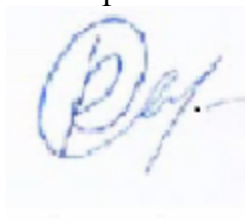


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 8 ПРИМОРСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детский сад № 8
Приморского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 5 от 30.05.2023

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий ГБДОУ детский сад № 8
Приморского района Санкт-Петербурга
С.В.Рожковская
Приказ № 47-Д от 28.08.2023



Подписано цифровой подписью
Рожковская Светлана Владимировна
государственное бюджетное
образовательное учреждение
детский сад № 8 Приморского района
Санкт-Петербурга
email=info.dou8@obr.gov.spb.ru
место нахождение:
СПб, Полевая Сабировская,
д 45, к 1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
Государственного бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
детский сад № 8 Приморского района Санкт-Петербурга
Кошелевой Юлии Николаевны
на 2023 – 2024 учебный год
компенсирующей направленности
для детей с ограниченными возможностями здоровья (ЗПР)

Оглавление

1. Целевой раздел рабочей Программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели и задачи реализации программы	4
1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы.....	5
1.1.3. Психолого – педагогическая характеристика особенностей развития детей с задержкой психического развития.....	7
1.2. Целевые ориентиры освоения Программы.....	7
1.3. Система оценки результатов освоения программы	9
2. Содержательный раздел.....	9
2.1. Образовательная деятельность по физической культуре.....	9
2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной программы дошкольного образования.....	15
2.3. Взаимодействие инструктора физической культуры с родителями	17
3. Организационный раздел рабочей программы	19
3.1. Модель двигательной активности.....	19
3.2. Список использованной литературы:	19

1. Целевой раздел рабочей Программы

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа (далее - Программа) по реализации направления образовательной области «физическое развитие» Адаптированной образовательной программы дошкольного образования с ограниченными возможностями (задержка психического развития) здоровья государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №8 Приморского района г. Санкт-Петербурга сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья и определяет комплекс основных характеристик дошкольного образования (объем, содержание и планируемые результаты в виде целевых ориентиров дошкольного образования).

Программа разработана на основании Адаптированной образовательной программы дошкольного образования ДООУ для детей с задержкой психического развития в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее – ФГОС ДО).

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17 октября 2013 г. № 1155 (далее – Стандарт), предусматривает ряд требований и условий, необходимых для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья, в том числе, создание условий для диагностики и коррекции нарушений развития и социальной адаптации, оказания ранней коррекционной помощи, разработки и реализации плана индивидуально ориентированных коррекционных мероприятий, обеспечения доступности развивающей предметно-пространственной среды.

Программа является комплексом учебно-методической документации, регламентирующей содержание деятельности педагога по данной образовательной области в течение учебного года.

В Программе представлены особенности организации образовательной деятельности воспитанников с задержкой психического развития.

Некоторые дети посещают детский сад второй или третий год, другие – первый. Воспитанники были разделены по трем этапам, в зависимости от уровня физической подготовленности, который был определен посредством диагностики, проводящийся в начале и конце учебного года.

Структура Программы состоит из трех основных разделов: целевого, содержательного и организационного. Целевой раздел описывает цели, значимые для всех субъектов образовательного процесса: детей, родителей, педагогов, организаторов образования. В содержательном разделе представлены описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях, а также программа коррекционно-развивающей работы. Организационный раздел описывает систему условий реализации образовательной деятельности, необходимых для достижения целей Программы, планируемых результатов ее освоения в виде целевых ориентиров, а также особенности организации образовательной деятельности.

Программа разрабатывается ежегодно на текущий учебный год на основании учебного плана и календарно-учебного графика на учебный год.

Сроки реализации программы: 01.09.2023 – 31.05.2024г. Обучение детей ведется на государственном языке Российской Федерации (русском языке). Образовательная программа может корректироваться в связи с изменениями:

- нормативно-правовой базы дошкольного учреждения;
- образовательного запроса родителей;

- видовой структуры групп.

1.1.1. Цели и задачи реализации программы

Стандарт, на основании Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», определил образование как общественно значимое благо, осуществляемое в интересах человека, семьи, общества и государства (п.1, ст.2), закрепив за ним важнейшую функцию социальной деятельности общества и ресурс его развития.

Стандарт был принят в России впервые. Он отражает современные достижения отечественной и мировой психологической и педагогической науки и практики. Стандарт, с одной стороны, утверждает специфику дошкольного детства как психологически особого периода развития ребенка, а с другой – обеспечивает целостность и преемственность существования системы российского образования.

Цель Стандарта – выразить запросы, предъявляемые к образованию государством, обществом и семьей в интересах растущей и развивающейся личности. Стандарт обеспечивает государственные гарантии уровня и качества дошкольного образования на основе единства обязательных требований к условиям реализации образовательных программ дошкольного образования, их структуре и результатам их освоения (п.1.5).

В рамках Стандарта создана настоящая Программа, которая является документом, предназначенным для организации образовательно-воспитательного процесса для данной категории детей в соответствии с требованиями Стандарта.

Основные задачи Программы:

- создание благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства;
- обеспечение равных условий получения качественного образования каждым ребенком независимо от возраста, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья) при разных стартовых возможностях;
- создание условий для профилактики и, по возможности, коррекции или ослабления тяжести последствий отклонений или нарушений развития;
- содействие формированию общей культуры личности детей, развития их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирования предпосылок учебной деятельности, с учетом возможностей детей;
- способствование укреплению физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- создание благоприятных условий для гармоничного развития детей в соответствии с их возрастными, индивидуальными особенностями, склонностями развития и потенциалом каждого ребёнка, а также с учетом его особых образовательных потребностей;
- способствование профилактике плоскостопия и нарушений осанки;
- развитие физических качеств детей с ограниченными возможностями здоровья, с учётом их психических и физических особенностей;
- развитие координационных способностей детей с ограниченными возможностями здоровья;
- создание условий для профилактики и, по возможности, коррекции или ослабления тяжести последствий отклонений или нарушений развития;
- обеспечение психолого-педагогической поддержки семье и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах охраны и укрепления здоровья детей, развития и образования, коррекции нарушений развития.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию Программы

Программа базируется на основных принципах дошкольного образования, сформулированных в ФГОС ДО:

- полноценное проживание ребенком всех этапов дошкольного возраста, обогащение (амплификация) детского развития;
 - построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным субъектом образования;
 - содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
 - формирование и поддержка инициативы детей в различных видах детской деятельности;
 - сотрудничество организации с семьей;
 - приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
 - формирование познавательных интересов и познавательных действий в различных видах детской деятельности;
 - адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов и используемых приемов возрасту, особенностям развития и состоянию здоровья);
 - учет этнокультурной ситуации развития детей.

Методологические основы и концептуальные подходы РОП-Ф базируются на учении о единстве человека и среды, культуросообразности в образовании и воспитании личности, культурно- исторической теории развития высших психических функций, деятельностном подходе к развитию психики.

Программа ориентируется на следующие теоретические положения: динамическая взаимосвязь между биологическим и социальным факторами; общие закономерности развития ребенка в норме и при нарушениях развития.

При отклоняющихся вариантах недоразвития, когда биологические факторы первично определяют ход имеющихся у ребенка психических нарушений и расстройств, социальные факторы рассматриваются как основные детерминанты детского развития. Из этого следует, что создание специальных педагогических условий могут обеспечить коррекцию и компенсацию уже существующего нарушения и служить средством предупреждения вторичных отклонений развития.

Содержание программного материала основано на возрастном, онтогенетическом и дифференцированном подходах к пониманию всех закономерностей и этапов детского развития. Возрастной подход учитывает уровень развития психологических новообразований и личные достижения каждого ребенка.

Онтогенетический – ориентирует на учет сенситивных периодов в становлении личности и деятельности ребенка.

Дифференцированный – учитывает индивидуальные достижения ребенка с позиции понимания ведущего нарушения, его характера, глубины и степени выраженности и наличия вторичных отклонений.

Педагоги, реализующие данную программу, рассматривая вопросы воспитания и обучения ребенка и детей указанной категории, учитывают общий фон витальных и образовательных потребностей каждого конкретного ребенка, общие и специфические особенности и направленность на формирование компенсаторных механизмов и коррекцию имеющихся нарушений в развитии. Наряду с этим важно помнить о том, что для ребенка семья является первым и главным социальным институтом. Формирование социально-педагогической компетентности родителей, воспитание детско-родительских отношений, обучение родителей способам взаимодействия со своим проблемным ребенком также относится к области значимых составляющих в концептуальных подходах.

Максимально возможная реализация особых образовательных потребностей ребенка, максимально возможное восстановление прав такого ребенка на наследование социального и культурного опыта выражают цель и определяют значение реабилитации средствами образования. Содержание программного материала учитывает общие принципы воспитания и обучения, принятые в дошкольной педагогике: научность, системность, доступность, концентричность изложения материала, повторяемость, единство требований к построению системы воспитания и обучения детей-дошкольников; учет возрастных особенностей ребенка. Однако они дополняются принципами специальной дошкольной педагогике: учет возрастных возможностей ребенка к обучению, принцип единства диагностики и коррекции отклонений в развитии; принцип учета вида, структуры и характера нарушений (первичного нарушения и вторичных отклонений в развитии); генетический принцип, ориентированный на общие возрастные закономерности развития с поправкой на специфику степени выраженности нарушения при разворачивании этого развития, когда психика чрезвычайно чувствительна даже к незначительным внешним воздействиям; принцип коррекции и компенсации (коррекционная направленность на формирование компенсаторных механизмов); направленность на учет соотношения «актуального уровня развития» ребенка и его «зоны ближайшего развития».

Принципиально значимыми положениями в данной Программе являются:

- учет генетических закономерностей развития ребенка, характерных для становления ведущей деятельности и психологических новообразований в каждом возрастном периоде;
- деятельностный подход к организации целостной системы коррекционно-педагогической работы;
- принцип единства диагностики и коррекции отклонений в развитии;
- приоритетное формирование способов усвоения общественного опыта ребенком (в том числе и элементов учебных деятельности) как одна из ведущих задач обучения, которая является ключом к его развитию и раскрытию потенциальных возможностей и способностей;
- анализ социальной ситуации развития ребенка и его семьи;
- развивающий характер обучения, основывающийся на положении о ведущей роли обучения в развитии ребенка и формировании «зоны ближайшего развития»;
- формирование и коррекция высших психических функций в процессе специальных занятий с детьми;
- включение родителей или лиц, их заменяющих, в коррекционно-педагогический процесс;
- расширение традиционных видов детской деятельности и обогащение их новым содержанием;
- реализация личностно-ориентированного подхода к воспитанию и обучению детей через изменение содержания обучения и совершенствование методов и приемов работы;
- стимулирование эмоционального реагирования, эмпатии и использование их для развития практической деятельности детей, общения и воспитания адекватного поведения;
- расширение форм взаимодействия взрослых с детьми и создание условий для активизации форм партнерского сотрудничества между детьми;
- определение базовых достижений ребенка с интеллектуальными нарушениями в каждом возрастном периоде с целью планирования и осуществления коррекционной работы, направленной на раскрытие потенциальных возможностей его развития.

Содержание программы учитывает личностную направленность педагогического взаимодействия и приоритеты социализации ребенка. В связи с этим важнейшим компонентом общеразвивающей и коррекционной работы является преодоление социальной недостаточности ребенка.

1.1.3. Психолого – педагогическая характеристика особенностей развития детей с задержкой психического развития

Под термином «задержка психического развития» понимаются синдромы отставания развития психики в целом или отдельных ее функций (моторных, сенсорных, речевых, эмоционально-волевых), замедление темпа реализации закодированных в генотипе возможностей. 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. ЗПР – это сложное полиморфное нарушение, при котором страдают разные компоненты эмоционально-волевой, социально-личностной, познавательной, коммуникативно-речевой, моторной сфер. У детей данной категории все основные психические новообразования возраста формируются с запаздыванием и имеют качественное своеобразие. Для них характерна значительная неоднородность нарушенных и сохранных звеньев психической деятельности, а также ярко выраженная неравномерность формирования разных сторон психической деятельности. Такие дети не имеют нарушений отдельных анализаторов и крупных поражений мозговых структур, но отличаются незрелостью сложных форм поведения, целенаправленной деятельности на фоне быстрой истощаемости, утомляемости, нарушенной работоспособности, в основе ЗПР – органическое заболевание ЦНС.

Физические способности детей с ЗПР, как правило отличаются от способностей нормально развивающихся сверстников. В связи с особенностями психического и физического развития у таких детей отмечаются нарушения пространственных и временных представлений, координации, точности движений, снижена способность к запоминанию и концентрации внимания. Отличительной чертой является замедленность темпов развития мышления, нарушение коры головного мозга, что приводит к трудности овладения двигательными действиями. Формирование двигательной памяти у них затруднено. Отмечается двигательная расторможенность или наоборот, гиподинамия, недостаточность функции вестибулярного аппарата, характерно нарушение зрительно-слуховой ориентации в пространстве.

1.2.Целевые ориентиры освоения Программы

В соответствии с ФГОС дошкольного образования специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования.

Целевые ориентиры дошкольного образования определяются независимо от форм реализации Программы, а также от ее характера, особенностей развития детей и Организации, реализующей Программу.

Целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Настоящие требования являются ориентирами для:

а) построения образовательной политики на соответствующих уровнях с учетом целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации;

б) решения задач: формирования Программы; анализа профессиональной деятельности; взаимодействия с семьями;

в) изучения характеристик образования детей в возрасте от 4 до 6 лет;

г) информирования родителей (законных представителей) и общественности относительно целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации.

Целевые ориентиры не могут служить непосредственным основанием при решении управленческих задач, включая:

- аттестацию педагогических кадров;
- оценку качества образования;
- оценку как итогового, так и промежуточного уровня развития детей, в том числе в рамках мониторинга (в том числе в форме тестирования, с использованием методов, основанных на наблюдении, или иных методов измерения результативности детей);

- оценку выполнения муниципального (государственного) задания посредством их включения в показатели качества выполнения задания;

- распределение стимулирующего фонда оплаты труда работников организации. Дети могут научиться:

- выполнять по речевой инструкции ряд последовательных движений без предметов и с предметами;

- бросать и ловить мяч;

- находить свое место в шеренге по сигналу;

- ходить на носках, на пятках и внутренних сводах стоп;

- согласовывать темп ходьбы со звуковыми сигналами;

- перестраиваться в колонну и парами, в соответствии со звуковыми сигналами;

- ходить по наклонной гимнастической доске;

- лазить вверх и вниз по гимнастической стенке, перелазить на соседний пролет стенки;

- попадать в цель с расстояния 5 метров;

- ходить и бегать с изменением направления - змейкой, по диагонали;

- прыгать на двух ногах и на одной ноге;

- знать и выполнять комплекс упражнений утренней зарядки, для разминки в течение дня;

- самостоятельно участвовать в знакомой подвижной игре;

- выполнять комплекс разминочных и подготовительных движений;

- соблюдать правила гигиены в повседневной жизни;

- выполнять основные гигиенические навыки;

- выполнять комплекс утренней зарядки;

- показывать месторасположение позвоночника и сердца;

- выполнять элементарные дыхательные упражнения под контролем взрослого;

- перечислить по просьбе взрослого полезные продукты для здоровья человека;

- иметь элементарные представления о роли солнца, света, чистого воздуха и воды для жизни и здоровья человека;

- выполнять 3-4 упражнения для снятия напряжения с глаз;

- использовать приемы самомассажа пальцами рук;

- перечислить правила безопасного поведения дома и на улице;

- иметь представление о необходимости заботливого и внимательного отношения к своему здоровью.

Целевые ориентиры зависят от возраста и степени тяжести интеллектуального нарушения и со стояния здоровья ребенка.

1.3. Система оценки результатов освоения программы

В соответствии с ФГОС ДО, целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей. Они не являются основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей. Освоение программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации воспитанников.

Образовательная деятельность по программе оценивается посредством введения системы показателей, которые объединены в группы ведущих факторов, ориентированных на те, или иные сферы деятельности дошкольной организации, оказывающей помощь детям с интеллектуальными нарушениями. Предложенный вариант выделения показателей не является конечным. Он может быть расширен и дополнен с учетом особенностей деятельности образовательной организации, контингента детей и региональной специфики.

В соответствии со спецификой контингента занимающихся данные требования рассматриваются только как долгосрочные ориентиры.

2. Содержательный раздел

2.1. Образовательная деятельность по физической культуре

В данной области Программы рассматриваются условия, необходимые для защиты, сохранения и укрепления здоровья ребенка, определяются задачи формирования предпосылок и конкретных способов здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.

Основные направления работы по физическому воспитанию: метание, построение, ходьба, бег, ползание, лазание, перелазание, прыжки, общеразвивающие упражнения (упражнения без предметов, упражнения с предметами, упражнения, направленные на формирование правильной осанки, упражнения для развития равновесия, подвижные игры).

Метание – один из первых видов двигательной активности ребенка, который основывается на развитии хватательных движений и действий малыша. Общеизвестно, что в онтогенезе развития движений хватание развивается раньше прямохождения. Развитие руки стимулирует формирование остальных двигательных функций организма, активизируя всю психическую деятельность ребенка. В процессе метания движение выполняется как одной рукой, так и двумя руками. При этом стимулируется выделение ведущей руки и формируется согласованность совместных действий обеих рук. Все это имеет особое значение для коррекции отклонений в познавательной сфере детей с умственной отсталостью.

Построение – направлено на организацию деятельности детей в процессе физического воспитания. В ходе построения дети учатся слышать взрослого и подчинять свое поведение требованиям инструкции взрослого. Наряду с этим умственно отсталый ребенок учится адекватно вести себя, ориентироваться в ситуации и участвовать в совместных действиях со сверстниками.

Ходьба – направлена на развитие основных движений ребенка, формирование умения правильно держать корпус, соблюдать ритм ходьбы, на совершенствование согласованных движений рук и ног, формирование слухо-двигательной и зрительно-двигательной координации. В процессе ходьбы развивается целенаправленность в деятельности ребенка.

Бег – способствует совершенствованию основных движений ребенка, позволяет ему овладеть навыком согласованного управления всеми действиями корпуса, формирует легкость и изящество при быстром перемещении ребенка.

Совместный бег в группе детей закрепляет навыки совместных действий, эмоционального отклика на них и предпосылок коммуникативной деятельности.

Правильная организация бега детей позволяет формировать у них адекватные формы поведения в коллективе сверстников и желание участвовать в совместной деятельности.

Прыжки – направлены на развитие основных движений ребенка, тренировку внутренних органов и систем детского организма. Прыжки создают большую нагрузку на неокрепший организм ребенка. Физиологами доказано, что для безопасного выполнения прыжков необходимо наличие у ребенка развитого брюшного пресса и S-образного изгиба позвоночника. Поэтому прыжки нужно вводить постепенно и очень осторожно. Детей начинают учить прыжкам со спрыгивания, с поддержкой взрослого. Прыжки подготавливают тело малыша к выполнению заданий на равновесие, которые очень сложны для умственно отсталого дошкольника. Для совершенствования навыков в прыжках ребенок должен проявить волевые качества своей личности, сосредоточиться и собраться с силами. Кроме того, в процессе выполнения прыжков у детей начинают закладываться основы саморегуляции и самоорганизации своей деятельности.

Ползание, лазание, перелезание – направлены на развитие и совершенствование двигательных навыков, укрепление мышц спины, брюшного пресса, позвоночника. Эти движения, в свою очередь, оказывает положительное влияние на формирование координированного взаимодействия в движениях рук и ног; на укрепление внутренних органов и систем. При этом являются одним из важнейших направлений работы, имеющей высокую коррекционную значимость как для физического, так и психического развития ребенка.

Общеразвивающие упражнения – способствуют развитию интереса к движениям, совершенствованию физических качеств и двигательных способностей; развивают гибкость и подвижность в суставах; укрепляют функционирование вестибулярного аппарата. Физические упражнения обеспечивают активную деятельность внутренних органов и систем, укрепляют мышечную систему в целом. В общеразвивающих упражнениях выделяются следующие группы движений:

- упражнения без предметов;
- упражнения с предметами;
- упражнения, направленные на формирование правильной осанки;
- упражнения для развития равновесия.

Подвижные игры – закрепляют сформированные умения и навыки, стимулируют подвижность, активность детей, развивают способность к сотрудничеству со взрослыми и детьми. Подвижные игры создают условия для формирования у детей ориентировки в пространстве, умения согласовывать свои движения с движениями других играющих детей. Дети учатся находить свое место в колонне, в кругу, действовать по сигналу, быстро перемещаться по залу или на игровой площадке. Совместные действия детей создают условия для общих радостных переживаний, общей активной деятельности.

При активной двигательной деятельности детей усиливается работа сердца и легких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь, что благотворно влияет на общее состояние здоровья. Также в процессе подвижных игр создаются условия для развития психических процессов и личностных качеств воспитанников, у детей формируются умения адекватно действовать в коллективе сверстников.

Основными задачами обучения и воспитания являются:

от 4-х до 5-ти лет:

- учить детей выполнять инструкцию взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит;
 - учить детей выполнять движения и действия по подражанию, показу и речевой инструкции взрослого;
 - формировать у детей интерес к участию в подвижных играх, знать правила некоторых подвижных игр;
 - учить детей бросать мяч в цель двумя руками;
 - учить детей ловить мяч среднего размера;
 - учить детей строиться и ходить в шеренге по опорному знаку – веревка, лента, палки;
 - учить детей ходить по «дорожке» и «следам»;
 - учить детей бегать вслед за воспитателем;
 - учить детей прыгать на двух ногах на месте, передвигаться прыжками;
 - учить детей ползать по гимнастической скамейке;
 - формировать у детей умение подползать под скамейку;
 - учить детей переворачиваться из положения лежа на спине в положение лежа на животе. от 5-ти до 6-ти лет:
 - учить детей выполнять упражнения по показу, по подражанию и отдельные задания по речевой инструкции (руки вверх, вперед, в стороны, руки за голову, на плечи);
 - учить детей ловить и бросать мячи большого и среднего размера;
 - учить детей передавать друг другу один большой мяч, стоя в кругу;
 - учить детей метать в цель мешочек с песком;
 - учить детей ползать по гимнастической скамейке на четвереньках;
 - учить детей подлезать и подползать через скамейки, ворота, различные конструкции;
 - формировать у детей умение удерживаться и лазить вверх и вниз по гимнастической стенке;
 - учить детей ходить по доске и скамейке, вытянув руки в разные стороны либо вперед;
 - учить детей ходить на носках с перешагиванием через палки;
 - учить детей ходить, наступая на кубы, «кирпичики», ходить, высоко поднимая колени «как цапля»;
 - формировать у детей желание участвовать в коллективных подвижных играх, самостоятельно принимать участие в них, проявлять инициативу при выборе игры;
 - учить детей бегать змейкой, прыгать «лягушкой»;
 - учить детей передвигаться прыжками вперед;
 - учить детей выполнять с крестные движения руками;

Распределение воспитанников по этапам

Для подбора содержания занятия по физической культуре для воспитанников групп компенсирующей направленности по направлению/образовательной области «Физическое развитие» учитываются следующие характеристики:

- возрастной состав;
- гендерный состав;
- состав по группам здоровья;
- результаты диагностики.

Некоторые дети посещают детский сад второй или даже третий год, другие – первый. Воспитанники были разделены по трем этапам, в зависимости от уровня физической подготовленности, который был определен посредством диагностики, проводящийся в начале и конце учебного года.

Содержание образовательной работы с детьми ЗПР

Дни недели	Содержание занятий
Сентябрь	
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры; упражнять в энергичном отталкивании двумя ногами от пола и мягком приземлении при подпрыгивании. Прокатывание мяча между предметами.
2 неделя	Упражнять детей в перестроении в пары на месте; в прыжках с приземлением на полусогнутые ноги; развивать глазомер и ловкость при прокатывании мяча между предметами. Прыжки со скамейки (высота 25 см.). Бег по дорожке (ширина 20).
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе колонной по одному; развивать ловкость и глазомер при перебрасывании мяча друг другу; ползание на четвереньках по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.
4 неделя	Упражнять в выполнении действий по заданию в ходьбе и беге. Учить правильному хвату рук за края скамейки при ползании на животе; повторить упражнение в равновесии. Прыжки на двух ногах.
Октябрь	
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами, в равновесии. Прыжки через бруски, через шнур, положенный вдоль зала. Ходьба, перешагивая через набивные мячи. Перебрасывание мя-
	чей друг другу, стоя в шеренгах.
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде. Прыжки из обруча в обруч. Прокатывание мячей между предметами. Ходьба на носках, в чередовании с обычной ходьбой.
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную между предметами. Ловля мяча двумя руками. Закреплять навык ползания на четвереньках. Прыжки на двух ногах между предметами. Метание мешочков в вертикальную цель.
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе с изменением направления движения. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи. Упражнять в прыжках на правой и левой ноге на месте.
Ноябрь	
1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу с изменением направления движения и беге в рассыпную. Ходьба на носках между предметами. Прыжки через шнур справа и слева, продвигаясь вперед. Ходьба по наклонной доске.
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде. Прыжки в длину с места. Перебрасывание мячей через шнур. Прокатывание мячей друг другу.
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу. Прокатывание мяча между предметами. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на

	ладони и колени с мешочком на спине. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную, с остановкой по сигналу. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьему». Прыжки через шнуры. Ходьба по доске, лежащей на полу.

Декабрь

1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в рассыпную. Ходьба по доске, лежащей на полу с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах через препятствия. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом с мешочком на голове. Метание мешочков в горизонтальную цель.
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу, взявшись за руки. Метание мешочков в горизонтальную, в вертикальную цель. Прыжки в длину с места. Учить отбиванию мяча одной рукой.
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе с выполнением заданий по команде. Метание мешочков в цель. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Прыжки на двух ногах с продвижением вперёд.
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную. Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом, на середине присесть, вынести руки вперёд, подняться и пройти дальше. Прыжки на двух ногах между предметами. Ходьба по доске лежащей на полу, приставляя пятку одной ноги к носку к другой.

Январь

2 неделя	Упражнять детей в ходьбе парами, в сохранении устойчивого равновесия при ходьбе по уменьшенной площади опоры. Прыжки в длину с места. Ходьба по гимнастической скамейке при-
----------	--

	ставным шагом, на середине присесть, вынести руки вперёд, подняться и пройти дальше. Прокатывание мяча между кубиками «змейкой».
3 неделя	Упражнять детей со сменой ведущего. Перебрасывание мячей друг другу в парах из-за головы. Метание мешочков на дальность (правой и левой рукой). Ползание по гимнастической скамейке на животе.
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, бег в рассыпную. Метание в вертикальную цель. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и ступни «по-медвежьему». Лазание на гимнастическую стенку и спуск с неё.

Февраль

1 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге колонной по одному, в рассыпную; учить сохранять устойчивое равновесие на уменьшенной площади опоры. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. Подпрыгивание на двух ногах с продвижением вперёд. Перебрасывание мячей друг другу снизу.
2 неделя	Повторить ходьбу и бег между предметами. Подпрыгивание на двух ногах «достань до предмета». Подбрасывание мяча вверх и

	ловля его двумя руками. Бег в среднем темпе до 1,5 минут.
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе с высоким подниманием колен, в непрерывном беге до 1 минуты. Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени. Ходьба по канату боком приставным шагом. Бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками. Бросание мяча вверх, и ловля его с хлопком.
4 неделя	Разучить ходьбу и бег с изменением темпа движения по сигналу. Упражнять в сохранении устойчивого равновесия. Пролезание в обруч боком в группировке. Перешагивание через бруски с мешочком на голове. Прыжки на двух ногах с мешочком, зажатым между колен.

Март

1 неделя	Учить детей перестроению в колонну по два. Упражнять в непрерывном беге до 1,5 минуты. Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. Прыжки на двух ногах через шнуры. Бросание мяча двумя руками от груди.
2 неделя	Разучить с детьми поворот по сигналу во время ходьбы в колонне по одному. Спрыгивание со скамейки на полусогнутые ноги. Перебрасывание мяча друг другу из-за головы. Переползание через препятствия.
3 неделя	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с изменением темпа движения по сигналу. Метание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой. Подлезание под дугу прямо и боком в группировке. Ходьба с перешагиванием через набивные мячи.
4 неделя	Учить детей делать повороты во время ходьбы и бега в колонне по два (парами). Пролезание боком в группировке подряд через три обруча с расстоянием 1метр. Ходьба по гимнастической скамейке на носках. Прыжки на двух ногах на мягкое препятствие.

Апрель

1 неделя	Продолжать отрабатывать навык ходьбы с высоким подниманием колен, бег в рассыпную. Ходьба по гимнастической скамейке,
----------	---

	перекладывая малый мяч из правой руки в левую перед собой и за спиной. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями. Перебрасывание мяча двумя руками снизу.
2 неделя	Повторить ходьбу с изменением направления движения, бег между предметами. Прыжки с продвижением вперёд на правой и левой ноге. Ползание по гимнастической скамейке на животе. Отбивание мяча об пол продвигаясь вперёд шагом.
3 неделя	Упражнять детей в беге с изменением темпа движения, ходьбе между предметами «змейкой». Отбивание мяча одной рукой с продвижением вперёд. Пролезание в обруч с мячом в руках в группировке. Ходьба по гимнастической скамейке на носках.
4 неделя	Продолжать отрабатывать навык ходьбы в колонне по одному с остановкой по сигналу. Подлезание под шнур боком. Прыжки на правой и левой ноге до предмета. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.

Май

1 неделя	Упражнять детей в беге колонной по одному с сохранением правильной дистанции друг от друга. Ходьба по наклонной доске прямо. Перепрыгивание на двух ногах через бруски. Перебрасывание мяча двумя руками из-за головы друг другу.
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу взявшись за руки, с поворотом в другую сторону. Подпрыгивание с ноги на ногу продвигаясь вперёд. Ползание на четвереньках между кеглями. Подбрасывание мяча двумя руками вверх, и ловля его после хлопка в ладоши.
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге в рассыпную. Перебрасывание мяча стоя в шеренгах. Ползание по гимнастической скамейке на животе, спине. Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове.
4 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге по кругу взявшись за руки, в беге в рассыпную. Влезание по гимнастической стенке до верха. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики. Прыжки на правой и левой ноге между кеглями.

Июнь

1 неделя	Упражнять детей в непрерывном беге до 1,5 минут. Продолжать формировать устойчивое равновесие при ходьбе и беге по наклонной доске. Упражнять в прыжках с ноги на ногу, в забрасывании мяча в кольцо. Подвижные игры.
2 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге между предметами не задевая их. Лазание по спортивному комплексу. Забрасывание мяча в кольцо. Подвижные игры.
3 неделя	Упражнять детей в ходьбе и беге с выполнением заданий по команде. Перебрасывание и ловля мяча друг другу. Лазанье по гимнастической стенке с переходом приставным шагом на соседние пролёты, спуск вниз не пропуская перекладин. Подвижные игры.
4 неделя	Упражнять детей в непрерывном беге до 1,5 минут. Преодоление полосы препятствий. Метание малого мяча на дальность. Забрасывание мяча в кольцо. Подвижные игры.

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения основной программы дошкольного образования

Педагогическое обследование проводится в начале, середине и в конце учебного года. Целью педагогического обследования является изучение индивидуального уровня сформированности основных линий развития и всех видов детской деятельности. Обследование направлено на выявление актуального уровня развития ребенка (самостоятельное выполнение заданий), зоны его ближайшего развития (возможности ребенка при выполнении заданий с помощью взрослого), а также предполагает фиксацию статуса ребенка «ниже зоны ближайшего развития», что указывает на чрезвычайно низкий темп его обучаемости и слабые потенциальные возможности.

Задачи обследования – выявить индивидуальные особые образовательные потребности каждого ребенка, определить формы обучения (занятия – индивидуальные, фронтальные, занятия в малой группе), а также оценить эффективность педагогического воздействия для дальнейшего планирования коррекционной помощи.

Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за поведением детей в группе, уровня их самостоятельности в быту, активностью в свободной и специально организованной деятельности, а также в процессе индивидуального обследования специалистами.

В процессе мониторинга исследуются физические качества ребенка путем наблюдений за ребенком, бесед, экспертных оценок, критериально-ориентированных методик не тестового типа, критериально-ориентированного тестирования и др. Обязательным требованием к построению системы мониторинга является сочетание низкоформализованных (наблюдение, беседа, экспертная оценка и др.) и высокоформализованных (тестов, проб, аппаратурных методов и др.) методов, обеспечивающее объективность и точность получаемых данных.

Периодичность мониторинга устанавливается образовательным учреждением и должна обеспечивать возможность оценки динамики достижений детей, сбалансированность методов, не приводить к переутомлению воспитанников и не нарушать ход образовательного процесса.

Обязательным требованием к построению системы мониторинга является использование только тех методов, применение которых позволяет получить необходимый объем информации в оптимальные сроки.

Методика организации мониторинга подобрана специалистом (инструктором по физической культуре) в соответствии с реализуемой Программой.

Результаты оцениваются по трехбалльной системе. Такая система оценки результатов позволяет не только получить достаточно объективную картину физической подготовленности детей, но и выявить уровень развития детей группы.

По результатам тестирования заполняются диагностические карты физической подготовленности детей на каждого, и планируется дальнейшая работа.

Диагностика индивидуальных физических возможностей детей, осуществляемая инструктором физической культуры, является частью комплексной педагогической диагностики индивидуального развития.

Диагностика проводится по следующим показателям.

- Ходьба на носках.
- Ходьба на пятках.
- Бег.
- Прыжок на месте двумя ногами.
- Перепрыгивание через веревку двумя ногами.
- Запрыгивание на блок, высота - 20 см.
- Перелезание через небольшое препятствие.
- Пролезание в малый обруч.
- Пролезание под предметом, высота от пола – 30 см.
- Лазание по шведской стенке.
- Катание мяча.
- Бросок мяча.
- Ловля активным хватом.
- Хлопает в ладоши.
- Ходьба по прямой линии. Критерии оценки результатов:
 - Самостоятельное выполнение теста без помощи
 - Выполнение с небольшой помощью взрослого
 - Невозможность выполнения задания без значительной помощи взрослого.

Результаты тестов фиксируются в индивидуальной карте развития. По значениям показателей итогового теста на основе наблюдения, а также сравнения результатов в начале года и в конце делается заключение инструктора физической культуры.

Мониторинг физической подготовленности проводится по пяти тестам, результаты оцениваются по возрастным нормативам. Используются следующие тесты:

- Челночный бег, 3 x 10м
- Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы.
- Прыжок в длину толчком двумя ногами.
- Наклон вперед, ноги вместе, прямые.
- Удержание равновесия на одной ноге.

Результаты обследования физического развития позволяют выявлять особые образовательные потребности воспитанников и объективно оценивать динамику физического развития детей на протяжении всего периода освоения образовательной программы дошкольного образования, вносить изменения в коррекционную работу с воспитанниками. Итоговая диагностика дает полное представление о динамике развития ребенка в течение года и на этой основе позволяет наметить общие перспективы дальнейшей работы с ним.

2.3. Взаимодействие инструктора физической культуры с родителями

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье.

Сотрудники детского сада и родители едины в совместном стремлении помочь каждому ребёнку сотворить образ своего «Я», то есть приобрести за время пребывания в детском саду необходимые личностные качества, сформировать в основной деятельности ребёнка те психологические новообразования. И первой инстанцией на пути ребёнка в жизнь является семья.

Семья - первоисточник и образец формирования межличностных отношений ребенка, а мама и папа – образцы для подражания.

Не существует другого такого института, так точно предопределяющего закономерности формирования будущего человека, кроме института семьи. За поведенческими проблемами, особенностями детских взаимоотношений видны взрослые – их взгляд на мир, позиция, поведенческие стереотипы.

В соответствии с новым законом «Об образовании в Российской Федерации» одной из основных задач, стоящих перед детским дошкольным учреждением является «взаимодействие с семьей для обеспечения полноценного развития личности ребенка».

ФГОС ДО отвечает новым социальным запросам и в котором большое внимание уделяется работе с родителями. Подчеркнуто, что одним из принципов дошкольного образования является сотрудничество Организации работы с семьей, а ФГОС ДО является основой для оказания помощи родителям (законным представителям) в воспитании детей, охране и укреплении их физического и психического здоровья, в развитии индивидуальных способностей и необходимой коррекции нарушений их развития. Одним из требований к психолого-педагогическим условиям является требование обеспечения психолого-педагогической поддержки семьи и повышения компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей. Родители (законные представители) должны принимать участие в разработке части образовательной Программы Организации, формируемой участниками образовательных

отношений с учётом образовательных потребностей, интересов и мотивов детей, членов их семей и педагогов.

В соответствии с ФГОС ДО, педагоги группы обязаны:

- информировать родителей (законных представителей) и общественность относительно целей дошкольного образования, общих для всего образовательного пространства Российской Федерации, а также о Программе, и не только семье, но и всем заинтересованным лицам, вовлечённым в образовательную деятельность;
- обеспечивать открытость педагогического процесса группы;
- создают условия для участия родителей (законных представителей) в образовательной деятельности;
- поддерживать родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья;
- обеспечивать вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность, в том числе посредством создания образовательных проектов совместно с семьёй на основе выявления потребностей и поддержки образовательных инициатив семьи;
- создавать условия для взрослых по поиску, использованию материалов, обеспечивающих реализацию Программы, в том числе в информационной среде, а также для обсуждения с родителями (законными представителями) детей вопросов, связанных с реализацией.

В группе необходимо проводить планомерную целенаправленную работу с родителями, в которой решаются следующие приоритетные задачи:

- установление партнерских отношений с семьёй каждого воспитанника;
- объединение усилий для развития и воспитания детей;
- создание атмосферы взаимопонимания, общности интересов, эмоциональной взаимной поддержки;
- активизация и обогащение инструкторных умений родителей.

Работа с родителями планируется заранее, чтобы хорошо знать родителей своих воспитанников. Работа с семьями воспитанников начинается с анализа социального состава родителей, их настроения и ожиданий от пребывания ребенка в условиях группы. Анкетирование, личные беседы и консультации на эту тему помогают правильно выстроить работу, сделать ее эффективной, подобрать интересные формы взаимодействия с семьёй.

Помимо традиционных форм работы ДОУ и семьи, могут использоваться следующие формы и методы работы:

- индивидуальные консультации по любой теме;
- соц. обследование, диагностика, тесты, опрос на любые темы;
- консультации специалистов;
- день открытых дверей;
- сайт ДОУ.

Преимущества взаимодействия ДОУ с семьёй неоспоримы. Это:

- положительный эмоциональный настрой педагогов и родителей на совместную работу по воспитанию детей;
- учет индивидуальности ребенка;
- родители самостоятельно могут выбирать и формировать уже в дошкольном возрасте то направление в развитии и воспитании ребенка;
- укрепление внутрисемейных связей;
- возможность реализации единой программы воспитания и развития ребенка в ДОУ и се-

мье;

- возможность учета типа семьи и стиля семейных отношений.

3. Организационный раздел рабочей программы

3.1. Модель двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Количество и длительность занятий (в мин.)
Занятия по физической культуре	В помещении	3 раза в неделю 25 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя зарядка (по желанию детей)	ежедневно 10 мин.
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 мин.
	в) физкультминутки (в середине статического занятия)	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный праздник	2 раза в год до 40 мин.
	б) день здоровья	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельные подвижные игры	ежедневно
	б) использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	ежедневно

3.2. Список использованной литературы:

- Болонов Г.П., Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения, М.: ТЦ «Сфера», 2003 г.
- Велитченко В.К., Физкультура для ослабленных детей, М.: Терра-спорт, 2000 г.
- Выгодская Г.Л., Соколова ЯД. Об игровых действиях умственно отсталых детей. // Дефектология. — 1972. — № 5. — С. 66-70.
- Давыдова С.И. Выполнение умственно отсталыми дошкольниками заданий по подражанию, образцу и речевые инструкции. // Дефектология. — 1973. — № 2.
- Дубровский В.И., Лечебная физическая культура, М.: Владос, 2004 год;
- Зейгарник Б.В., Психология личности: норма и патология. М., 2007
- Кириллов А.И., Сколиоз: эффективное лечение и профилактика. М.; АСТ; СПб.: Сова; Владимир: ВКТ, 2008 г.
- Красикова И.С. «Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки», 3-е изд. - СПб.: КОРОНА-Век, 2007 г.
- Ловейко И.Д., Формирование осанки у детей (пособие для учителей и школьных врачей). М.: Просвещение, 1970 год;
- Мачинский В.И., Гимнастика, исправляющая осанку; М., 1984 год;
- Милюкова И.В., Евдокимова Т.А., Лечебная гимнастика при нарушении осанки у детей, М.: «Эксмо», 2003 год;
- Николайчук Л.В., Николайчук Э.В., Остеохондроз, сколиоз, плоскостопие, Минск: Книжный Дом, 2004 год;
- Страковская В.Л., 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет, М.: Новая школа, 1994 год;
- Стребелева Е.А. Наглядно-действенное мышление умственно отсталых дошкольников. // Дефектология. — 1991. — № 3. — С. 77- 82.
- Стребелева Е.А. Ранняя диагностика умственной отсталости. // Дефектология. - 1994. — № 4. — С. 53-59.

- Халемский Г.А., Коррекция нарушений осанки у детей, методические рекомендации, Санкт-Петербург, «Детство-пресс», 2001 год.
- Кириллова Ю.А. Физическое развитие детей с тяжёлыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 3 до 7 лет. Изд.: Детство-Пресс, 2021.