррекционно-развивающая направленность образовательного процесса, способствующая общему развитию ребенка, коррекции нарушений развития;
- организация образовательного процесса с учетом особых образовательных потребностей ребенка с ТНР и РАС;
- создание образовательной среды и психологического микроклимата в группе с учетом особенностей состояния физического и психического здоровья ребенка и состояния его нервной системы;
- междисциплинарное взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и учителя-дефектолога, учителя-логопеда, педагога-психолога, воспитателей, музыкального руководителя;
- «поэтапное» пролонгированное освоение программного материала;
- дифференциация требований к коррекционно-образовательному процессу и его результатам в соответствии с физическим и психическим состоянием;

- создание адекватных состоянию ребенка условий прохождения образовательной программы;
- непрерывный мониторинг овладения ребенком требований программы, его развития и состояния здоровья;
- сетевое взаимодействие со сторонними организациями и специалистами, осуществляющими педагогическое и иное воздействие коррекционно-развивающей направленности на воспитанников (медицинскими, образовательными, общественными, социальными, научными и др.);
- продуктивное взаимодействие педагогов дошкольной образовательной организации с семей воспитанников.

Успешное решение поставленных задач возможно лишь при условии комплексного использования всех средств физического воспитания: рациональный режим, питание, закаливание (в повседневной жизни; специальные меры закаливания) и движение (различные виды гимнастик, развивающие упражнения, спортивные игры, физкультурные ОД).

1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Специфические принципы с обучающимися с ТНР

1. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами, которые могут внести вклад в развитие и образование обучающихся: Организация устанавливает партнерские отношения не только с семьями обучающихся, но и с другими организациями и лицами, которые могут способствовать удовлетворению особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР, оказанию психолого-педагогической и (или) медицинской поддержки в случае необходимости (Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи).

2. Индивидуализация образовательных программ дошкольного образования обучающихся с ТНР: предполагает такое построение образовательной деятельности, которое открывает возможности для индивидуализации образовательного процесса и учитывает его интересы, мотивы, способности и психофизические особенности.

3. Развивающее вариативное образование: принцип предполагает, что содержание образования предлагается ребенку через разные виды деятельности с учетом зон актуального и ближайшего развития ребенка, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей ребенка.

4. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей: в соответствии со Стандартом Программа предполагает всестороннее социально-коммуникативное, познавательное, речевое, художественно-эстетическое и физическое развитие обучающихся посредством различных видов детской активности. Деление Программы на образовательные области не означает, что каждая образовательная область осваивается ребенком по отдельности, в форме изолированных занятий по модели школьных предметов. Между отдельными разделами Программы существуют многообразные взаимосвязи: познавательное развитие обучающихся с ТНР тесно связано с речевым и социально-коммуникативным, художественно-эстетическое - с познавательным и речевым. Содержание образовательной деятельности в каждой области тесно связано с другими областями. Такая организация образовательного процесса соответствует особенностям развития обучающихся с ТНР дошкольного возраста;

5. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы: Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою адаптированную образовательную программу. При этом за Организацией остаётся право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).

Специфические принципы с обучающимися с РАС

1. Особенности восприятия и усвоения пространственно-временных характеристик окружающего лежат в основе трудностей ориентировки во времени (вчера - сегодня - завтра, сначала - потом), искажения процессов формирования и использования опыта (впечатления накапливаются, но не становятся опытом в традиционном смысле этого слова, то есть основой для решения грядущих жизненных задач; обладая информацией, иногда очень большой, человек с аутизмом не может выбрать (и, тем более, использовать) то, что соответствует заданному - потребности, необходимости, желанию), процессов воображения (символизации).

2. Основные проявления нарушений пространственно-временных характеристик окружающего у людей с РАС:

- фрагментарность восприятия: интрамодальная (трудности формирования мономодального сенсорного образа - зрительного, звукового), межмодальная (трудности формирования полисенсорного образа), в рамках феномена слабости центральной когеренции (фиксация на мелких деталях при трудности или невозможности формирования целостного образа);
- simultанность восприятия;
- трудности восприятия сукцессивно организованных процессов.

Коррекционная работа по каждому из этих пунктов (или их сочетанию) предполагает целый спектр методических решений: специальные занятия, направленные на формирование целостного сенсорного образа; организация сенсорного пространства и выбор стимульного и дидактического материала в соответствии с уровнем сензитивности по соответствующим сенсорным каналам.

3. Развитие социального взаимодействия, коммуникации и её форм: большинство используемых методических подходов так или иначе преследует эти цели. Приёмы и методы, включённые в этот перечень, ориентированы на обучающихся с разной степенью выраженности аутистических расстройств и разным их профилем, используют различную техническую базу, и для каждого существуют определённые показания к применению, условия использования, возможные и нежелательные сочетания с другими подходами.

4. Важным аспектом и одновременно предпосылкой социального взаимодействия является нарушенная при РАС способность понимать мотивы поведения, причины поступков и действий других людей, способность предвосхищать, предугадывать их действия и поведение, предполагать их возможные последствия и результаты. Без таких возможностей другой человек становится для ребёнка с РАС непредсказуемым, взаимодействие с ним может невольно индуцировать защитные реакции (включая страхи, агрессию, стереотипные формы поведения), что часто становится причиной тех или иных форм проблемного поведения и социальной дезадаптации.

Развитие способности к репрезентации психической жизни других людей происходит только параллельно с развитием социального взаимодействия и коммуникации. Это процесс

постепенный, требующий постоянного учёта возможностей ребёнка с РАС на данный момент, особенностей его мотивационной сферы.

5. Особенности проблемного поведения ребёнка с РАС разнообразны: агрессия и аутоагрессия, аффективные вспышки, неадекватные смех, плач, крик, различного рода стереотипии (двигательные, сенсорно-двигательные, речевые). Такие поведенческие проявления препятствуют развитию ребёнка, затрудняют (при резкой выраженности делают фактически невозможным) учебный процесс и само взаимодействие с другими людьми. Коррекция проблемного поведения не только один из важнейших разделов комплексной коррекции аутистических расстройств, но часто и в значительной степени условие работы по другим направлениям.

Коррекция проблем поведения должна начинаться в возможно более раннем возрасте (желательно не позднее 2-3 лет), что позволяет в части случаев смягчить поведенческие проблемы, а в некоторых случаях, возможно, и предупредить развитие некоторых из них.

6. Отмеченные особые образовательные потребности отражают специфические для РАС проблемы воспитания и обучения, однако, помимо них, трудности образовательного процесса могут быть связаны со следствиями особых образовательных потребностей (например, искажение и задержка речевого развития в силу невозможности восприятия сукцессивно организованных процессов), а также с коморбидными расстройствами. Это полностью согласуется с практикой: как правило, у ребёнка с РАС помимо сугубо аутистических проявлений могут быть и другие, свойственные не только аутизму расстройства (интеллектуальные, речевые, сенсорные, двигательные).

7. Определение стратегии коррекционной работы осложняется и тем, что природа отдельных нарушений может быть сложной: например, мутизм может быть связан одновременно с аутистическим искажением речевого развития, выраженной умственной отсталостью и сенсомоторной алалией, а интеллектуальная недостаточность может включать в себя как обусловленный аутизмом синдром "олиго-плюс", так и классическую органически обусловленную умственную отсталость. Без учёта структуры нарушений возможный уровень эффективности лечебно-коррекционной работы не может быть достигнут. Сложная структура нарушений при РАС требует от специалиста широких коррекционно-педагогических компетенций.

8. Нарушения восприятия и усвоения пространственно-временных характеристик ближе к основному нарушению (расстройствам функций тонического блока мозга). Соответственно, здесь могут использоваться методы и компенсации, и коррекции; чаще, чем при нарушениях более высокого уровня, возникает необходимость медикаментозной терапии. Из классических признаков РАС ближе всех к основному нарушению стереотипии компенсаторного и гиперкомпенсаторно-аутостимуляционного характера и, отчасти, кататонический вариант стереотипии.

9. Другие формы проблемного поведения (агрессия, аутоагрессия, аффективные вспышки, неадекватный крик, смех, плач, негативизм) также различны по генезу, но чаще всего относятся к продуктивным расстройствам вторичного уровня клинико-психологической структуры РАС. Именно в связи с этим на первом плане в коррекции этих проявлений - психолого-педагогические методы, при необходимости в сочетании с психофармакотерапией.

10. Нарушения коммуникации и социального взаимодействия - сложные психологические образования, их квалификация может быть самой разной и требует исключительно индивидуального подхода.

Подготовка к определению стратегии образовательных мероприятий должна включать:

- выделение проблем ребёнка, требующих комплексной коррекции;
- квалификацию каждой из этих проблем как вида особой образовательной потребности, уровня нарушений в клинико-психологической структуре, характер коморбидности (случайная или патогенетически обусловленная);
- выявление ведущего уровня нарушений в клинико-психологической структуре;
- определение образовательной траектории (по содержательному, деятельностному и процессуальному направлениям);
- мониторинг реализации принятой индивидуальной коррекционно-образовательной программы.

1.3. Возрастные особенности воспитанников.

Возрастные особенности воспитанников с ТНР 6-7 лет

К 7 годам скелет ребенка становится более крепким, поэтому он может выполнять различные движения, которые требуют гибкости, упругости, силы. Его тело приобретает заметную устойчивость, чему способствует усиленный рост ног. Ноги и руки становятся более выносливыми, ловкими, подвижными. В этом возрасте дети уже могут совершать довольно длительные прогулки, долго бегать, выполнять сложные физические упражнения.

У семилетних детей отсутствуют лишние движения. Ребята уже самостоятельно, без специальных указаний взрослого, могут выполнить ряд движений в определенной последовательности, контролируя их, изменяя (произвольная регуляция движений).

Ребенок уже способен достаточно адекватно оценивать результаты своего участия в подвижных и спортивных играх соревновательного характера. Удовлетворение полученным результатом доставляет ребенку радость и поддерживает положительное отношение к себе и своей команде («мы выиграли, мы сильнее»).

Имеет представление о своем физическом облике (высокий, толстый, худой, маленький и т.п.) и здоровье, заботиться о нем. Владеет культурно-гигиеническими навыками и понимает их необходимость.

Возрастные особенности воспитанников с РАС 6-7 лет

Двигательная сфера детей с РАС характеризуется наличием стереотипных движений, трудностями формирования предметных действий и бытовых навыков, нарушениями мелкой и крупной моторики. Детям свойственны, в частности, нарушения в основных движениях: тяжелая, порывистая походка, импульсивный бег с искаженным ритмом, лишние движения руками или нелепо растопыренные руки, не принимающие участия в процессе двигательной деятельности, одноопорное отталкивание при прыжке с двух ног. Движения детей могут быть вялы или, наоборот, напряженно скованны и механистичны, с отсутствием пластичности. Для детей являются трудными упражнения и действия с мячом, что связано с нарушениями сенсомоторной координации и мелкой моторики рук. У многих детей на занятиях физкультуры проявляются стереотипные движения: раскачивания всем телом, похлопывания или почесывания, машущие движения кистью и пальцами рук, движения руками, похожие на хлопанье крыльями, ходьба на цыпочках, кружения вокруг своей оси и другие движения, которые связаны с аутистимуляцией и отсутствием самоконтроля. У детей отмечаются нарушения регуляции мышечной деятельности, своевременно не формируется контроль над двигательными действиями, возникают трудности в становлении целенаправленных движений, страдает пространственная ориентировка.

На занятиях физической культуры ребёнок не только может получить знания, умения и навыки, а также быть ориентированным на их практическое применение, но в наибольшей степени получает навыки коммуникации, социализации.

Форма организации занятий должна учитывать специфику ребёнка в том плане, что такой ребёнок не может длительно концентрировать внимание, быстро утомляется, а потому продолжительность занятия во многом зависит от самочувствия и активности, демонстрируемых ребёнком.

Что касается содержания занятий, то основной сложностью здесь является создание такого занятия, которое включало бы широкий спектр разнообразных упражнений, нацеленных в первую очередь на общефизическое развитие. При этом, для каждого из упражнений должна быть возможность для его усложнения при сохранении общей привычной формы. Это связано с тем, что для ребёнка с аутизмом очень важны постоянство, выполнение некой стабильной последовательности действий. Такой последовательностью на занятиях физической культуры становится серия упражнений. Упражнения, привычные по форме, но с постепенно усложняющимся содержанием становятся для ребёнка значительно меньшим стрессом, чем совершенно новые упражнения.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретно образовательных достижений, результаты освоения программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ТНР и РАС к концу дошкольного образования.

1.4.1. Целевые ориентиры

ТНР	РАС
<ul style="list-style-type: none"> – у ребенка развита крупная и мелкая моторика; движения рук достаточно координированы; – ребенок владеет техникой основных движений; – ребенок может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений; – развиты физические способности (силовые, скоростные, координационные, выносливость, гибкость); – развита способность к пространственной организации движений; слухо-зрительно-моторная координация и чувство ритма; – ребенок проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям. 	<ul style="list-style-type: none"> – у ребенка развита крупная и мелкая моторика; – движения рук достаточно координированы и согласованы; – сформированы пространственные отношения; – подвижен, выполняет основные двигательные действия без ошибок; – может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений; – обладает кондиционными (силовыми, скоростными, выносливость, гибкость) и координационными способностями; – развита способность к пространственной организации движений; слухо-зрительно-моторной координации;

- | | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">– минимизированы неадекватные синергии;– сведены к минимуму проявления двигательной расторможенности. |
|--|--|

В ДОО разрабатывается система мониторинга индивидуального развития воспитанников, предполагающая систему диагностических мероприятий, рассчитанных на весь период пребывания ребенка в ДОО.

Степени реального освоения ребенком обозначенных целевых ориентиров к моменту перехода на следующий уровень образования могут существенно варьировать у разных детей в силу различий в условиях жизни и индивидуальных особенностей развития.

Дети с ТНР и РАС исходно могут демонстрировать качественно неоднородные уровни двигательного, речевого, познавательного и социального развития. Поэтому целевые ориентиры должны учитывать не только возраст ребенка, но и уровень его развития, степень выраженности различных нарушений, а также индивидуально-типологические особенности

Целевые ориентиры остаются в этом возрасте для воспитанников групп комбинированной направленности те же, но на каждом занятии включаются:

- задания на мелкую моторику,
- пальчиковая гимнастика,
- дыхательные упражнения,
- самомассаж рук,
- речь с движением,
- игры с речитативом,
- звукокодирование (подсчет, хлопки, бубен),
- звукоподражание (театр зверей, звуки машин),
- звуковые акценты в движениях (сигнал при толчке после разбега),
- артикуляционная гимнастика,
- ритмопластика,
- задания на общее моторно-речевое расслабление,
- фитбол-гимнастика,
- релаксирующие упражнения.

1.6. Оценочные материалы. Диагностика.

Диагностика проводится по методике «Теория и методика физического воспитания и развития» Степаненкова Э.Я. Педагогическая диагностика проводится в процессе физкультурных занятий. Инструктор по физической культуре с помощью воспитателя фиксирует уровень физической готовности детей: развитие физических качеств, сформированность двигательных навыков.

Диагностика проводится 3 раза в год (сентябрь, январь, май), данные вносятся в карты диагностического обследования. Результаты диагностики усвоения программы, педагог использует для оценки правильности выбранных методик, технологий и способов обучения и воспитания детей с ОВЗ, своевременной корректировки плана работы для достижения лучших результатов; обсуждает результаты диагностики с педагогом – психологом, учителем – логопедом и учитывает их рекомендации в своей работе. Контроль проведения оценки индивидуального развития и проведение мониторинга осуществляется старшим воспитателем с применением следующих форм: проведение текущего и оперативного контроля; организация

тематического контроля; посещение занятий, организацию режимных моментов и других видов деятельности; проверка документации.

II. Содержательный раздел программы

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлением развития ребенка

Содержание образовательной деятельности с детьми, имеющими тяжелые нарушения речи, определяется целями и задачами коррекционно-развивающего воздействия.

Коррекционно – развивающая работа по физическому воспитанию с детьми ТНР подготовительной группы направлено на обогащение двигательного опыта воспитанников посредством совершенствования навыка основных движений и знакомства с элементами спортивных упражнений и игр, совершенствование механизмов саморегуляции, нормализацию мышечного тонуса, а также стимулирование вербального взаимодействия.

Занятие в спортивном зале в каждой возрастной группе проводится 2 раза в неделю.

Примерная продолжительность занятия по адаптивной физической культуре:

30 мин. – подготовительная к школе группа.

Из них вводная часть (беседа вопрос-ответ «Здоровье», «Безопасность»):

4 мин. – подготовительная к школе группа (разминка).

Основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 19 мин. – подготовительная к школе группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

4 мин. – подготовительная к школе группа.

Третье занятие адаптивной физической культурой в неделю проводится на улице в форме оздоровительно-игрового часа, который направлен на удовлетворение потребности ребенка в движении, оздоровление посредством пребывания на свежем воздухе в сочетании с физической нагрузкой, организуемой в игровой форме. Такие занятия проводятся воспитателем, под контролем инструктора по физической культуре, в соответствии с учебным планом. При составлении конспектов оздоровительно-игрового часа инструктором по адаптивной физической культуре учитывается естественное повышение двигательной активности ребенка в весенне-летний период и ее снижение в осенне-зимний период.

Структура оздоровительно-игрового часа на свежем воздухе

Оздоровительная разминка (различные виды ходьбы, бега, прыжков; имитационные движения; упражнения для профилактики плоскостопия и осанки).

Оздоровительно-развивающая «тренировка» (развитие физических способностей, формирование умений взаимодействовать друг с другом и выполнять правила в подвижной игре). Продолжительность примерно: 26 мин. – подготовительная к школе группа.

Освоение воспитанниками с РАС основного содержания программы, реализуемой в образовательной организации, возможно при условии своевременного начала реализации коррекционной работы. Однако полиморфность и неоднородность основного дефекта, его проявлений и индивидуально-типологические особенности детей с РАС предполагают значительный разброс вариантов их развития.

Особенности образовательной и коррекционно-развивающей работы с детьми с РАС состоят в:

- необходимости индивидуально-дифференцированного подхода;

- изменении темпа обучения;
- структурной простоте содержания занятий;
- систематическом циклическом возврате к уже изученному материалу и размеренном обогащении его новым содержанием;
- определении целевых ориентиров для каждого этапа образовательной деятельности;
- преобладании использования в процессе обучения метода сопряженной речи;
- вовлечении в процесс обучения двигательного действия как можно большего количества анализаторов.

В данной области Программы рассматриваются педагогические условия, реализация которых обеспечит реализацию основных принципов адаптивного физического воспитания и будет способствовать достижению его цели – формирование и удовлетворение потребности воспитанника в подготовке к жизни, в формирование положительного и активного отношения к систематическим занятиям АФК и принятия ценностей здорового образа жизни. Важным условием успешного освоения адаптированной образовательной программы воспитанниками с РАС является помощь тьютора, способствующего оптимальной организации учебного процесса и регулирующего взаимодействие учащегося с педагогом и сверстниками.

2.3. Содержание образовательной деятельности

Программа по адаптивной физической культуре носит междисциплинарный характер и нацелена на нормализацию нарушенных функций, коррекцию и профилактику вторичных нарушений, коррекцию и развитие физических качеств, коррекцию психических нарушений детей. Формы занятий достаточно разнообразны и включают занятия адаптивной физической культурой, рекреационные занятия в режиме дня, лечебно-профилактические, оздоровительные и реабилитационные мероприятия.

Воспитанники с ТНР представляют собой достаточно разнородную группу детей с точки зрения особенностей физического развития. У значительной части детей двигательная недостаточность выражается в виде плохой координации сложных движений; неуверенности в воспроизведении точно дозированных движений; снижения скорости и ловкости их выполнения; отставания от нормально развивающихся сверстников в точном воспроизведении двигательного задания по пространственно-временным ориентирам; нарушения последовательности элементов действия, невыполнении его составных частей; недостаточного самоконтроля при выполнении задания. Наибольшие трудности вызывает выполнение движений по словесной, особенно многоступенчатой, инструкции. Дети с ТНР испытывают трудности при выполнении таких движений, как перекатывание мяча с руки на руку, передача его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку.

Основным принципом проектирования содержания занятий по адаптивной физической культуре является дифференциация коррекционно-развивающей и физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ТНР с различным состоянием физического и двигательного развития.

Содержанием занятий по адаптивной физической культуре с детьми ТНР являются:

- основные движения (ходьба, бег, прыжки, метания, лазанье);
- коррекционно-развивающие подвижные игры;
- танцевальные и ритмические упражнения;

- общеразвивающие упражнения как средство формирования базовых координационных способностей, развития двигательных качеств;
- корригирующие упражнения для формирования осанки, развития согласованности движений, постановки дыхания, развития мелкой моторики, активизации речевой деятельности;
- дыхательная гимнастика;
- релаксационные упражнения.

Содержанием занятий по адаптивной физической культуре с детьми РАС являются:

- учить детей выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- учить детей попадать в цель с расстояния 5 метров;
- продолжать учить детей бросать и ловить мячи разного размера;
- учить детей находить свое место в шеренге по сигналу;
- учить детей ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- учить детей согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- продолжать учить детей перестраиваться в колонну и парами в соответствии со звуковыми сигналами;
- учить детей ходить по наклонной гимнастической доске;
- учить детей лазить вверх и вниз по шведской стенке, перелазить на соседний пролет стенки;
- продолжать детей учить езде на велосипеде;
- учить детей ходить и бегать с изменением направления – змейкой, по диагонали;
- закрепить умение у детей прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- продолжать обучить выполнению комплекса упражнений утренней зарядки и разминки в течение дня;
- формировать у детей желание участвовать в знакомой подвижной игре, предлагать сверстникам участвовать в играх;
- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и, необходимости и пользы его соблюдения.

Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;
- попадать в цель с расстояния 5 метров;
- бросать и ловить мяч;
- находить свое место в шеренге по сигналу;
- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;
- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;
- перестраиваться в колонну и парами в соответствии со звуковыми сигналами;

- ходить по наклонной гимнастической доске;
- лазать вверх и вниз по гимнастической стенке, перелезть на соседний пролет стенки;
- ходить и бегать с изменением направления – змейкой, по диагонали;
- прыгать на двух ногах и на одной ноге;
- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;
- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;
- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;
- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни.

На первом этапе основные задачи обучения и воспитания при формировании представлений о здоровом образе жизни (от 6 до 7 (8) лет):

- формировать у детей представление о человеке как о целостном разумном существе, у которого есть душа, тело, мысли, чувства;
- уточнить представления каждого ребенка о своей внешности, половой принадлежности и основных отличительных чертах внешнего строения;
- воспитывать у детей потребность в выполнении гигиенических навыков;
- обращать внимание детей на приятные ощущения от наличия чистых рук, волос, тела, белья, одежды;
- закрепить представление детей о режиме дня и необходимости и пользы его соблюдения;
- обучать детей приемам самомассажа и укрепления здоровья через воздействие на биологически активные точки своего организма;
- познакомить детей с ролью подвижных игр и специальными упражнениями для снятия усталости и напряжения;
- познакомить детей со значением солнца, света, чистого воздуха и воды и их влиянием на жизнь и здоровье человека;
- познакомить детей с месторасположением и основным назначением позвоночника в жизни человека, обучать правилам соблюдения правильной осанки и приемам расслабления позвоночника в позиции лежа и сидя;
- познакомить детей с приемами правильного дыхания и с элементарными дыхательными упражнениями;
- познакомить детей с правилами ухода за своими зубами, со связью здорового полноценного питания со здоровыми зубами и деснами, с основами рационального питания.

Дети могут научиться:

- выполнять основные гигиенические навыки;
- владеть навыками повседневного ухода за своими зубами (чистить утром и вечером, полоскать после еды);
- выполнять комплекс утренней зарядки;
- показывать месторасположение позвоночника и сердца;
- выполнять элементарные дыхательные упражнения под контролем взрослого;
- перечислить по просьбе взрослого полезные продукты для здоровья человека;
- иметь элементарные представления о роли солнца, света, чистого воздуха и воды для жизни и здоровья человека;
- выполнять 3-4 упражнения для снятия напряжения с глаз;

- использовать приемы самомассажа пальцев рук, кистей и стоп эластичным кольцом, дыхательные упражнения;
- перечислить правила безопасного поведения дома и на улице;
- иметь представление о необходимости заботливого и внимательного отношения к своему здоровью.

2.2. Интеграция с другими образовательными областями

В соответствии с принципом интеграции образовательных областей Программа предполагает взаимосвязь физического развития с социально-коммуникативной, познавательной, речевой и художественно-эстетической образовательными областями.

Социально-коммуникативное развитие

Развивать опыт совместной игры с взрослыми и сверстниками, побуждать к самостоятельному игровому творчеству в подвижных играх. Развивать умение отвечать на вопрос, просить о помощи, выражать свои эмоции и предпочтения. 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 детей о режимах двигательной активности, 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 адаптивной физической культуре (команды, построения, виды движений и упражнений); стимулировать речевое общение в подвижных играх.

Художественно-эстетическое развитие

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

2.4. Система физкультурно-оздоровительной работы

Содержание	Периодичность	Ответственные	Время
Оптимизация режима			
Организация жизнедеятельности детей в адаптационный период, создание комфортного режима	Ежедневно	Воспитатели, педагог-психолог, медсестра	В течение года

Содержание	Периодичность	Ответственные	Время
Определение оптимальной нагрузки на ребенка, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей		Воспитатели, учителя-дефектологи, педагог-психолог, инструктор АФК, врач	В течение года
Организация двигательного режима			
Утренняя гимнастика	Ежедневно перед завтраком	Воспитатели	В течение года
Занятия адаптивной физической культурой	3 раза в неделю	Инструктор АФК	В течение года
Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	Воспитатели, контроль – медсестра	В течение года
Прогулки с включением подвижных игровых упражнений	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Музыкальные занятия	2 раза в неделю	Музыкальный руководитель	В течение года
Спортивный досуг	По плану	Инструктор АФК	В течение года
Пальчиковая гимнастика	Ежедневно 1 раз в день	Учителя-дефектологи, воспитатели	В течение года
Гимнастика с элементами нейропсихологической коррекции	Ежедневно 1 раз в день	Учителя-дефектологи	В течение года
Артикуляционная гимнастика	3 раза в неделю	Учитель-логопед	В течение года
Динамические паузы	Ежедневно на ООД	Воспитатели, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, педагоги-психологи	В течение года
Охрана психического здоровья			
Использование приемов релаксации: минуты тишины, музыкальные паузы	Ежедневно несколько раз в день	Учителя-дефектологи, воспитатели	В течение года
Профилактика заболеваемости			
Дыхательная гимнастика в игровой форме	3 раза в день во время утренней зарядки, после сна	Учителя-дефектологи, контроль медработника	В течение года
Закаливание, с учетом состояния здоровья ребенка			

Содержание	Периодичность	Ответственные	Время
Воздушные ванны (облегченная одежда, одежда соответствует сезону года)	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Прогулки на воздухе	Ежедневно	Воспитатели	В течение года
Хожение босиком по «дорожке здоровья»	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Обширное умывание	Ежедневно, после дневного сна	Воспитатели	В течение года
Игры с водой	По плану	Воспитатели	Июнь – август
Гимнастика пробуждения	После сна в группе каждый день	Воспитатели	В течение года
Полоскание зева кипяченой охлажденной водой	После каждого приема пищи	Воспитатели, помощники воспитателей	В течение года
Лечебно-оздоровительная работа			
Витаминация третьего блюда	Ежедневно	Специалист по питанию	В течение года
Организация питания			
Сбалансированное питание в соответствии с действующими нормами	Ежедневно	Специалист по питанию	В течение года

Комплекс лечебно-оздоровительных мероприятий

Организационная форма	Ответственный	Время проведения	Место проведения
Гимнастика после сна	Воспитатель, тьютор (при необходимости)	Ежедневно	Группа
Гимнастика для глаз (неспецифические комплексы)	Воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор АФК, дефектолог, тьютор (при необходимости)	Ежедневно	Группа, спортивный зал
Воздушные закаливающие процедуры	Врач, медсестра, воспитатели групп (по инструкции врача), тьютор (при необходимости)	Ежедневно	Группа

Свето-воздушные ванны	Врач, медсестра, воспитатели групп (по инструкции врача), тьютор (при необходимости)	Летний период	Игровая площадка
Дыхательная гимнастика (неспецифические комплексы)	Воспитатели групп, музыкальный руководитель, инструктор АФК, тьютор (при необходимости)	Ежедневно	Группа, спортивный зал
Прогулки	Воспитатели групп, тьютор (при необходимости)	В соответствии с режимом и погодными условиями	Игровая площадка
Массаж стоп – ходьба босиком по массажным коврикам, ребристым дорожкам	Воспитатели групп, инструктор АФК, тьютор (при необходимости)	В соответствии с режимом	Группа, спортивный зал
Режим теплового комфорта выбора одежды для пребывания детей в группе, на физкультурных занятиях, во время прогулок	Воспитатели групп	Постоянно	Группа, спортивный зал
Режим проветривания	Медсестра, воспитатели групп	В соответствии с режимом	Группа, спортивный зал
Витамино-профилактический комплекс	Медсестра	В течение года	Витаминация третьего блюда

Объем лечебно-оздоровительной работы и коррекционной помощи детям регламентируют индивидуально, в соответствии с медико-педагогическими рекомендациями.

2.6. Особенности взаимодействия специалистов дошкольной образовательной организации

Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и воспитателя

Перед занятием по физическому развитию воспитатель отслеживает готовность занимающихся на предмет соответствия спортивной формы установленным гигиеническим нормам и требованиям техники безопасности. Выстраивает детей в соответствии с порядком построения, определенным инструктором по адаптивной физической культуре.

Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель закрепляет посредством применения их в процессе утренней гимнастики и динамических пауз и прочих активностей, запланированных в рамках НОД. Воспитатель совместно с ИФК интегрирует содержание образовательной области «Физическое развитие» в области:

«Здоровье» – использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание;

«Социализация» – взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а также в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности;

«Безопасность» – формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности;

«Труд» – помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т. п.;

«Познание» – активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и логопеда.

Взаимодействие ИФК с логопедом направлено на решение следующих задач:

- коррекция звукопроизношения;
- упражнение детей в основных видах движений;
- становление координации общей моторики;
- формирование умения согласовывать слово и жест;
- воспитание умения работать в коллективе;
- повышение уровня развития респираторной системы.

Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и педагога-психолога, дефектолога

Взаимодействие ИФК с педагогом-психологом и дефектологом направлено на решение следующих задач:

- коррекция эмоционально-волевой сферы и поведенческих отклонений;
- определение наиболее актуальных направлений индивидуализации образовательного процесса;
- диагностика уровня психомоторного развития;
- формирование и совершенствование функций саморегуляции;
- развитие самостоятельности;
- профилактика психоэмоционального перенапряжения;
- совершенствование способности к эмпатии;
- коррекция различных форм внимания;
- коррекция процессов планирования и организации деятельности;
- формирование навыков взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

- определение физического состояния детей, посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физического развития и физической подготовленности детей);

- анализ выписок из медицинских карт для учета индивидуальных показаний и противопоказаний;
- профилактика заболеваний опорно-двигательного аппарата сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;
- предупреждение негативных влияний интенсивной образовательной деятельности.

Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и музыкального руководителя

Воздействие средствами музыки и ритмики на воспитанников:

- развивает эмоциональную сферу детей;
- активизирует умственную деятельность воспитанников;
- способствует невербальной раскрепощенности;
- способствует развитию координационных способностей;
- способствует обогащению двигательного опыта.

Взаимодействие инструктора по адаптивной физической культуре и тьютора

Задачи тьютора:

- оптимизация эмоциональной и физической нагрузки на воспитанника;
- помощь в организации взаимодействия воспитанника с педагогом и сверстниками;
- помощь в организации командных игр, соревнований;
- помощь воспитаннику в выполнении инструкций педагога;
- подготовка совместно с инструктором индивидуальных, учитывающих потребности и возможности конкретного воспитанника, визуальных опор, отражающих последовательность необходимых действий для освоения как отдельного физического навыка, так и целого упражнения;
- подготовка совместно с инструктором визуальных расписаний, отражающих последовательность хода занятия;
- помощь инструктору в организации на занятиях адаптивной физической культурой предметной среды, облегчающей воспитанникам выполнение инструкций, способствующей повышению мотивации к занятиям АФК, активизации целенаправленного поведения.

2.7. Взаимодействие с семьями воспитанников

Цель работы инструктора по адаптивной физической культуре с родителями воспитанников – информирование родителей о факторах, влияющих на физическое здоровье ребенка (спокойное общение, питание, закаливание, двигательная активность).

Данная цель достигается посредством:

- стимулирования двигательной активности ребенка посредством совместных подвижных игр, элементов спортивных игр, спортивных упражнений, прогулок;
- знакомства родителей с опасными для здоровья ребенка ситуациями (дома, на даче, на дороге, в лесу, у водоема) и способами поведения в них;
- привлечения родителей к активному отдыху с детьми;
- стимулирования заинтересованности родителей в развитии игровой деятельности детей, обеспечивающей успешную социализацию, усвоение гендерного поведения;
- сопровождения и поддержки семьи в реализации воспитательных воздействий;
- проведения совместных с родителями спортивных мероприятий.

В процессе взаимодействия осуществляется:

Анкетирование;

Проведение практикумов и мастер-классов с целью повышения компетентности родителей по вопросам физического развития ребенка;

Памятки на стендах информации в группах;

Консультации по запросу;

Ознакомление с результатами диагностики по запросу;

Привлечение родителей к совместному досугу;

Совместная физкультурно-оздоровительная работа детского сада и семьи.

Примерный план работы на год по организации взаимодействия инструктора по адаптивной физической культуре и родителей

Срок	Форма взаимодействия	Содержание
Сентябрь	Участие в родительском собрании	«Организация физкультурных занятий в детском саду»
Октябрь	Стендовая консультация	«Движение – это жизнь»
Ноябрь	Стендовая консультация	«Зарядка – это весело»
	Совместный праздник с мамами	Праздник, посвященный Дню матери
Декабрь	Стендовая консультация	«Занятия адаптивной физической культурой»
Январь	Стендовая консультация	«Дыхательная гимнастика»
Февраль	Совместный праздник с папами	Праздник, посвященный Дню защитника Отечества
	Устная консультация	«Как сформировать у ребенка ценности здорового образа жизни»
Март	Консультация (стендовый материал)	«Профилактика и коррекция нарушений осанки»
Апрель	Стендовая консультация	«Подвижные игры на прогулке»
Май	Стендовая консультация	«Как правильно организовать занятия физическими упражнениями дома и на улице»

По обращению	Консультации по физическому воспитанию	
--------------	--	--

3. Организационный раздел

3.1. Организация образовательного процесса

Основной задачей организации образовательного процесса в контексте данной Программы является создание условий для физического развития воспитанников. Близкий к оптимальному уровень физического развития является значимым фактором для успешной социализации и последующей интеграции ребенка в общество. Становление детской идентичности, образа «Я» тесно связано с физическим развитием ребенка, с его ловкостью, подвижностью, активностью. Для детей с ТНР и РАС характерно наличие факторов, которые могут ограничивать физическое развитие и стремление к повышению уровня физической подготовленности и двигательной активности в целом. В этой связи образовательный процесс должен быть направлен на «побуждение» к целенаправленной двигательной активности, что выражается на практике в выполнении следующих рекомендаций:

- ежедневно предоставлять детям возможность активно двигаться;
- обучать детей правилам безопасности на занятиях по физическому развитию;
- создавать доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- использовать различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать;
- активизировать совместную физическую активность детей (как основу для формирования навыков продуктивного взаимодействия).

Образовательная среда должна стимулировать физическую активность детей, присущее им желание двигаться, познавать, побуждать к подвижным играм. В ходе подвижных игр, в том числе спонтанных, дети должны иметь возможность использовать игровое и спортивное оборудование. Игровая площадка должна предоставлять условия для развития крупной моторики. Игровое пространство (как на площадке, так и в помещениях) должно быть трансформируемым (меняться в зависимости от игры и предоставлять достаточно места для двигательной активности).

Объем образовательной нагрузки (как непосредственно образовательной деятельности, так и образовательной деятельности, осуществляемой в ходе режимных моментов) является примерным, дозирование нагрузки – условным, обозначающим пропорциональное соотношение продолжительности деятельности педагогов и детей по реализации и освоению содержания дошкольного образования в различных образовательных областях.

Общий объем самостоятельной деятельности детей соответствует требованиям действующих СанПиН (3-4 ч в день).

№	Мероприятия	Группа ДОО	Периодичность	Ответственный
двигательная деятельность				

1.	Утренняя гимнастика	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физическому воспитанию
2.	Адаптивная физическая культура	Все группы	3 раза в неделю: в зале 2 раза и на воздухе 1 раз (с учетом погодных условий)	Инструктор АФК, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	Все группы	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Все группы	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	Все группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
6.	Спортивные игры	Старшая, средняя, подготовительная группы	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	Все группы	1 раз в месяц	Инструктор АФК
8.	Физкультурные праздники	Все	2 раза в год	Инструктор АФК, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	Все группы	2 раз в год	Инструктор АФК, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Каникулы	Все группы	2 раза в год	Все педагоги
11.	Динамические паузы	Все группы	ежедневно	Инструктор АФК, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Оздоровительный бег (в конце прогулки)	Группы детей 5-7 лет	2 раза в неделю	Инструктор АФК

3.2. Кадровые условия реализации Программы

Педагогическая деятельность по реализации рабочей программы по адаптивной физической культуре для обучающихся с ТНР и РАС осуществляется лицами, отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам и имеющими специальную подготовку в области образования (в том числе инклюзивного), комплексной реабилитации, абилитации лиц с ТНР и РАС (курсы повышения квалификации или профессиональная переподготовка).

3.3. Учебный план по реализации рабочей программы ОО «Физическое развитие»

Подготовительная группа			
Количество занятий в рамках непрерывной образовательной деятельности			
Образовательная область «Физическое развитие»	в неделю	в месяц	в год
Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни	Ежедневно в рамках непрерывной образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, самостоятельной деятельности детей и индивидуальной работы с детьми		
занятие по адаптивной физической культуре	3	12	108
физкультурный досуг		2	18
праздники			3

3.4. Комплексно – тематическое планирование

Месяц	Неделя	Блок	Тема недели	Итоговое мероприятие, народный календарь, Праздничные даты
ОСЕНЬ				
Сентябрь	1 неделя	Мониторинг	До свидания, лето! Здравствуй, детский сад! Безопасность.	1 сентября – День знаний 3 сентября – День окончания Второй мировой войны. День солидарности в борьбе с терроризмом 8 сентября – Международный день распространения грамотности
	2 неделя			

	3 неделя	Осень, осень в гости просим!	Огород. Овощи.	
	4 неделя		Сад. Фрукты и ягоды.	
	5 неделя		Деревья и кустарники.	27 сентября – День воспитателя и всех дошкольных работников. 1 октября – Международный день пожилых людей; Международный день музыки
Октябрь	1 неделя		Осень в лесу. Грибы. Подготовка животных к зиме.	4 октября – День защиты животных. 5 октября – День учителя
	2 неделя		Перелетные и водоплавающие птицы. Подготовка к отлету.	15 октября – День отца в России
	3 неделя	Я и мои вещи. Материалы	Моё тело.	
4 неделя	Одежда.			
Ноябрь	1 неделя		Обувь. Головные уборы.	
	2 неделя		Вещи в доме. Материалы.	Посуда. Материалы.
	3 неделя	Продукты питания. Что из чего сделано? Электроприборы – помощники в доме (ст. дошк. возраст).		
	4 неделя	Мебель. Материалы.		26 ноября – День матери в России
ЗИМА				
Декабрь	1 неделя	В гости к нам пришла зима	Зима. Приметы зимы. Безопасность.	30 ноября – День государственного герба РФ. 3 декабря – День

				неизвестного солдата. Международный день инвалидов (ситуативно)
	2 неделя		Зимующие птицы.	5 декабря – День добровольца (волонтера) в России. 8 декабря – Международный день художника. 9 декабря- День героев Отечества
	3 неделя		Зимние забавы и развлечения. Зимние виды спорта (ст.дошк.возраст)	12 декабря – День Конституции РФ
	4 неделя		Скоро, скоро Новый год!	
	5 неделя		Новогодняя неделя.	31 декабря – Новый год
2 полугодие				
Январь	2 неделя	Мониторинг В мире животных	Домашняя птица.	
	3 неделя		Домашние животные и их детеныши.	
	4 неделя		Дикие животные средней полосы.	
Февраль	1 неделя		Животные холодных и жарких стран.	27 января – День снятия блокады Ленинграда. 2 февраля – День разгрома советскими войсками немецко – фашистских войск в Сталинградской битве (ситуативно)
	2 неделя		Обитатели водоемов.	8 февраля – День российской

				науки
	3 неделя	Транспорт. Военная техника	Транспорт.	15 февраля – День памяти россиян, исполнявших служебный долг за пределами Отечества
	4 неделя		Неделя Защитника Отечества.	21 февраля – Международный день родного языка. 23 февраля – День защитника Отечества
ВЕСНА				
Март	1 неделя	Мамин день с весной пришел	Весна. Приметы весны.	
	2 неделя		Моя семья. Первый праздник весны.	8 марта – Международны й женский день
	3 неделя		Растения весной.	
	4 неделя		Птицы и животные весной.	18 марта – День воссоединения Крыма с Россией (ситуативно)
	5 неделя		Насекомые.	27 марта – Всемирный день театра
Апрель	1 неделя	Моя Родина	Родина большая и малая.	
	2 неделя		Космос.	12 апреля – День космонавтики
	3 неделя		Профессии моего города.	
	4 неделя		Безопасность в городе. (ПДД)	
Май	1 неделя	Хлеб - всему голова	Славный праздник весны – день Победы.	1 мая – Праздник Весны и Труда. 9 мая – День Победы
	2 неделя		Хлеб – всему	19 мая – День

			голова (мл.возр).Весенние работы в поле и в саду (ст.возраст).	детских общественных организаций России
	3 неделя	Цветы Мониторинг	Цветы сада, поля и луга .	24 мая – День славянской письменности и культуры
	4 неделя		До свиданья, детский сад.	
ЛЕТО				
Июнь	1 неделя	Летние игры и забавы	Здравствуй лето! Безопасность летом.	1 июня – День защиты детей. 6 июня – День русского языка
	2 неделя		Неделя добрых волшебников.	12 июня – День России
	3 неделя		В гостях у сказки.	
	4 неделя		В стране песочных замков.	22 июня – День памяти и скорби
Июль	1 неделя	Живая и неживая природа	Неделя экспериментов.	
	2 неделя		Неделя семьи.	8 июля – День семьи, любви и верности
	3 неделя		Воздушные путешествия.	
	4 неделя		Путешествие в подводное царство.	
	5 неделя		Неделя любимых мультфильмов.	
Август	1 неделя	Летние виды спорта. Безопасность	Наши добрые дела.	
	2 неделя		Спорт! Спорт! Спорт!	12 августа – День физкультурника
	3 неделя		Цветочный калейдоскоп.	22 августа – День Государственно гофлага Российской Федерации
	4 -5 неделя		Неделя ПДД. Безопасность в наших руках.	27 августа – День российского

				кино
--	--	--	--	------

2.4. Культурно – досуговая деятельность

Дата	Событие	Форма	Участники	Ответственные
Сентябрь				
1	День знаний	Музыкально-спортивное мероприятие «Мой воспитатель»	Дети, воспитатели детского сада	Инструктор по физической культуре Музыкальный руководитель Воспитатели
Октябрь				
14	День отца в России	Спортивно-музыкальное мероприятие «Папа – это звучит гордо»	Дети группы, воспитатели	Инструктор по физической культуре Музыкальный руководитель Воспитатели
Ноябрь				
4	День народного единства	Тематическое занятие « Мы дружные»	Дети группы, воспитатели	Инструктор по физической культуре Воспитатели
Декабрь				
12	День Героев Отечества	Спортивно-музыкальное мероприятие «Герой»	Дети. группы, воспитатели	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре Воспитатели
Январь				
	«Зимние забавы»	Музыкально-спортивное развлечение «Каляда, каляда...»	Дети. группы, воспитатели	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре Воспитатели
Февраль				
23	День защитника Отечества	Спортивно – музыкальное мероприятие «Будем в армии служить - будем Родину любить»	Дети . группы, воспитатели.	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре Воспитатели

Март				
27	Всемирный день театра	Музыкальное мероприятие «	Дети ср. группы, воспитатели, музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре	Воспитатели, музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
Апрель				
12	День космонавтики	Спортивно-музыкальное мероприятие «Космос»»	Дети группы, воспитатели	Воспитатели, музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
Май				
5	День Победы	Зарница «День Победы»	Дети , воспитатели	Воспитатели музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
Июнь				
1	Международный день защиты детей	Спортивно-музыкальное мероприятие «Солнце, воздух и вода»	Дети всех группы, воспитатели, родители	Воспитатели Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре
Июль				
8	День семьи, любви и верности	Тематическое мероприятие «Моя семья»	Дети , воспитатели	Инструктор по физической культуре
Август 11	День физкультурника	Спортивно-музыкальное развлечение «Путешествие по тропинкам здоровья»	Дети , воспитатели	Воспитатели Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре

3.6. Перспективно – тематический план работы представлен в Приложении №1

3.7. Часть программы, формируемая участниками образовательных отношений

Парциальная программа	«Физическая культура дошкольников» Л. И. Пензулаева
Цель	Формирование у детей интереса ценностного отношения к занятиям физической культурой, гармоничное физическое развитие детей дошкольного возраста.
Задачи	Обучение основным видам движений, общеразвивающим упражнениям, подвижным играм; Развитие физических качеств и навыков, координации движений

3.8. Циклограмма

Расписание непосредственно-образовательной деятельности

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
	10.20- 10.50		10.20-10.50	11.20-11.50

3.9. Организация развивающей предметно – пространственной среды

Развивающая предметно – пространственная среда спортивного зала оборудована с учетом ФГОС ДО, требований СП 2.4.3648 – 20 и СанПиН 1.2.3685-21 и основной общеобразовательной программой – образовательной программой дошкольного образования и направлена на физическое развитие, социально – коммуникативное, познавательное, речевое, художественно – эстетическое развитие воспитанников.

Развивающая предметно- пространственная среда включает в себя просторный светлый хорошо проветриваемый зал, что позволяет рационально и свободно использовать данное пространство и все необходимое оборудование.

Предметно – пространственная среда спортивного зала обеспечивает возможность общения и совместной деятельности детей и взрослых, содержательно насыщена, полифункциональна, трансформируема, вариативна, доступна и безопасна.

Развивающую среду спортивного зала можно разделить на зоны – зона спортивного оборудования, двигательной – игровая зона, зона общеразвивающих упражнений, зона метания, зона прыжков и лазания, зона релаксации, коррекционно-профилактическая зона, зона технического оснащения.

Зона спортивного оборудования оснащена инвентарем, обеспечивающим игровую, познавательную, двигательную активность детей, таким как скакалки, обручи разного диаметра, мячи разного диаметра, массажные мячи, гимнастические ленты, диски «Грация», баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи, волейбольная сетка.

Спортивный инвентарь и оборудование зала размещено по периметру помещения, благодаря этому остается максимальное пространство для проведения непосредственно образовательного процесса и активной двигательной деятельности детей. Спортивный материал регулярно обновляется. Это позволяет эффективно организовывать развивающую среду в физкультурном зале, создавать комфортные условия для занятий и эмоционального благополучия.

Двигательно – игровая зона спортивного зала содержит кубы, дуги, модули, «туннели», кегли, бочонки, флажки, ленточки, султанчики, кубики, платочки, погремушки; для подвижных игр и эстафет маски, шапочки, клюшки, шайбы, ракетки для бадминтона,

волейбольная сетка для игры в волейбол, а также оборудование, используемое для основных видов движений и общеразвивающих упражнений. Количество оборудования определено из расчета активного участия всех детей в процессе разных форм двигательной активности. Пространство физкультурного зала трансформируется в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей.

С этой зоной неразрывно связана **зона общеразвивающих упражнений**. Она наполнена разнообразным оборудованием: султанчики, кубики, косички, флажки, платочки (изготовленные родителями), рули, бубны, погремушки. Использование спортивного инвентаря повышает интерес детей к выполнению различных движений, ведет к увеличению интенсивности двигательной активности, что благотворно влияет на физическое, умственное развитие и на состояние здоровья ребенка.

Зона метания оснащена набивными мячами с различным весом, кеглями, мешочками с песком, корзинами, кольцебросами, баскетбольными стойками с кольцами. Все это позволяет детям не только ознакомиться с различными способами метания, но и развивать глазомер, закреплять технику метания, укреплять мышцы рук и плечевого пояса.

Зона прыжков и лазания представлена следующим оборудованием: дуги для подлезания, «туннели» (изготовленные родителями), стойки для прыжков, фишки для перепрыгивания, скакалки, канаты, гимнастические стенки, наклонная и ребристая доска. Использование данного оборудования создаёт условия для обучения детей прыжкам и лазанию разного вида в соответствии с возрастом и программой. Развивает силу ног, прыгучесть, ловкость, гибкость.

В **зоне релаксации** установлен сухой бассейн, заполненный разноцветными пластмассовыми шариками одинакового размера, мягкие маты, коврики, модули, музыкальный центр. Игры в этой зоне не только вызывают восторг ребят, но и благотворно влияют на психоэмоциональное состояние.

Коррекционно - профилактическая зона, создана для укрепления здоровья детей, оснащена оборудованием для профилактики плоскостопия и развития ловкости (дорожка здоровья (изготовленная родителями), мячики-ёжики, игра «Вертушка», ракетки и шарики для детского тенниса, кольцебросы). Данные пособия позволяют закаливать организм, восполнять нехватку тактильных ощущений, развивать чувства равновесия и координации движений, сохранять и укреплять здоровье детей, формировать привычки к здоровому образу жизни.

Зона технического оснащения рациональна и доступна для детей всех возрастов, а также для самостоятельного использования детьми. Инвентарь и оборудование, размещены безопасно на трансформируемых стеллажах и в ящиках на колесах.

Имеется возможность перемещения отдельных категорий инвентаря в уголки здоровья, имеющиеся в каждой группе, где под руководством инструктора по физической культуре воспитатели используют данное оборудование и инвентарь, а также инвентарь изготовленный своими руками.

В детском саду инструктор по физической культуре регулярно проводит консультации для воспитателей и родителей: как изготовить, хранить и применять инвентарь из подручных средств для развития двигательной активности детей дошкольного возраста.

Развивающая предметно-пространственная среда в спортивном зале создана с учетом ФГОС ДО и дает возможность эффективно развивать индивидуальность каждого ребенка с учетом его склонностей, интересов, уровня активности. Инструктор по физической культуре создала информационно богатую развивающую среду, содержащую многообразие

дидактического и игрового материала. Содержание развивающей предметно-пространственной среды соответствует интересам мальчиков и девочек, периодически изменяется, варьируется, постоянно обогащается с ориентацией на поддержание интереса и индивидуальные возможности детей.

3.10. Методическое обеспечение пособия и картотеки

Направление образовательной деятельности	Учебно – методические пособия, методические разработки
Физкультурные занятия	Алябьева, Е. А. Нескучная гимнастика. Тематическая утренняя зарядка для детей 5-7 лет / Е.А. Алябьева. - М.: Сфера, 2015. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Средняя группа. Конспекты занятий.-М.:МОЗАИКА-СИНТЕЗ Казина, О. Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы: моногр. / О.Б. Казина. - М.: ВКТ, Академия Развития
Подвижные игры	Приобщение дошкольников к культурному наследию своего народа посредством разучивания народных подвижных игр - Русские народные подвижные игры как средство нравственного воспитания дошкольников
Праздники, развлечения	Сборник методических материалов по физической культуре для детей дошкольного возраста Журналы инструктор по физкультуре. Издательство «ТЦ Сфера» Интернет ресурсы
Картотеки	Картотека подвижные игры «Времена года» Картотека подвижных игр народов России
Диагностика	«Физическая культура дошкольников» Л. И. Пензулаева

3.4. Материально – техническое оснащение программы

№ п/п	Наименование	Кол-во (шт.)
Инвентарь в спортивном зале		
1.	Ворота	2
2.	Баскетбольные стойки	2
3.	Бассейн	2
4.	Беговая дорожка	1
5.	Ведро для метания	4
6.	Велотренажёр	1
7.	Гантели	3 пары
8.	Гимнастическая доска	1
9.	Гимнастическая лестница	1
10.	Гимнастические палки желтые	20
	зеленые	8
	фиолетовые	8
11.	Гимнастические скамьи	4

12.	Гири	4
13.	Канат	2
14.	Кольца	8
15.	Кольцеброс	1
16.	Корзина	2
17.	Лыжи детские	28 пар
18.	Массажный коврик	1
19.	Маты гимнастические	5
20.	Мешочки для метания	12
	Обручи:	
	малые	25
	большие	15
	Мячи	8
21.	Островок из ткани	1
22.	Островок пластмассовый	14
23.	Полки для инвентаря	3
24.	Скакалки	10
	большие	2
	малые	4
25.	Стол	1
26.	Шкаф	1
	Инвентарь на улице.	
1.	«Гусеница» лаз.	1
2.	«Мостик» лаз.	1
3.	Баскетбольный щит.	1
4.	Гимнастическое бревно.	1
5.	Лабиринт.	1
6.	Мишень «Мороженое».	1
7.	Скалолаз малый.	1
8.	Спортивный комплекс.	1
9.	Стенка турник.	1
10.	Труба скользящая.	1
11.	Шагоход «Гусиные лапки».	1

3.12. Список литературы

1. Аверина И.В. Физкультминутки и динамические паузы в ДОУ. – М.: Айрис – Пресс, 2008.
2. Агеева И.Д. 500 олимпийских загадок для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2010.
3. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. под редакцией Р.А. Ереминой. Формирование правильной осанки. Коррекция плоскостопия у дошкольников. – Волгоград: Учитель, 2009.
4. Антонова Ю. Азбука развития. Уроки здоровья. Спортивные игры для детей и взрослых. – М.: Рипол Классик Дом XXI, 2006.
5. Антонова Ю. Учимся играючи. Лучшие спортивные игры для детей и родителей. – М.: Рипол классик дом XXI век, 2007.
6. Аронова Е.Ю., Хашабова К.А. Здоровый образ жизни/ Физкультурно-оздоровительная работа

- с дошкольниками в детском саду и дома. – М.: Школьная пресса, 2007.
7. Асташина М.П. Инструктору физического воспитания в ДОУ/ Фольклорно-физкультурные занятия и досуги с детьми 3-7 лет. Конспекты занятий. – Волгоград: Издательство Учитель, 2012.
 8. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластики для детей, издание 2, исправленное и дополненное.- СПб, 2000.
 9. Вареник Е.Н. Утренняя гимнастика в детском саду. – М.: Творческий центр Сфера, 2008.
 10. Вареник Е.Н. Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 5-7 лет. – М.: Творческий центр, 2009.
 11. Галанов А.С. Игры, которые лечат: для детей от 5 до 7 лет.- М.: Педагогическое общество России, 2005.
 12. Гальцова Е.А., Власенко О.П. Спортивный серпантин. Сценарии спортивных мероприятий для младших школьников. – Волгоград: Издательство Учитель 2007.
 13. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. М.: Владос. 1999 г.
 14. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: Творческий центр Сфера, 2008.
 15. Дик Н.Ф. Увлекательные физкультурные занятия для дошкольников. – М.: Русское слово, 2007.
 16. Евдокимова Т.А., Клубкова Е.Ю., Дидур М.Д. Фитбол-гимнастика в оздоровлении организма. Методическое пособие для специалистов ЛФК и фитнес-центров. - СПб: НИИХ СПбГУ, 2000.
 17. Железняк Н.Ч. Занятия на тренажерах в детском саду. - Москва, Скрипторий, 2009.

Приложение

Приложение 2.

Перечень музыкальных произведений

Направление	Название	Автор, композитор, исполнитель
От 6 до 7 лет		
Упражнения	Марш «Бег» «Цветные флажки» «Кто лучше скачет?» «Шагают девочки и мальчики» Поднимай и скрещивай флажки «Упражнение с кубиками»	Муз. М.Робера Муз .Е. Тиличевой Муз. В. Золоторева «Этюд» муз. К.Гуррита Муз. С.Сосина