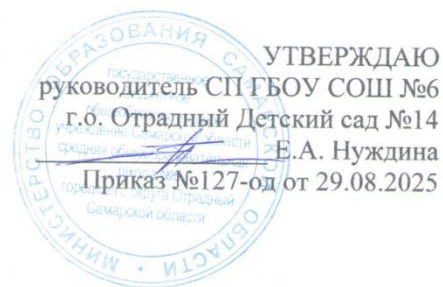


Структурное подразделение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №6 г.о. Отрадный Самарской области
Детский сад №14
446300, Самарская область, г.Отрадный, ул.Сабирзянова 10 –Б, телефон 8(84661)2-18-48

Принята
на педагогическом совете
Протокол № 1(50) от 29.08.2025



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
по реализации адаптированной основной общеобразовательной программы
структурного подразделения ГБОУ СОШ №6
г.о.Отрадный Самарской области Детский сад №14
для детей с ТНР и ЗПР
на 2025 – 2026 учебный год
возрастная категория: 5-6 лет
срок реализации: 1 год

Разработала:
Едифанова Алсу Наурузгалиевна

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 адаптированной основной общеобразовательной программой – образовательной программой дошкольного образования для детей с ТНР и ЗПР структурного подразделения государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №6 Детский сад №14, в соответствии с требованиями ФАОП 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 задержкой психического развития.
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 5-6 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 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 ТНР и 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 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 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 ТНР 5-6 лет

Физическое развитие – неотъемлемая часть всей жизни человека. Взрослые уделяют особое внимание физическому здоровью и активности детей, т.к именно в этом периоде закладывается фундамент здоровья человека.

Большая часть детей имеет плохую координацию, выглядят моторно-неловкими при ходьбе, беге, движениях под музыку. Недостаточная координация движений отмечается во всех видах моторики – общей, мимической, мелкой и артикуляторной.

Основные двигательные умения и навыки сформированы недостаточно, движения ритмично не организованы, повышена двигательная истощаемость, снижена двигательная память и внимание.

Им трудно выполнять такие движения, как перекачивание мяча с руки на руку, передачи его с небольшого расстояния, удары об пол с попеременным чередованием, прыжки на правой и левой ноге, ритмические движения под музыку.

Наблюдается недостаточный самоконтроль при выполнении заданий.

Физическое воспитание дошкольников с общим недоразвитием речи строится согласно программе для коррекционных групп. В непосредственно-образовательной деятельности по физическому воспитанию необходимо постоянно контролировать физическое состояние детей. Дети с нарушениями речи, как правило, относятся к второй-третьей группам здоровья. У многих из них есть противопоказания, которые необходимо учитывать на занятиях физическими упражнениями.

Предметом особого внимания служит работа над осанкой, так как тяжелая походка (на всю стопу), боковые раскачивания тела, полусогнутые ноги, опускание головы, неравномерность шагов обычно бывают главной проблемой детей, имеющих речевые расстройства.

В направления по физическому развитию также необходимо включение упражнений на активное расслабление и напряжение мышц. Регуляции тонуса способствует выполнение упражнений с разной амплитудой и скоростью. Одновременно с этим исполнением ребенком подобных упражнений со стихами стимулирует речь, активизирует артикуляцию и силу голоса, что также является отличительной и необходимой составляющей в работе с детьми логопедических групп дошкольных учреждений.

Дыхательным упражнениям в курсе коррекции необходимо уделять особое внимание. При выполнении физических упражнений организму требуется больше кислорода, а это, возможно, обеспечить только путем увеличения количества дыханий в минуту и возрастанием глубины дыхания. Вместе с тем дети с общим недоразвитием речи, при выполнении даже сравнительно легких упражнений нередко задерживают дыхание, поэтому правильному дыханию их нужно специально учить. Для детей с речевыми нарушениями упражнения на развитие дыхания ведутся в двух направлениях: - работа над физиологическим дыханием
- коррекция речевого дыхания

Возрастные особенности детей с ЗПР 5- 6 лет

В возрасте 5 - 6 лет дети с ЗПР с большим желанием относятся к игре, чем в среднем возрасте. У детей появляются сюжетные игры с 1-2 детьми. Они предпочитают подвижные игры. Дети могут распределять роли до начала игры и строить свое поведение, придерживаясь роли.

У детей отмечаются трудности в формировании мотивационно – целевого компонента игры: трудности на этапе возникновения замысла, ограниченность плана – замысла или его отсутствие, узкая вариативность при поиске путей его реализации, отсутствие потребности в совершенствовании своих действий, направленность на осуществление каких – либо действий, а не реализацию замысла игры.

Дети выполняют несложные двухступенчатые инструкции, но не могут выполнить трехступенчатую инструкцию, часто не доводят начатое дело до конца. Нарушен поэтапный контроль своей деятельности, дети не способны оценить результаты своего труда и обосновать оценку. Навыки самообслуживания сформированы частично.

Двигательная сфера характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте все лучше удерживают равновесие, могут подпрыгивать на двух ногах, балансировать на одной ноге, перешагивать через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

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 ЗПР 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 ТНР и 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.

Целевые ориентиры детей с ТНР

- 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.

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

Целевые ориентиры к 6 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 изначально 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 на основе **ФАОП ДО**. 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 ТНР и ЗПР старшей 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:

25 мин. – старшая группа.

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

3 мин. – старшая группа;

Основная часть (общеразвивающие упражнения, основные виды движений, подвижная игра): 18 мин. – старшая группа.

Заключительная часть (игра малой подвижности):

2 мин. – старшая 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. – старшая 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
Динамические паузы	Ежедневно на ООД	Воспитатели, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, педагоги-психологи	В течение года
Охрана психического здоровья			

Содержание	Периодичность	Ответственные	Время
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			
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 ИФК, дефектолог, тьютор	Ежедневно	Группа, спортивный зал

	(при необходимости)		
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 ИФК, 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 занятия. 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 физической культуре и родителей**

Период	Коллективная форма работы	Наглядно – информационная форма работы	Приобщение родителей к образовательному процессу	Индивидуальные формы работы
С Е Н Т Я Б Р Ь	<i>родительское собрание:</i> "Двигательная активность – сохранение здоровья"; (выдержки из программы просвещения стр.12) <i>выставка совместных рисунков:</i> "Мы спортивная семья" (выдержки из программы просвещения с.12)	<i>Буклет</i> «Выбираем вид спорта для ребёнка».	<i>Установить</i> на начало учебного года оптимальный уровень <i>взаимодействия специалистов</i> детского сада, педагогов группы, родительского комитета <i>и</i> всех <i>семей</i> .	Анкетирование родителей
О К Т Я Б Р Ь	<i>Совместное развлечение</i> «День Отца»	<i>Консультация</i> "Физкультурный уголок дома" (выдержки из программы просвещения стр.12)	Привлекать работу в совместную деятельность детского сада совместное развлечение «День Отца»	Провести индивидуальные беседы с родителями рекомендательного характера по результатам мониторинга физического развития детей.
Н О Я Б Р Ь	<i>Деловая игра</i> "Выходной: развлекательный центр или прогулка в парк?" (выдержки из программы просвещения)	<i>Видеофильм</i> «Зарядка — это весело».	<i>Дискуссия</i> "Нужен ли режим, когда ребенок дома?" Привлекать родителей к совместному творчеству с детьми дома и саду,	Индивидуальные консультации по запросу родителей.

	стр.13)		способствовать установлению более тесного контакта детей со взрослыми в процессе общего дела, способствовать созданию благоприятной атмосфере в семье., а именно утренняя зарядка.	
Д Е К А Б Р Ь	— <i>маршрут выходного дня:</i> "Прогулка в лес на лыжах"	Консультация «Прогулка как средство укрепления здоровья дошкольника» (выдержка из программы просвещения стр.13)	Привлечь родителей участвовать в мероприятии «Акция ГТО»	Индивидуальные консультации по запросу родителей.
Я Н В А Р Ь	<i>Маршрут выходного дня</i> «Коньки»	Консультация «Скандинавская ходьба» (выдержки из программы просвещения с.12)	Привлечь родителей к совместному с детским садом использованию современных здоровьесберегающих технологий для сохранения и укрепления здоровья дошкольников, к совместным мероприятиям.	Привлекать родителей к обновлению лыжни и помощи на лыжных занятиях
Ф Е В Р А Л Ь	фоторепортаж: "Мама, папа, я - спортивная семья"	Папка – передвижка «Роль подвижных игр в оздоровлении детей».	Привлечь родителей к совместному с детским садом использованию современных здоровьесберегающих технологий для сохранения и укрепления здоровья	Индивидуальные консультации по запросу родителей.

			дошкольников, к совместным мероприятиям.	
М А Р Т	мастер-класс "Игры нескольких поколений"	Папка – передвижка «Игры с правилами для детей»	Привлекать родителей к совместным играм с детьми дома	Индивидуальные беседы «Малоподвижные игры для дома»
А П Р Е Л Ь	физкультурный досуг: "Мама, папа, я - физкультурная семья!" (выдержка из программы просвещения с. 13)	Буклет «Школа мяча».	Привлекать работу в совместную деятельность детского сада совместное развлечение физкультурный досуг: "Мама, папа, я - физкультурная семья»	Индивидуальные консультации по запросу родителей.
М А Й	маршрут выходного дня «Велопрогулка»	Консультация: «Спорт в летний период» Консультация «Зачем нужно закаливание» (выдержка из программы просвещения с.19)	Привлечь родителей к совместному с детским садом использованию современных здоровье сберегающих технологий для сохранения и укрепления здоровья дошкольников, к совместным мероприятиям.	Анкетирование родителей.

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	Периодичность	Ответственный
двигательная деятельность			
1.	Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатели групп или инструктор по физическому воспитанию
2.	Адаптивная физическая культура	3 раза в неделю: в зале 2 раза и на воздухе 1 раз (с учетом погодных условий)	Инструктор ИФК, воспитатели групп
3.	Подвижные игры	2 раза в день	Воспитатели групп
4.	Гимнастика после дневного сна	Ежедневно	Воспитатели групп
5.	Спортивные упражнения	2 раза в неделю	Воспитатели групп

6.	Спортивные игры	2 раза в неделю	Воспитатели групп
7.	Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Инструктор АФК
8.	Физкультурные праздники	2 раза в год	Инструктор АФК, музыкальный руководитель, воспитатели групп
9.	День здоровья	2 раз в год	Инструктор АФК, музыкальный руководитель, воспитатели групп
10.	Каникулы	2 раза в год	Все педагоги
11.	Динамические паузы	ежедневно	Инструктор АФК, музыкальный руководитель, воспитатели
12.	Оздоровительный бег (в конце прогулки)	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 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 Осень, осень в гости просим!	До свидания, лето! Здравствуй, детский сад! Безопасность.	1 сентября – День знаний
	3 неделя		Огород. Овощи.	
	4 неделя		Сад. Фрукты и ягоды.	
	5 неделя		Деревья и кустарники.	
Октябрь	1 неделя	Я и мои вещи. Материалы	Осень в лесу. Грибы. Подготовка животных к зиме.	
	2 неделя		Перелетные и водоплавающие птицы. Подготовка к отлету.	15 октября – День отца в России
	3 неделя		Моё тело.	
	4 неделя		Одежда.	
Ноябрь	1 неделя	Вещи в доме. Материалы.	Обувь. Головные уборы.	
	2 неделя		Посуда. Материалы.	4 ноября – День народного единства
	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.	
	2 неделя		Зимующие птицы.	
	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.	
	2 неделя			Обитатели водоемов.
	3 неделя	Транспорт. Военная техника	Транспорт.	
	4 неделя		Неделя Защитника Отечества.	. 23 февраля – День защитника Отечества
ВЕСНА				
Март	1 неделя	Мамин день с весной пришел	Весна. Приметы весны.	
	2 неделя		Моя семья. Первый праздник весны.	
	3 неделя		Растения весной.	
	4 неделя		Птицы и животные весной.	
	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.	9 мая – День Победы
	2 неделя		Хлеб – всему голова (мл.возр).Весенние работы в поле и в саду (ст.возраст).	
	3 неделя	Цветы Мониторинг	Цветы сада, поля и луга .	
	4 неделя		До свиданья, детский сад.	
	ЛЕТО			
Июнь	1 неделя	Летние игры и забавы	Здравствуй лето! Безопасность летом.	1 июня – День защиты детей.
	2 неделя		Неделя добрых волшебников.	
	3 неделя		В гостях у сказки.	
	4 неделя		В стране песочных замков.	
Июль	1 неделя	Живая и неживая природа	Неделя экспериментов.	
	2 неделя		Неделя семьи.	28 июля – День Морского Флота
	3 неделя		Воздушные путешествия.	
	4 неделя		Путешествие в подводное царство.	
	5 неделя		Неделя любимых мультфильмов.	
Август	1 неделя	Летние виды спорта.	Наши добрые дела.	
	2 неделя		Спорт! Спорт!	12 августа –

		Безопасность	Спорт!	День физкультурника
	3 неделя		Цветочный калейдоскоп.	
	4 -5 неделя		Неделя ПДД. Безопасность в наших руках.	

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, воспитатели	Инструктор по физической культуре Музыкальный руководитель Воспитатели
Ноябрь				
4	День народного единства	Тематическое занятие « Мы дружные»	Дети, воспитатели	Инструктор по физической культуре Воспитатели
Декабрь				
12	День Конституции	Спортивно-музыкальное мероприятие «День Конституции»	Дети, воспитатели	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре Воспитатели
Январь				
	«Зимнии забавы»	Музыкально-спортивное развлечение «Каляда, коляда...»	Дети, воспитатели	Музыкальный руководитель Инструктор по физической культуре Воспитатели
Февраль				
23	День защитника	Спортивно –	Дети, воспитатели.	Музыкальный

	Отечества	музыкальное мероприятие «Будем в армии служить - будем Родину любить»		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				
7	День здоровья	Спортивно-музыкальное мероприятие «Мы здоровыми быть хотим»	Дети, 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				
28	День Морского Флота	Тематическое мероприятие «Моя семья»	Дети, воспитатели	Инструктор по физической культуре
Август 11	День физкультурника	Спортивно-музыкальное	Дети, воспитатели	Воспитатели Музыкальный

		развлечение «Путешествие по тропинкам здоровья»		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
9.45-10.10*		9.00-9.25		10.20-10.45

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, двигательная – 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, кольцобросами, 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, кольцобросы). 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 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 зеленые фиолетовые	20 8 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 Обручи: малые большие Мячи	12 25 15 8
21.	Островок из ткани	1
22.	Островок пластмассовый	14
23.	Полки для инвентаря	3
24.	Скакалки большие малые	10 2 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