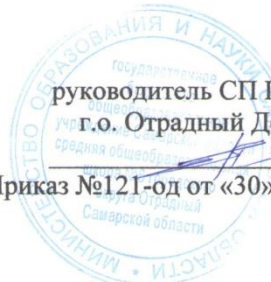


Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №6 г.о. Отрадный Самарской области
Детский сад №14
446300, Самарская область, г.Отрадный, ул.Сабирзянова 10 –Б, телефон 8(84661)2-18-48

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 ЗПР
на 2023 – 2024 учебный год
возрастная категория: 4-5 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 ЗПР 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 задержкой психического развития.
12. Образовательная программа дошкольного образования.
13. Конвенция о правах ребенка.
14. Устав ГБОУ СОШ №6.
15. Положение о структурном подразделении.

Данная программа содержит материал для организации коррекционно-развивающей деятельности с детьми 4-5 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 ЗПР.

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 ЗПР 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 ЗПР;
- 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 ЗПР

- принцип социально-адаптирующей направленности образования;
- этиопатогенетический принцип: для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения;
- принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений;
- принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений;
- принцип опоры на закономерности онтогенетического развития: коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу «замещающего онтогенеза»;
- принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач;
- принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании;
- принцип необходимости специального педагогического руководства;
- принцип вариативности коррекционно-развивающего образования;
- принцип инвариантности ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы;

1.3. Возрастные особенности воспитанников.

Возрастные особенности воспитанников с ЗПР 4-5 лет

Задержка психического развития (ЗПР) – нарушение нормального темпа психического развития, когда отдельные психические функции отстают в своем развитии от принятых психологических норм для данного возраста.

У большинства детей с ЗПР наблюдается полиморфная клиническая симптоматика: незрелость сложных форм поведения, недостатки мотивации и целенаправленной деятельности на фоне повышенной истощаемости, сниженной работоспособности, энцефалопатических расстройств. В одних случаях у детей страдает работоспособность, в других – произвольность в организации и регуляции деятельности, в третьих – мотивационный компонент деятельности. У детей с ЗПР часто наблюдаются инфантильные черты личности и социального поведения.

Патогенетической основой ЗПР является перенесенное органическое поражение центральной нервной системы, ее резидуально-органическая недостаточность или функциональная незрелость. У таких детей замедлен процесс функционального объединения

различных структур мозга, своевременно не формируется их специализированное участие в реализации процессов восприятия, памяти, речи, мышления.

Неблагоприятные условия жизни и воспитания детей с недостаточностью ЦНС приводят к еще большему отставанию в развитии. Особое негативное влияние на развитие ребенка может оказывать ранняя социальная депривация.

Многообразие проявлений ЗПР обусловлено тем, что локализация, глубина, степень повреждений и незрелости структур мозга могут быть различными. Развитие ребенка с ЗПР проходит на фоне сочетания дефицитарных функций и/или функционально незрелых с сохранными.

Для детей с задержкой психического развития характерны:

- фрагментарное и нецеленаправленное восприятие: скорость выполнения перцептивных операций значительно снижена; дети дошкольного возраста с ЗПР испытывают сложности при выполнении заданий по образцу, затруднена ориентировка в пространстве;
- неустойчивость внимания в связи с низкой работоспособностью и быстрой истощаемостью: дети плохо концентрируются, часто отвлекаются, действуют импульсивно, с трудом переключаются с одного задания на другое;
- отставание всех видов мышления: в большей степени развито наглядно-действенное мышление; затруднены главные мыслительные операции (анализ, обобщение, сравнение, классификация); наблюдаются трудности применения полученных ранее знаний и умений для решения новых задач;
- недостаточно сформированная память, отличающаяся значительным снижением объема и прочности запоминания, в большей степени страдает вербальная память;
- отставание в развитии речи: словарный запас беден, грамматический строй речи недостаточно сформирован, обнаруживаются дефекты звукопроизношения, присущи недостатки фонематического слуха;
- повышенная тревожность; резкие перепады настроения, возможны вспышки гнева и агрессии; болезненное реагирование на неудачи; в общении с взрослыми и сверстниками активности обычно не проявляют, предпочитают играть в одиночестве.

Среди дошкольников с ЗПР значительное число составляют дети с дисгармоничным физическим развитием и отставанием от возрастной нормы по ряду показателей физической подготовленности, в частности в развитии скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, сенсомоторных реакций, в сформированности навыков основных движений. Выполнение двигательных действий сопровождается синкинезией движений. Детям сложно вычленить главные, ведущие элементы движения (основы техники и связующее звено) – они много внимания уделяют второстепенным элементам (деталю техники), что не позволяет быстро и четко запомнить алгоритм движения и его характеристики (скорость, амплитуду, траекторию, силу и т. д.). Эти же факты и ограничивают стабильность навыка, перенос сформированного стереотипа движения в новые условия вызывает у детей с ЗПР сложности.

Наиболее выражено отставание в развитии следующих координационных способностей: воспроизведение заданного темпа и ритма движения, процессуальной и целевой точности движения, согласованность движения рук и ног, межмышечная координация, дифференциация движений во времени, в пространстве и по прилагаемым усилиям. Отмечается также отставание в развитии общей выносливости. Задержка сенсорного и моторного развития приводит к замедленному и менее качественному освоению упражнений с мячом, с гимнастическими палками и другим спортивным инвентарем, страдает способность к смене параметров движений (вида движения, скорости, частоты, направления).

Особые образовательные потребности детей с ЗПР в рамках реализации занятий по адаптивному физическому воспитанию определяются основным нарушением и вторичными нарушениями и заключаются в следующем:

- раннее выявление ограничений и недостатков в развитии двигательной сферы ребенка;
- направленность процесса физического воспитания на коррекцию и развитие двигательной, эмоционально-волевой, познавательной, личностной, социально-коммуникативной сферы;
- содействие социальной интеграции ребенка;
- преемственность и непрерывность коррекционно-развивающего процесса по физическому воспитанию детей в дошкольном и младшем школьном возрасте;
- осуществление дифференцированного и индивидуального подхода к разработке и реализации коррекционно-развивающего маршрута физического воспитания ребенка;
- учет особенностей психофизического состояния и потенциалов развития детей с ЗПР в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии (психолого-медико-педагогического консилиума);
- построение занятий по АФК с учетом особенностей функционального состояния ЦНС;
- формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом, содействие формированию у детей здорового образа жизни;
- реализация на занятиях по АФК здоровьесберегающих педагогических технологий;
- построение процесса обучения двигательным действиям и развития физических способностей с учетом сенситивных периодов и индивидуальных возможностей детей;
- формирование, расширение, обогащение и систематизация представлений детей об окружающем мире, о возможностях своего организма, двигательной и психической функций;
- совершенствование двигательных умений и навыков в практической и игровой деятельности ребенка;
- стимуляция на занятиях по АФК познавательной и речевой активности, побуждение интереса к своей телесности, окружающему предметному миру и социальному окружению;
- применение средств, методов, форм организация процесса обучения двигательным действиям с учетом особенностей развития познавательной сферы ребенка;
- пошаговое усложнение двигательных заданий с представлением ребенку самостоятельности в решении двигательных задач, сочетаемой с дозированной помощью взрослого;
- постепенный переход от непосредственного педагогического руководства двигательной активностью ребенка к формированию предпосылок самостоятельной двигательной деятельности;
- мониторинг физического, психического развития и физической подготовленности детей;
- развитие коммуникативной активности, применение приемов конструктивного взаимодействия и сотрудничества ребенка с взрослым и сверстниками, формирование у него социально одобряемого двигательного поведения;
- содействие развитию речевой функции;
- развитие предметной, игровой, деятельности, детского экспериментирования;

- налаживание сотрудничества с семьей, формирование у родителей социально активной позиции, направленной на коррекцию развития ребенка; оказание им консультативной и методической помощи.

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

Результатами освоения программы по адаптивной физической культуре являются целевые ориентиры дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка.

Освоение воспитанниками с ЗПР основного содержания программы, реализуемой в образовательной организации, возможно при условии своевременно начатой коррекционной работы. Однако полиморфность нарушений, индивидуально-типологические особенности детей предполагают значительный разброс вариантов их развития внутри данных нозологических категорий.

Особенности образовательной и коррекционно-развивающей 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.

Целевые ориентиры (планируемые результаты) образовательной деятельности и коррекции нарушений развития у детей дошкольного возраста с ЗПР к 5 годам:

- дети гармонично физически развиваются;
- дети овладевают культурно-гигиеническими навыками;
- двигательный опыт накапливается;
- у ребенка сформирована соответствующая возрасту координация движений;
- ребенок проявляет положительное отношение к разнообразным физическим упражнениям;
- ребенок стремится к самостоятельности в двигательной деятельности;
- ребенок избирателен по отношению к некоторым двигательным действиям и подвижным играм;
- ребенок способен адекватно оценивать свои физические возможности;
- ребенок соблюдает правила подвижной и/или спортивной игры;
- ребенок выполняет требования педагога;
- ребенок адекватно реагирует на различные игровые и/или конфликтные ситуации;
- ребенок способен разделять отношение других детей к себе и выполнение ролей в игре;
- ребенок способен удерживать внимание на изучаемом объекте;
- ребенок владеет базовыми приемами и способами саморегуляции, понимает, когда ими нужно пользоваться;

- ребенок способен контролировать и останавливать проявления двигательной расторможенности.

В период реализации программы дети:

- постепенно узнают и называют (при помощи педагога) разные способы ходьбы, построений, прыжков, ползания и лазания, катания, бросания и ловли; исходные положения выполнения общеразвивающих упражнений (стоя, сидя, лежа); новые физкультурные пособия и физкультурный инвентарь, их свойства и возможные варианты их использования;
- осваивают простейшие общие для всех правила в подвижных играх, узнают о возможности передачи движениями повадок знакомых им животных, птиц, насекомых;
- знакомятся со спортивными упражнениями, учатся ориентироваться в пространстве, узнают разные способы перестроений.

В период реализации программы дети осваивают:

- порядковые упражнения (построение в круг, ходьба в различных направлениях (в обход, по кругу, диагонали и т. д.), повороты на месте;
- общеразвивающие упражнения: с предметами и без предметов; в различных положениях (стоя, сидя, лежа);
- основные движения: разные виды ходьбы с заданиями; бег со сменой темпа и направления; прыжки в глубину (спрыгивание); катание, бросание, метание: прокатывание предмета, упражнения с мячом (отбивание и ловля); бросание одной и двумя руками горизонтально и вертикально в цель, в даль;
- лазание приставным шагом, перелезание и пролезание через предметы и под ними;
- ритмические упражнения;
- элементы спортивных упражнений;
- подвижные игры;
- основные правила игр.

По мере накопления двигательного опыта у детей формируются новые двигательные умения:

- строиться в круг, в колонну, парами, находить свое место;
- начинать и заканчивать упражнения по сигналу;
- сохранять правильное положение тела, соблюдая данное направление;
- ходить, не опуская головы, не шаркая ногами, согласовывая движения рук и ног;
- бегать, не опуская головы;
- одновременно отталкиваться двумя ногами и мягко приземляться в прыжках и в спрыгивании;
- ловить мяч кистями рук, не прижимая его к груди; отбрасывать мяч; попадать в вертикальную и горизонтальную цели;
- подлезать под дугу, не касаясь руками пола;
- лазать по гимнастической стенке и перелезать с пролета на пролет.

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 ЗПР 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,
- звукоolidирование (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, имеющие задержку психического развития, определяется целями и задачами коррекционно-развивающего воздействия.

Коррекционно – развивающая работа по физическому воспитанию с детьми ЗПР средней 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:

20 мин. – средняя группа.

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

2 мин. – средняя группа;

Основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 15 мин. – средняя группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

2 мин. – средняя 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: 18 мин. – средняя группа.

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.

При проектировании рабочей программы по адаптивной физической культуре для детей с ЗПР работникам дошкольной образовательной организации рекомендуется ориентироваться на уровневую дифференциацию психофизического развития внутри данной нозологической категории.

1-я группа – дети, физическое развитие которых соответствует или приближается к возрастной норме. При формировании двигательных навыков у данной группы дошкольников особые трудности наблюдаются при выполнении заданий, требующих целенаправленности, настойчивости, сосредоточенности на результате.

2-я группа – дети, отстающие в физическом развитии и формировании двигательных навыков, помимо вышеперечисленных проблем личностного развития, имеют более выраженные проблемы нервно-психического плана. В двигательном статусе таких дошкольников выделяют негрубые нарушения в физическом развитии и функциональном состоянии, а также специфические нарушения психомоторики, связанные с трудностями формирования произвольных движений. Задания на уроках адаптивной физической культуры

они выполняют медленнее, чем нормально развивающиеся дети, их движения неточны. Особые затруднения вызывает выполнение сложнокоординированных движений попеременного характера.

3-я группа – дошкольники, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья или инвалидность, связанные с соматическим заболеванием. Замедление темпа развития детей этой группы связано со стойкой соматогенной астенией, которая проявляется в повышенной утомляемости, истощаемости, неспособности к длительному умственному и физическому напряжению.

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.

Содержанием занятий по адаптивной физической культуре с детьми ЗПР 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.

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
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

Содержание	Периодичность	Ответственные	Время
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			
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			
Витаминизация 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
Витаминно- профилактический комплекс	Медсестра	В течение года	Витаминизация 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.

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 ЗПР 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 ЗПР 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 ЗПР (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 2 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	
	3 неделя		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.	Моё тело.	
	4 неделя		Материалы	Одежда.	
Ноябрь	1 неделя		Обувь. Головные уборы.		
	2 неделя		Посуда. Материалы.	4 ноября – День народного единства	
	3 неделя		Вещи в доме. Материалы.	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 государственног о 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	Домашняя птица.		
	3 неделя		В мире животных	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 голова (мл.возр).Весенние работы в поле и в саду (ст.возраст).	19 мая – День 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 русского кино

2.4. Культурно – досуговая деятельность

Дата	Событие	Форма	Участники	Ответственные
Сентябрь				
1	День знаний	Музыкально- спортивное мероприятие «Мой	Дети, воспитатели детского сада	Инструктор по физической культуре

		воспитатель»		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
	9.35-9.55		9.35-9.55	10.20-10.40

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 способам 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 закалять 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 так же для самостоятельного использования детьми. Инвентарь и оборудование, размещены безопасно на трансформируемых стеллажах и в ящиках на колесах.

Имеется возможности перемещения отдельных категорий инвентаря в уголки зоровья, 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	Учебно – методические пособия, методические разработки
-----------------------------	--

деятельности	
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