

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 29
комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 1
от « 30 » августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
 В.В.Леднева
«30»августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
Сяпиной М.Г.
на 2022-2023 учебный год

**группы №7 компенсирующей направленности
детей со сложными дефектами развития**

Санкт-Петербург
2022

Оглавление

Оглавление

I. Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.1.1. Общие положения.....	3
1.1.2. Цель и задачи реализации Рабочей программы	3
1.1.3. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы.	4
1.1.4. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики	6
1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования	7
1.3. Развивающее оценивание качества дошкольного образования	9
II. Содержательный раздел.....	13
2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка.	13
2.1.1. Образовательная область «Физическое развитие»	13
2.2. Формы и методы работы с детьми.....	17
2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.	23
III. Организационный раздел	24
3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении	24
3.1.1. Режим дня.	24
3.1.2. Расписание образовательной деятельности	25
3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса	27
3.3. Методическое обеспечение образовательного процесса	27
3.4. Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.	29

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Общие положения

Рабочая программа коррекционно-развивающей работы (далее – Рабочая программа) в группе «сложные дефекты развития» разработана на основе адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования детей с ограниченными возможностями здоровья (со сложным дефектом развития), реализуемая в группе компенсирующей направленности Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 29 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга), утвержденной Педагогическим Советом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 29 комбинированного вида Выборгского района Санкт-Петербурга.

Рабочая программа разработана на период 2022-2023 учебного года.

1.1.2. Цель и задачи реализации Рабочей программы

Основной целью представленной Рабочей программы является создание оптимальных условий для развития эмоционально-волевой, познавательной, двигательной сферы, развития позитивных качеств личности каждого ребенка, обеспечивающих социальную успешность, сохранение и укрепление здоровья детей.

Общие задачи программы:

- 1) охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 2) обеспечение коррекции речевого развития детей с учетом их индивидуальных особенностей развития;
- 3) обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребёнка в период дошкольного детства независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса, психофизиологических и других особенностей (в том числе ограниченных возможностей здоровья);
- 4) обеспечение преемственности целей, задач и содержания образования, реализуемых в рамках образовательных программ различных уровней (далее – преемственность основных образовательных программ дошкольного и начального общего образования);
- 5) создание благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром;
- 6) объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;
- 7) формирование общей культуры личности детей, в том числе ценностей здорового образа жизни, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребёнка, формирование предпосылок учебной деятельности;
- 8) обеспечение вариативности и разнообразия содержания Программ и организационных форм дошкольного образования, возможности формирования Программ различной направленности с учётом образовательных потребностей, способностей и состояния здоровья детей;

9) формирование социокультурной среды, соответствующей возрастным, индивидуальным, психологическим и физиологическим особенностям детей;

10) обеспечение психолого-педагогической поддержки семьи и повышение компетентности родителей (законных представителей) в вопросах развития и образования, охраны и укрепления здоровья детей;

Основные задачи образовательной области:

Физическое развитие направлена на:

1. Развитие физических качеств.
2. Правильное формирование опорно – двигательной системы организма, развитие равновесия, координации движений, крупной и мелкой моторики.
3. Правильное выполнение основных движений.
4. Овладение подвижными играми с правилами.
5. Овладение элементарными нормами и правилами здорового образа жизни.

Задачи области:

- стимулировать двигательную активность детей;
- развивать интерес к движениям и потребность в двигательной активности;
- обогащать двигательный опыт;
- формировать положительное отношение к двигательным играм;
- развивать кинестетическое восприятие;
- развивать основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание);
- формировать перекрестную схему ходьбы;
- развивать выразительность движений в процессе игр и игровых упражнений;
- формировать представления о собственном теле, его основных частях и их движениях;
- развивать понимание просьб-команд, отражающих основные движения и действия, направления движения (туда, в эту сторону, вперед, назад и т. п.);
- развивать ориентировку в пространстве;
- развивать умение использовать пространство и находиться в нем вместе с другими;
- учить выполнять движения по подражанию, по образцу, по слову-сигналу;
- формировать ритмичность движений (равномерную повторность и чередование);
- учить воспроизводить по подражанию различные движения кистями и пальцами рук, прослеживая их взором;
- развивать координацию движений обеих рук, рук и ног;
- развивать умение сопровождать движения проговариванием коротких стихов и потешек;
- формировать умение выполнять серию движений под музыку (совместно со взрослым, по подражанию и по образцу).

1.1.3. Принципы и подходы к формированию Рабочей программы.

Основой Программы является создание оптимальных условий для коррекционно-развивающей работы и всестороннего гармоничного развития детей со сложными дефектами развития. Это достигается за счет создания комплекса коррекционно-развивающей работы в группе для детей с нарушением интеллекта с учетом особенностей психофизического развития детей данного контингента.

Исходя из ФГОС ДО в «Программе» учитываются:

- 1) индивидуальные потребности ребенка с нарушением интеллекта, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования (далее — особые образовательные потребности), индивидуальные потребности детей с тяжелыми нарушениями речи;
- 2) возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- 3) построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, когда сам ребенок становится субъектом образования;
- 4) возможности освоения ребенком «Программы» на разных этапах ее реализации;
- 5) специальные условия для получения образования детьми с ОВЗ, в том числе использование специальных методов, методических пособий и дидактических материалов, проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий.

«Программа» строится на основе *принципов дошкольного образования*, изложенных в ФГОС ДО:

- полноценное проживание ребенком всех этапов детства (младенческого, раннего и дошкольного), обогащение (амплификация) детского развития;
- построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок проявляет активность в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования;
- содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений;
- поддержка инициативы детей в различных видах деятельности;
- сотрудничество организации с семьями;
- приобщение детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства;
- формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности;
- возрастная адекватность дошкольного образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
- учет этнокультурной ситуации развития детей.

Кроме того, содержание «Программы» направлено на реализацию следующих принципов воспитания и обучения детей со сложными дефектами развития:

1. Онтогенетический принцип - общности основных закономерностей развития нормального и аномального ребенка.
2. Принцип целостно-структурного изучения детей с нарушением интеллекта, предполагающий, с одной стороны, исследование каждой психологической функции в отдельности (для выяснения ее качественного своеобразия), с другой - динамического единства функций.
3. Принцип динамического изучения. Этот принцип означает, что при изучении важно учитывать не только то, что дети знают и могут выполнять в момент исследования, но и их возможности в обучении. В основе этого принципа лежит учение Л.С.Выготского об изучении «зоны ближайшего развития».
4. Принцип комплексности предполагает комплексное воздействие различных технологий (медицинских, психологических, педагогических) на один объект, обеспечивая согласованную деятельность всех специалистов.

5. Принцип дифференциации раскрывается в дифференцированном обучении детей в соответствии с их возможностями и проблемами. С учетом данного принципа происходит объединение детей в малые группы и их обучение.
6. Принцип концентричности. Это означает, что ознакомление с определенной областью действительности от этапа к этапу усложняется, то есть тема остается, а содержание раскрывает сначала главным образом предметную, затем функциональную, смысловую, стороны, затем сферу отношений, причинно-следственных, временных и прочих связей между внешними признаками и функциональными свойствами. Кроме того, в «Программе» прослеживаются и линейные, межпредметные связи между разделами. В одних случаях это связь тематическая, в других общность по педагогическому замыслу. Таким образом обеспечивается повторность в обучении детей, что позволяет формировать у них достаточно прочные знания и умения.
7. Принцип последовательности реализуется в логическом построении процесса обучения от простого к сложному, от известного к неизвестному.
8. Принцип коммуникативности. Согласно этому принципу обучение организуется в естественных для общения условиях или максимально приближенных к ним. Реализация принципа коммуникативности заключается в уподоблении процесса обучения процессу реальной коммуникации. Этот принцип предполагает использование на занятиях ситуаций реального общения, организацию активной творческой деятельности.
9. Принцип доступности определяет необходимость отбора материала в соответствии с возрастом, зоной актуального развития ребенка, программными требованиями обучения и воспитания.
10. Принцип индивидуализации предполагает ориентацию на три вида индивидуализации: личностную, субъектную, индивидуальную. Личностная индивидуализация требует учитывать в процессе занятий такие свойства личности, как сфера желаний и интересов, эмоционально-чувственная сфера, статус в коллективе. Субъектная индивидуализация принимает во внимание свойства ребенка как субъекта деятельности. В основе индивидуальной индивидуализации лежит учет уровня психического развития ребенка.
11. Принцип интенсивности предполагает использование на занятиях различных приемов интенсификации (создание проблемных ситуаций, участие в ролевых играх, применение средств наглядности), а также аудиовизуальных методов обучения, мнемотехники, психокоррекции и пр.
12. Принципы наглядности, научности, прочности усвоения знаний, воспитывающего обучения позволяют правильно организовать процесс коррекционно-развивающего обучения.

1.1.4. Значимые для разработки и реализации Рабочей программы характеристики

На современном этапе развития общества обозначилась реальная тенденция ухудшения здоровья детей и подростков, увеличилось число детей с ограниченными возможностями здоровья.

Известно, что психическое развитие ребенка со сложными дефектами развития в гораздо большей степени зависит от качества педагогических условий, в которых он находится, нежели развитие его нормально развивающихся сверстников.

Эмоциональное и социально-нравственное развитие. Переход ребенка от раннего к дошкольному возрасту связан прежде всего с кризисным состоянием Я-сам, возникновением Я-сознания, образа Я, что выражается в стремлении к самостоятельности и гордости за свои достижения. В это время ребенок особенно нуждается в принятии со стороны взрослого, в признании его достижений. Изменяется отношение к окружающему миру — ему придается социальная направленность; происходит смена ведущей деятельности и общения; развивается образное мышление; возникает продуктивная деятельность, основанная на использовании знаково-символических средств; формируются произвольность и контрольные функции. В центре интересов ребенка оказывается человек, его занятия и, главное, отношения. Дошкольный возраст считается наиболее сензитивным к сфере человеческих отношений. Социальная направленность всей личности ребенка становится определяющей в его психическом развитии. В дошкольном возрасте происходит бурное развитие самосознания ребенка, он открывает для себя сверстника, вступает с ним в эмоциональные, деловые, внеситуативно-личностные и внеситуативно-познавательные формы общения. На основе взаимодействия с членами детского сообщества у него налаживаются межличностные отношения, складываются и первые ценностные ориентации, определяющие направленность поведения ребенка в целом.

Физическое и моторно-двигательное развитие.

Физическое развитие и укрепление здоровья детей является главной заботой специалистов ДОУ. С детьми со сложными дефектами развития проводится общеоздоровительная работа, у них развиваются основные движения, кроме того, ведется коррекционная работа, а также, если показано, назначаются лечебная физкультура и массаж. Главный акцент делается на коррекционной работе. Последствия раннего органического поражения центральной нервной системы отражаются более всего на моторно-двигательном развитии детей. Недостаточность касается как общей, так и мелкой и артикуляционной моторики. Это выражается в моторной неловкости, недостаточной координации Движений, плохой переключаемости с одного движения на другое. У детей долго и с большим трудом формируются серии движений, что необходимо для образования двигательных навыков. Существенно страдает координация движений обеих рук и зрительный контроль (зрительно-двигательная координация). Снижена двигательная память. С трудом происходит овладение выразительными движениями, действиями с воображаемыми объектами (что является неотъемлемым условием ролевых, театрализованных игр).

1.2. Планируемые результаты как ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы дошкольного образования

Целевые ориентиры, сформулированные в ФГОС дошкольного образования

Целевые ориентиры дошкольного образования представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Специфика дошкольного детства (гибкость, пластичность развития ребенка, высокий разброс вариантов его развития, его непосредственность и непроизвольность), а также системные особенности дошкольного образования (необязательность уровня дошкольного образования в Российской Федерации, отсутствие возможности вменения ребенку какой-либо ответственности за результат) делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений и обуславливают необходимость определения результатов освоения образовательной программы в виде целевых ориентиров.

Целевые ориентиры программы выступают основаниями преемственности дошкольного и начального общего образования. При соблюдении требований к условиям реализации Программы настоящие целевые ориентиры предполагают формирование у детей дошкольного возраста предпосылок к учебной деятельности на этапе завершения ими дошкольного образования.

К целевым ориентирам дошкольного образования относятся следующие социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка:

- Целевые ориентиры образования в раннем возрасте.
- Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования.

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования:

- ребенок овладевает основными культурными способами деятельности, проявляет инициативу и самостоятельность в разных видах деятельности - игре, общении, познавательно-исследовательской деятельности, конструировании и др.; способен выбирать себе род занятий, участников по совместной деятельности;

- ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, к разным видам труда, другим людям и самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы и чувства других, сопереживать неудачам и радоваться успехам других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты;

- ребенок обладает развитым воображением, которое реализуется в разных видах деятельности, и прежде всего в игре; ребенок владеет разными формами и видами игры, различает условную и реальную ситуации, умеет подчиняться разным правилам и социальным нормам;

- ребенок достаточно хорошо владеет устной речью, может выражать свои мысли и желания, может использовать речь для выражения своих мыслей, чувств и желаний, построения речевого высказывания в ситуации общения, может выделять звуки в словах, у ребенка складываются предпосылки грамотности;

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; он подвижен, вынослив, владеет основными движениями, может контролировать свои движения и управлять ими;

- ребенок способен к волевым усилиям, может следовать социальным нормам поведения и правилам в разных видах деятельности, во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, может соблюдать правила безопасного поведения и личной гигиены; ребенок проявляет любознательность, задает вопросы взрослым и сверстникам, интересуется причинно-следственными связями, пытается самостоятельно придумывать объяснения явлениям природы и поступкам людей; склонен наблюдать, экспериментировать. Обладает начальными знаниями о себе, о природном и социальном мире, в котором он живет; знаком с произведениями детской литературы, обладает элементарными представлениями из области живой природы, естествознания, математики, истории и т.п.; ребенок способен к принятию собственных решений, опираясь на свои знания и умения в различных видах деятельности.

1.3.Развивающее оценивание качества дошкольного образования

Диагностическая карта развития

Дошкольное образовательное учреждение _____ вида

Детский сад № _____ района

КАРТА РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Ф.И.О. РЕБЕНКА _____

ДАТА
РОЖДЕНИЯ _____

ДОМАШНИЙ АДРЕС: _____

ДАТА ПОСТУПЛЕНИЯ В ДОУ _____

СОДЕРЖАНИЕ И РЕЗУЛЬТАТЫ ОБСЛЕДОВАНИЯ РЕБЕНКА

А. ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ

Параметры изучения	1-ый год обучения		2-ой год обучения		3-ий год обучения	
	Сен т	М а й	Сент	Ма й	Сен т	Май

А 2. Двигательное развитие

А 2.1. Общая моторика

Отношение к двигательной активности						
Проявление потребности в двигательной активности						
Эмоциональное сопровождение двигательной активности						
Понимание инструкций						
Способ выполнения знакомых движений						
Способ выполнения новых движений						
Ходьба						
Общее состояние						
Ходьба на месте						
Ходьба друг за другом в колонне						
Ходьба враспынную по залу						
Ходьба по извилистой линии между игрушками						
Ходьба с изменением направления по сигналу						
Ходьба с переходом по сигналу на бег и обратно						

Ходьба с высоким подниманием коленей						
Ходьба с руками на поясе						
Ходьба с перешагиванием через предметы						
Ходьба по кругу						
Ходьба на носках и пятках						
Ходьба с изменением темпа движения (быстро, медленно)						
Ходьба в заданном направлении						
Ходьба с игрушкой						
Ходьба по дорожке						
Ходьба друг за другом с флажком в руке						
Ходьба по дорожке с руками за головой						
Ходьба по шнуру, положенному на полу						
Перешагивание из обруча в обруч						
Ходьба между двумя начерченными на полу линиями						
Ходьба по гимнастической скамейке						
Координация движений при ходьбе						
Бег						
Общее состояние						
Бег по кругу						
Бег на носках						
Бег в заданном направлении						
Бег с переходом по команде от бега к ходьбе						
Бег с игрушкой						
Бег по дорожке						
Координация движений при беге						
Прыжки						
Общее состояние						
Прыжки по кругу						
Прыжки на двух ногах на месте						
Прыжки на двух ногах с продвижением вперед						
Прыжки на одной ноге на месте						
Прыжки на одной ноге с продвижением вперед						
Перепрыгивание через шнур (вперед)						
Спрыгивание с предмета						
Прыжки в длину с места						
Прыжки с места в обруч, положенный на пол						

Перепрыгивание из обруча в обруч						
Прыжки (туда и обратно) через лежащую палку, положенную на пол						
Прыжки поочередно на правой и левой ноге						
Спрыгивание с гимнастической скамейки						
Подпрыгивание на месте с целью коснуться предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 5-10см						
Координация движений при прыжках						
<i>Ползание</i>						
Ползание на четвереньках						
Ходьба на четвереньках						
Ползание на четвереньках по дорожке						
Проползание на четвереньках						
Ползание на животе						
Ползание на животе по гимнастической скамейке						
Ползание на животе под лентой, дугой						
Ползание с последующим перелезанием через препятствие						
Лазание по гимнастической стенке (до 1 м)						
Слезание с гимнастической стенки						
<i>Метание</i>						
Бросание мяча						
Бросание мяча друг другу						
Ловля мяча						
Бросание мяча в цель, расположенную на полу						
Бросание мяча вверх и его ловля						
Бросание колец другому						
Бросание колец на стержень						
Ловля колец						
Прокатывание мяча через ворота						
<i>Движения отдельных частей тела</i>						
Наклоны туловища вперед						
Движения двумя руками вверх и вниз						
<i>А 2.2. Ручная моторика</i>						
Способ удерживания предметов						
Выполнение соотносящих действий						
Согласованность движений обеих рук						
Мышечный тонус пальцев						

Зрительно-двигательная координация движений						
<i>Ведущая рука</i>						
Нанизывание бусинок на шнурок						
Нанизывание на вертикальный стержень						
Умение выполнять согласованно круговые движения (наматывание)						
Умение застегивать						
Складывание треугольника из бумаги						

За основу взята
КАРТА РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ

А. Зарин
Выделено 7 критерий оценки

- 0-(задание выполнить не может, отказывается от помощи взрослого)
- 1-(задания выполняет частично, но делает попытки подражать отдельным движениям, принимает помощь)
- 2-(понимает и выполняет задания, если предъявляется поэлементно, только с помощью, отдельными элементами и по подражанию)
- 3-(понимает и выполняет задания предъявленные поэлементно с незначительной наводящей помощью, некоторые движения демонстрирует сам)
- 4-(понимает и выполняет задания(инструкцию) из 2-3 элементов, выполняет самостоятельно, отмечаются небольшие недочеты, требуется предварительная демонстрация)
- 5-(понимает и выполняет задания(инструкцию) из 4-5 элементов, самостоятельно выполняет знакомые движения)
- 6-(понимает и выполняет задание(инструкцию) без предварительной демонстрации способа выполнения)

Вся предоставленная информация будет строго конфиденциальна.

ВЫВОД 1 год обучения:
ВЫВОД 2 год обучения:
ВЫВОД 3 год обучения:

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направлениями развития ребенка.

2.1.1. Образовательная область «Физическое развитие»

Первый этап обучения.

Основное содержание работы.

Ходьба и бег стайкой за воспитателем, держась за руки: ходить в заданном направлении (к игрушке), друг за другом, держась за веревку. Ходьба и бег с переходом от ходьбы к бегу по команде (стайкой к воспитателю и вслед за ним, к игрушке, друг за другом в указанном направлении, меняя темп передвижения). Ходьба и бег по дорожке (шириной 30—40 см). Ходьба по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковролина и другого материала, с изменением темпа движения (быстро, медленно). Перемещение по кругу (хороводные игры). Бег и ходьба в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой на палочке и т. п.). Ходьба на носках (с поддержкой). Перешагивание через небольшие препятствия — веревку и другие невысокие (5 см) предметы с помощью взрослого и самостоятельно. Вращение то в одну, то в другую сторону в положении стоя или сидя на полу (игры типа «Волчок»).

Игры с мячом: прокатывать мячи, бросать друг другу, ловить, поднимать упавший мяч, катать мячи друг другу, прокатывать мячи в ворота. Игры с надувными шарами.

Ползание. Ползание на животе и на четвереньках в разных направлениях к предметной цели или по указательному жесту. Проползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой и т. п. Ползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через небольшие препятствия.

Прыжки. Подпрыгивание на двух ногах (держась за руки взрослого и самостоятельно). Подпрыгивание на надувном шаре (фитболе) со страховкой. Движения под музыку, движения с прихлопыванием и проговариванием слов, коротких стихов и т. п.

Примерный перечень подвижных игр: «Дождик, дождик — кап-кап-кап!», «Добрый зонтик», «Дети и колокольчик», «Воробьи и машина», «Поезд», «Самолеты», «Шар», «Солнышко и дождик», «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка на полянке», «Птички летают», «Догони меня», «Бегите ко мне», «Кто тише», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Поезд», «Солнышко и дождик», «Курочка-хохлатка», «Зайка беленький сидит», «Зайка серый умывается», «Птички летают»,²³ «Птички в гнездышках», «Лошадки», «Зайцы и волк», «Найди свой домик». Двигательные игры-импровизации: «Кошка и котята», «Курочка и цыплята», «Зайчики на полянке», «Бабочки на полянке», «Лягушата и бабочки у озера», «Игры с зайчиками», «Зайчики и сова», «В гостях у ежика», «Прогулка за грибами» и др. Литературный материал для сопровождения движений речью «Солнышко-ведрышко!» (рус), «Травка-муравка» (рус), «Сидит, сидит зайка» (рус), «Скок- скок-поскок» (Рус), «Как у нашего кота» (рус), «Наши уточки» (рус), «Ай, ду-ду» (рус), «Котик серенький» (рус), «Киска, киска» (рус), «Кисонька-Мурысенька» (рус), «Сорока- белобока» (рус), «Идет коза рогатая» (рус),

«Ладушки» (рус), «Наша Маша» (рус), «Зайка» (рус), «Гуси вы, гуси» (рус), «Топ-топ» (кабардино-балкарск.), «Едем, едем на лошадке» (шведск.), «Топ, топ» (польск.), «На зеленом на лужку» (рус). З.Александрова «Пляска»; Н. Артюхова «Ручеек»; А. Барто «Бычок», «Лошадка»; Е. Благинина «Дождик», «Улетают, улетели», «Мы пускаем пузыри»; Бродский «Солнечные зайчики»; П. Воронько «Пирог»; О. Высотская «На санках»; В. Жуковский «Котик и козлик», «Птичка»; Б. Иовлев «У крылечка»; С. Капутикян «Хлюп-хлюп»; М. Клокова «Мой конь», «Белые гуси»; С. Маршак «Мяч»; С. Михалков «Песенка друзей»; Э. Мошкрвская «Я — машина»; М. Пожарова «Толя и медвежонок»; А. Прокофьев «Мишка косолапый по лесу идет»; Н. Саконская «Где мой пальчик?»; И. Токмакова «На машине ехали» и др.

Второй этап обучения

Основное содержание работы.

Ходьба и бег. Ходьба за воспитателем в заданном направлении стайкой, держась за руки; друг за другом, держась веревку. Ходьба: по одному; парами, держась за руки; небольшими группами; друг за другом на расстоянии вытянутой руки за педагогом; парами вдоль стен комнаты и по краям площадки, держась за руки; в колонне по одному со сменой направления. Имитационные движения («Паровоз», «Летают бабочки», «Цапля», «Аист» и др.). Действия с воображаемыми объектами. Перешагивание через линии и предметы (реальные и воображаемые). Игры и упражнения на развитие равновесия: ходить друг за другом с флажком в вытянутой вперед, в сторону, вверх руке; ходить по узкой дорожке (шириной 25 см) с руками за головой; бегать парами, держась за руки, бегать друг за другом, держась за веревку; ходить по площадке враспынную с флажками в руках; бегать друг за другом вдоль каната, положенного на пол; ходить около шнура, положенного по кругу. Ходьба к цели (игрушке) в заданном направлении (вперед, назад, приставным шагом в стороны), враспынную, стайкой, друг за другом. Изменение темпа движения (ходьба — бег) по зрительному или слуховому сигналу. Ходьба с переступанием через невысокие (5 см) предметы. Ходьба по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковровина и другого материала с изменением темпа движения (быстро, медленно). Хороводные игры с перемещением в разных направлениях. Ходьба на носках и на пятках (с чередованием). Вращение на месте в разные стороны в положении стоя и сидя на полу («Волчок»).

Ползание. Ползание на животе по указательному жесту последовательно к одной, второй, третьей игрушке. Ползание: на четвереньках и на животе враспынную или парами в заданном направлении; на коленях по наклонной плоскости (доске) шириной 30 см, длиной 1,5 м; на животе по гимнастической скамейке. Ползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой, через обруч. Ползание на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через препятствия. Лазание по ступенькам вверх с помощью взрослого или самостоятельно, скольжение на попе вниз. Игры на гимнастической стенке: залезать (на высоту до 1 м) и спускаться с помощью взрослого.

Игры и упражнения с мячом: прокатывать мяч, бросать мяч друг другу, ловить мяч, поднимать упавший мяч, катать мяч друг другу, прокатывать мяч через ворота, бросать мяч в цель (в корзину, в сетку), вдаль, вперед, бросать маленький мяч правой и левой рукой. Игры и упражнения с мешочками с песком (горохом, крупой): бросать в цель (в корзину, обруч и т. п.), находящуюся на полу на расстоянии.

Прыжки. Прыжки: на двух ногах на месте или с передвижением (зайчики, птички и т. п.); вокруг какого-либо предмета; перепрыгивание через шнур («ручеек»); запрыгивание в обруч; спрыгивание с предмета (высотой до 10—15 см); прыжки в длину с

места. Игры на детской горке (в помещении на специальных игровых модулях-горках, а также на улице). Воспроизведение поз и движений по непосредственному подражанию и по рисунку (сразу и с отсрочкой до 10 секунд), катание на санках, игры в снежки. Игры и упражнения на расслабление.

Примерный перечень подвижных игр:

Игры с бегом: «Бегите ко мне», «Птичка и птенчик», «свой домик», «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «Лови меня», «Догони мяч», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Походи и побегай», «Быстрее — медленнее комара», «Воробышки и кот», », «Бабочки», «воронята», «Снежинки и ветер» и др. Игры с подпрыгиванием и прыжками: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара» «Мой веселый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Подпрыгни до ладошки», «Попрыгай на носочках», «Мячики», «Сорви шишку» и др.

Игры с подлезанием, лазаньем, ползанием: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки», «Доползи до погремушки», «В воротца», «Не наступи на линию», «Будь осторожен», «Ловлю мышку», «Собачка», «Собери шарики (шишки и т. п.)», «Котята и щенята» и др.

Игры с бросанием и ловлей: «Кто бросит дальше мешочек?», «Попади в круг», «Мяч в кругу», «Прокати мяч». «Лови мяч», «Попади в ворота», «Целься вернее», «Кто попадет?», «Покати ко мне».

Игры на ориентировку в пространстве: «Угадай, кто кричит», «Что спрятано?», «Где звенит?», «Найди флажок» и др.

Игры с разнообразными движениями и пением: «Поезд», «Зайка», «Флажок» и др.

Литературный материал для развития движений с речью Песенки и потешки: «Солнышко-ведрышко!» (рус), «Буренушка» (рус), «Пастух» (рус), «Наши уточки» (рус), «Ай, ду-ду» (рус), «Друзья-помощники» (рус.) «Тили-бом» (рус), «Совушка» (рус), «Петушок» (рус.), «Гуси вы, гуси» (рус), «Божья коровка» (рус), «Отличные пшеничные» (шведск., в обр. И. Токмаковой), «Маленькие пастухи» (шведск., в обр. И. Токмаковой), «Едем едем на лошадке» (шведск., в обр. И. Токмаковой). А. Барто «Кто как кричит»; В. Берестов «Мишка, мишка, лежебока»; Г. Ладонщиков «Помощники весны»; С. Маршак «Тихая сказка», «Перчатки» (пер. с англ.), «Кошкин дом»; С. Михалков «Песенка друзей» и др.

Третий этап обучения

Основное содержание работы.

Ходьба и бег. Ходьба: на месте; друг за другом в колонне и врассыпную по залу, по сигналу воспитателя находить свое место; по извилистой линии между игрушками; по залу в колонне по одному, на сигнал «дождик-дождик» ходить широким шагом с высоким подниманием колен, на сигнал «солнышко» обычная ходьба; с изменением направления по сигналу (слово, удар в бубен, окончание музыки); с переходом по сигналу на бег и обратно; группами с нахождением игрушек; по извилистой дорожке; с движением рук, имитирующим взмахи крыльев птицы; с высоким подниманием коленей; с руками на поясе и перешагиванием через предметы; по кругу на носках и на пятках, взявшись за руки; по всему залу, руки в стороны; на носках, руки на поясе; по разным дорожкам, выложенным из веревки, ленточек, ковровина и другого материала с изменением темпа движения (быстро, медленно); в заданном направлении с игрушкой (погремушкой,

ленточкой на палочке и т. п.); по дорожке (шириной 30—40 см). Хороводные игры с перемещением в разных направлениях. Бег: по кругу, взявшись за руки; змейкой между предметами; на носках с руками за головой; в указанном направлении с переходом по команде от ходьбы к бегу; в заданном направлении с игрушкой (погремушкой, ленточкой на палочке и т. п.); по дорожке (шириной 30—40 см). Проведение игр и упражнений на развитие равновесия: ходьба друг за другом с флажком в руке; ходьба друг за другом с флажками в руках по узкой дорожке (шириной 35 — 40см); ходьба по дорожке с руками за головой; бег парами, держась за руки; бег друг за другом, держась за веревку; ходьба по площадке врассыпную с флажками в руках; бег друг за другом вдоль каната, положенного на пол; ходьба по шнуру, положенному на пол; перешагивание из обруча в обруч; ходьба между двумя начерченными на полу линиями (на расстоянии 25 см), не наступая на них; ходьба по гимнастической скамейке, переступая через мелкие предметы кубики, строительный материал).

Ползание: на четвереньках и на животе врассыпную или парами в любом или заданном направлении; на четвереньках и на животе по дорожке с последующим перелезанием через препятствия; по наклонной лесенке с частыми рейками (через каждые 10см.), поднятой под углом 30°; Проползание на четвереньках и на животе под лентой, дугой, рейкой, через обруч. Проведение игр и упражнений на гимнастической стенке: залезать на высоту 1 м и спускаться с помощью взрослого; влезать по гимнастической стенке до середины, согласовывая движения рук и ног. Проведение игр и упражнений на детской горке.

Проведение игр и упражнений с мячом: бросать мяч друг другу, ловить мяч; прокатывать мяч через ворота, между кеглями; бросать мяч в цель (в корзину, в сетку), вдаль, вперед; бросать маленький мяч правой и левой рукой; бросать мяч вверх, стараясь поймать его; бросать мяч о стенку и ловить его; ударять мячом об пол и ловить его. Проведение игр и упражнений с кольцами: бросать кольцо воспитателю; подбрасывать кольцо одной рукой, ловить двумя руками. Проведение игр и упражнений с мешочками с песком (горохом, крупой): бросать вдаль, в цель (корзину, обруч и т. п.), находящуюся на полу на расстоянии.

Прыжки: на двух ногах на месте или с передвижением (зайчики, птички и т. п.); вокруг какого-либо предмета; перепрыгивание через шнур («ручеек»); запрыгивание в обруч; спрыгивание с предмета (высотой до 10—15 см); в длину с места; с передвижением по комнате мелкими прыжками, размахивая руками; вдвоем, взявшись за руки; с места в обруч, положенный на пол; через лежащую палку (туда — обратно); на месте на обеих ногах, легко отталкиваясь от пола; поочередно на правой и левой ноге; через веревку, положенную на пол; спрыгивание с гимнастической скамейки с приземлением на слегка согнутые ноги; подпрыгивание на месте, стараясь коснуться предмета, подвешенного выше поднятой руки ребенка на 5—10 см; в сторону, влево, вправо; подпрыгивание вверх с хлопками в ладоши; перепрыгивать через веревку, мягко приземляясь на слегка согнутые ноги, повернуться кругом и снова прыгнуть; на двух ногах вокруг стульчика в правую и левую стороны.

Проведение игр и упражнений на развитие ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости (с изменением скорости выполнения, с предметами, с преодолением сопротивления).

Воспроизведение поз и движений по непосредственному подражанию и по рисунку (сразу и с отсрочкой до 10 секунд). Катание на санках. Элементы самомассажа. Проведение игр и упражнений на релаксацию.

Примерный перечень подвижных игр

Игры с ходьбой: «Золотые ворота», «Каравай», «Ветерок», «Подарки», «У ребят», «Стоп», «Колпачок и палочка».

Игры с бегом: «Мыши и кот», «Бегите к флажку», «Найди свой цвет», «Трамвай», «Поезд», «По тропинке», «Через ручеек», «Кто тише?», «Перешагни через палку», «Догоните меня», «Воробышки и автомобиль», «Самолеты», «Пузырь», «Цветные автомобили», «Птички и кошка», «У медведя во бору», «Найди себе пару», «Лошадки», «Позвони в погремушку», «Лохматый пес», «Птички в гнездышках».

Игры с подпрыгиванием и прыжками: «По ровненькой дорожке», «Поймай комара», «Воробышки и кот», «Мой весёлый звонкий мяч», «Зайка беленький сидит», «Птички в гнездышках», «Зайцы и волк», «Лисы в курятнике», «Зайка серый умывается».

Игры с подлезанием и лазаньем: «Наседка и цыплята», «Мыши в кладовой», «Кролики», «Обезьянки», «Доползи до погремушки», «В воротца», «Не наступи на линию», «Будь осторожен», «Подбрось — поймай», «Сбей булаву», «Мяч через сетку».

Игры с бросанием и ловлей: «Кто бросит дальше мешочек?», «Попади в круг», «Мяч в кругу», «Прокати мяч», «Лови мяч», «Попади в ворота», «Целься вернее», «Школа мяча», «Кегли», «Кольцеброс».

Игры на ориентировку в пространстве: «Угадай, кто кричит», «Что спрятано?», «Где звенит?», «Найди флажок», «Найди, где спрятано», «Найди и промолчи», «Кто ушел?».

Игры с разнообразными движениями и пением: «Поезд», «Зайка», «Флажок» и др.
Игры на развитие воображаемых движений: этюды и пантомимы — «Под дождеком», «Капельки», «Разные ветры», «Дождь идет», «Падающие листья», «Солнце и луна», «Солнце в разные времена года», «Ветер, ветер...», «Солнечные зайчики» и т. д.

2.2. Формы и методы работы с детьми.

Первый этап обучения

Основной формой организации работы по физическому воспитанию детей является занятие физической культурой, обеспечивающее реализацию основных задач, определенных программой. Занятия проводятся в форме увлекательных игр, удовлетворяющих потребность ребенка в двигательной активности, доставляющих удовольствие и радость. Занятия проводятся по подгруппам в утреннее время инструктором по физическому развитию (с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя) два раза в неделю и индивидуально в зависимости от уровня психофизического развития каждого ребенка. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года и т. п. Работа с подгруппой проводится в физкультурном зале, а в теплое время года на специально оборудованной площадке. Занятия по физической культуре в плане решаемых задач и реализуемого содержания связаны с сообразительными, подвижными и театрализованными играми, с занятиями по развитию музыкально-ритмических движений, формированию навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков и т. д.

Второй этап обучения

На втором этапе продолжается систематическая работа по физическому воспитанию детей в дошкольном учреждении. Основной формой организации работы по физическому воспитанию детей является занятие физической культурой, которое проводит инструктором по физическому воспитанию (2 раза в неделю), а также подвижная игра (1 раз в неделю)-воспитателем, что обеспечивает реализацию основных задач, определенных программой. Занятия проводятся инструктором по физическому воспитанию по подгруппам в утреннее и вечернее время с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя. В случае наличия в группе детей с грубыми нарушениями физического развития с ними необходимо проводить индивидуальную работу. Это позволяет подготовить ребенка к занятиям в небольшой группе. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года и т. п. Занятия физической культурой на втором этапе обучения в плане решаемых задач и реализуемого тесно связаны с работой, ведущейся по другим разделам программы, (развитие музыкально-ритмических движений, игра, формирование элементарных математических представлений, ознакомление с окружающим и др.) Занятия строятся на основе содержания, предлагаемого не только для второго, но также и для первого этапа, что обеспечивает закрепление уже сформированных двигательных умений и навыков у детей и преемственность в системе работы.

Третий этап обучения. Основной формой коррекционно-развивающей работы на третьем этапе обучения являются специальные занятия по физическому воспитанию. Кроме этого, утренняя зарядка, подвижные игры, спортивный досуг, праздники и развлечения. Спортивные праздники проводятся с детьми в физкультурном зале или на улице в зависимости от погодных и сезонных условий. Занятия проводятся инструктором по физической культуре со всей группой детей, по подгруппам в утреннее и вечернее время с музыкальным сопровождением в записи или с участием музыкального руководителя 2—3 раза в неделю. Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуализированы и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года и т. п.

Занятия по физическому воспитанию на третьем этапе обучения тесно связаны с работой по развитию музыкально-ритмических движений, с сюжетно-ролевыми, подвижными, театрализованными играми, формированием элементарных математических представлений, формированием представлений о себе и окружающем мире, а также с трудовым и эстетическим воспитанием детей дошкольного возраста с сочетанными сложными нарушениями развития.

Занятия строятся на основе содержания, предлагаемого для первых двух этапов обучения, и дополняются содержанием третьего этапа. Таким образом реализуется принцип концентричности в построении программного содержания работы по физическому и моторно-двигательному развитию детей, который обеспечивает непрерывность, преемственность и повторность в обучении.

В программе выделены 6 основных форм организации двигательной деятельности, каждая из которых отражает свои цели и задачи:

1. традиционная (обучающий характер, смешанный характер, вариативный характер),
2. тренировочная (повторение и закрепление определенного материала),

3. игровая (подвижные игры, игры-эстафеты),
4. сюжетно-игровая (может включать различные задачи по развитию речи и ознакомлением с окружающим миром, а также по формированию элементарных математических представлений),
5. с использованием тренажеров (гимнастическая стенка, тренажеры ТИСА, гимнастическая скамья),
6. по интересам, на выбор детей (мячи, обручи, кольцоброс, полоса препятствий, тренажеры, скакалки).

В конце каждого учебного года проводится мониторинг физической подготовленности дошкольников, содержание которого включает в себя нормативы, разработанные в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования и настоящей рабочей программой.

Структура занятий

Вводная часть направлена на улучшение эмоционального состояния, активацию внимания и подготовку детского организма к физическим нагрузкам основной части.

Основная часть (самая большая по объему и значимости) включает в себя тренировку разных групп мышц, совершенствование всех физиологических функций организма детей и состоит из общеразвивающих упражнений и основных видов движений по теме. Итогом основной части занятия является – тематическая подвижная игра высокой активности.

Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей. В ней воспитанники выполняют коррекционные и дыхательные упражнения, направленные на снижение двигательной активности, восстановление дыхания.

Способы организации образовательной области «Физическая культура»

Фронтальный способ. Все дети одновременно выполняют одно и то же упражнение. Применяется при обучении детей ходьбе, бегу, в общеразвивающих упражнениях, в различных заданиях с мячом.

Поточный способ. Дети поточно друг за другом (с небольшим интервалом), передвигаются, выполняя заданное упражнение (равновесие – ходьба по шнуру, гимнастической скамейке; прыжки с продвижением вперед и т.д.). Этот способ позволяет педагогу корректировать действия детей, устранять ошибки и главное – оказывать страховку в случае необходимости. Данный способ широко используется для закрепления пройденного материала.

Групповой способ. Дети по указанию инструктора распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом).

Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

Принципы организации занятий

Принцип научности предполагает подкрепление всех оздоровительных мероприятий научно обоснованными и практически адаптированными методиками.

Принцип развивающего обучения от детей требуется приложение усилий для овладения новыми движениями.

Принцип интеграции: процесс оздоровления детей в МДОУ осуществляется в тесном единстве с учебно-воспитательным процессом.

Принцип систематичности и последовательности предполагает взаимосвязь знаний, умений, навыков.

Принцип связи теории с практикой формирует у детей умение применять свои знания по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни.

Принцип индивидуально-личностной ориентации воспитания предполагает то, что главной целью образования становится ребенок, а не окружающий мир. Педагог, опираясь на индивидуальные особенности ребенка, планирует его развитие, намечет пути совершенствования умений и навыков, построение двигательного режима.

Принцип доступности позволяет исключить вредные последствия для организма детей в результате завышенных требований физических нагрузок.

Принцип результативности предполагает получение положительного результата оздоровительной работы независимо от возраста и уровня физического развития детей.

Методы и приемы обучения:

Наглядные:

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения физических упражнений, использование наглядных пособий и физоборудования, зрительные ориентиры);

- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь инструктора);

Словесные:

- объяснения, пояснения, указания;

- подача команд, распоряжений, сигналов;

- вопросы к детям и поиск ответов;

- образный сюжетный рассказ, беседа;

- словесная инструкция.

- слушание музыкальных произведений;

Практические:

- выполнение и повторение упражнений без изменения и с изменениями;

- выполнение упражнений в игровой форме;

- выполнение упражнений в соревновательной форме;

- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.

Взаимодействие со специалистами

Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ напрямую зависит от взаимодействия и взаимопонимания, как отдельных педагогов, так и всего педагогического коллектива. Только совместными усилиями можно решить поставленные задачи, а значит, рассчитывать на положительные результаты своего труда.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя

От активного участия воспитателя, его взаимопонимания и взаимодействия с инструктором по физической культуре зависит конечный результат и достижение таких

целей, как повышение двигательной активности детей, формирование у них двигательной культуры, положительного эмоционального настроения. Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

«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.

Инструктор по физической культуре оказывает методическую помощь воспитателям по различным вопросам физического развития дошкольников: подбор упражнения для утренней гимнастики, физкультминуток, бодрящей гимнастики, игр на прогулке. Формы взаимодействия: консультации, выступление на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т.д. Планирование совместной деятельности осуществляется на основе годового плана. Кроме групповых форм взаимодействия, раз в неделю, по необходимости проводятся консультации, требующие внимания.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

1. Физическое состояние детей, посещающих детский сад (в начале и в конце года, совместно с медицинской сестрой осуществляется мониторинг физической подготовленности детей);
2. Профилактика заболеваний ОДА, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем;
3. Способствуем предупреждению негативных влияний интенсивной образовательной деятельности

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя

Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя очень важно. Так как выразительность и музыкальность движений

опирается на общее физическое развитие детей, крепость мышц, ловкость, координацию движения. На физкультурных занятиях используется музыка.

Музыка воздействует:

- на эмоции детей;
- создает у них хорошее настроение;
- помогает активизировать внимание детей;
- способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
- освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
- привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

Специалисты работают в тесном контакте друг с другом, составляют перспективный план работы по организации досугов и развлечений. Участвуют в совместной подготовке и проведению праздников и развлечений.

Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-дефектолога

Важными направлениями во взаимодействии в работе учителя-дефектолога и инструктора по физической культуре являются:

1. Изучение индивидуальных особенностей воспитанников. Каждый специалист определяет недостатки в развитии ребенка с точки зрения разных наук и методики: это важно для создания более полной картины, которая помогает выстроить программу, охватывающую максимально возможные аспекты коррекционной работы.
2. Определение общих целей и задач, которые могут помочь решать поставленные цели также положительно влияют на коррекционный процесс.
3. Суть принципа психофизического сопряжения заключается в том, что применяемые средства двигательной активности позволяют добиваться конкретных изменений в физической сфере, которые, в свою очередь, способствуют изменениям в психической сфере. Тем самым повышается физическая подготовленность, и развиваются психическая сфера: познавательная, эмоциональная и коммуникативная.
4. Подбор наиболее эффективных упражнений, предлагаемых в разных методиках и технологиях коррекционно-развивающей деятельности.
5. При организации взаимодействия каждый специалист пополняет «копилку» игр и заданий; можно использовать в работе упражнения, адаптировав их к условиям своих занятий. Также благотворное влияние на развитие ребенка оказывают интегрированные занятия и упражнения.

Совместно с учителем-дефектологом исходя из результатов диагностического развития воспитанников с учетом специфики развития подбираются физические упражнения на годичный цикл, включающие основные виды движений, подвижные игры, общеразвивающие упражнения, строевые упражнения и упражнения на ориентировку в пространстве, элементы ритмопластики, профилактические и коррекционные упражнения (для формирования правильной осанки, укрепления свода стопы, развития мелкой моторики пальцев рук, дыхательные упражнения и др.), спортивные упражнения, элементы спортивных игр. Работа по коррекции недостатков в физическом состоянии детей с ОВЗ организовывается поэтапно, с учетом адаптационных возможностей организма ребенка. Конечной целью физических упражнений является активизация сил

самого ребенка, его дальнейший положительный настрой на преодоление жизненных трудностей и адаптации. Занятия физкультурой с детьми с ОВЗ способствует не только их оздоровлению, но и развитию двигательной, эмоциональной, поведенческой сфер и коррекции имеющихся у детей негативных проявлений.

2.3. Особенности взаимодействия с семьями воспитанников.

Взаимодействие с родителями

Работа с родителями до 31 декабря будет проходить в дистанционном режиме.

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, а так же коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Образовательная область	Формы взаимодействия с семьями воспитанников
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> 1. Изучение состояния здоровья детей совместно со специалистами детской поликлиники, медицинским персоналом ДОУ и родителями. Ознакомление родителей с результатами. 2. Изучение условий семейного воспитания через анкетирование, посещение детей на дому и определение путей улучшения здоровья каждого ребёнка. 3. Создание условий для укрепления здоровья и снижения заболеваемости детей в ДОУ и семье: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Зоны физической активности, ➤ Закаливающие процедуры, ➤ Оздоровительные мероприятия и т.п. 4. Организация целенаправленной работы по пропаганде здорового образа жизни среди родителей. 5. Ознакомление родителей с содержанием и формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 6. Ознакомление родителей с нетрадиционными методами оздоровления детского организма. 7. Использование интерактивных методов для привлечения внимания родителей к физкультурно-оздоровительной сфере: организация конкурсов, викторин, проектов, развлечений и т.п. 8. Пропаганда и освещение опыта семейного воспитания по физическому развитию детей и расширения представлений родителей о формах семейного досуга. 9. Организации дискуссий с элементами практикума по вопросам физического развития и воспитания детей. 10. Проведение дней открытых дверей, вечеров вопросов и ответов, совместных развлечений с целью знакомства родителей с формами физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ. 11. Педагогическая диагностическая работа с детьми, направленная на определение уровня физического развития детей. Ознакомление родителей с результатами диагностических исследований. Отслеживание динамики развития детей 12. Определение и использование здоровьесберегающих технологий. 13. Правовое просвещение родителей на основе изучения социокультурного состояния родителей с целью повышения эффективности взаимодействия семьи и ДОУ, способствующего укреплению семьи, становлению гражданственности воспитанников, повышению имиджа ДОУ и уважению педагогов.

II. Организационный раздел

3.1. Организация режима пребывания детей в образовательном учреждении

3.1.1. Режим дня.

Образовательный процесс в ДООУ реализуется в режиме пятидневной недели.

Режим дня составлен с расчетом на 10-ти часовое пребывание ребенка в детском саду с 08.00 до 18.00

Режим скорректирован с учетом работы дошкольного учреждения (контингента детей, климата в регионе, времени года, длительности светового дня и т. п.). При осуществлении режимных моментов учтены также индивидуальные особенности ребенка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер и т. д.).

Педагог самостоятельно дозирует объем образовательной нагрузки, не превышая при этом максимально допустимую санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами нагрузку.

РЕЖИМ ДНЯ **Группы №7 «Капитошки»** **Со сложными дефектами развития**

Прием детей. Самостоятельная деятельность (игровая, продуктивная, двигательная)	8:00 – 8:20
Утренняя гимнастика	8:20 – 8:30
Подготовка к завтраку, завтрак	8:30 – 8:50
Игры, подготовка к занятиям	8:50 – 9:00
Занятие 1	9:00 – 9:30
Индивидуальная работа	9:30 – 9:55
Занятие 2	9:55 – 10:25
Второй завтрак	10:25 – 10:30
Индивидуальная работа	10:30 – 11:00
<u>Прогулка</u> (наблюдения, подвижные игры, самостоятельная двигательная активность детей, работа над основными движениями, физкультурное занятие) <u>Возвращение с прогулки</u>	11:00 – 12:15
Подготовка к обеду, обед	12:15 – 12:45
Подготовка ко сну, дневной сон	12:45 – 15:15
Подъем, закаливающие процедуры,	15:15 – 15:35
Подготовка к полднику, полдник	15:35 – 15:50
Игры, подготовка к занятию	15:50 – 16:00
Занятие	16:00 – 16:30
Свободная организационная индивидуальная деятельность ребенка в группе	16:30 – 16:45
Подготовка к прогулке, прогулка	16:45 – 18:00

Основание:

- Санитарно-эпидемиологических правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи "
- СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания
- Санитарно-эпидемиологических правила СП 3.1\2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"

ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ ПОСЛЕ ПЕРЕНЕСЁННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Индивидуальный режим после перенесённых заболеваний гриппа, ОРВИ, для часто длительно болеющих.

1. Мед.отвод от прививок по рекомендации врача.
2. Мед.отвод от водных процедур /контрастный душ, бассейн/ на 2-е недели.
3. На физкультуру не ходят 10 дней, замена ЛФК.
4. Оздоровительные мероприятия - по графику группы и индивидуально.
5. На прогулку одеваем последними, раздеваем первыми.
6. Сон продлён на 20-30 минут.
7. Внимание одежде, обуви по сезону.
8. Внимание активности ребёнка на прогулке, эмоциональному тону.

Индивидуальный режим после перенесённых заболеваний пневмонии, бронхита.

1. На щадящем режиме от 3-х до 6-ти месяцев.
2. На прогулку одеваем последними, раздеваем первыми. Внимание двигательной активности (если чувствует дискомфорт – отправляем в группу).
3. Внимание одежде (если маечка влажная после прогулки, физкультуры) переодеть.
4. Мед.отвод от водных процедур на две недели.
5. Мед.отвод от прививок на 1-2 месяца.
6. Мед.отвод от физкультуры на 2 недели, замена ЛФК.
7. Оздоровительные процедуры по плану группы.

3.1.2. Расписание образовательной деятельности

2022-2023 учебный год

Расписание в группе №7 «Капитошки» «Сложные дефекты развития»

	время	базовая образовательная область	кто проводит
понедельник	9.00 – 9.30	Познавательное развитие. Формирование целостной картины мира, расширение кругозора	Учитель-дефектолог
	9:55– 10.25	Физическое развитие - ФИЗО	Инструктор по физической культуре

	16:00-16:25	Музыкальный досуг с младшей группой	Музыкальный руководитель
вторник	9.00 - 9.30	Речевое развитие	Учитель-дефектолог
	9:55 - 10.25	Художественно - эстетическое развитие - МУЗО	Музыкальный руководитель
	16:00 - 16:30	Художественно - эстетическое развитие - рисование	Воспитатель
среда	9.00 – 9.30	Познавательное развитие. ФЭМП	Учитель-дефектолог
	9:55– 10.25	Физическое развитие - ФИЗО	Инструктор по физической культуре
	16:00 - 16:30	Художественно - эстетическое развитие - лепка/аппликация	Воспитатель
четверг	9.00 – 9.30	Познавательное развитие. сенсорика/ конструирование	Учитель-дефектолог
	9:55– 10.25	Художественно - эстетическое развитие - МУЗО	Музыкальный руководитель
	16:00 - 16:30	Художественно - эстетическое развитие - ручной труд	Воспитатель
пятница	9.00 – 9.30	Социально-коммуникативное развитие - развитие игровой деятельности	Учитель-дефектолог
	9:55 – 10.25	Речевое развитие. Знакомство с литературными произведениями через игровую деятельность	Воспитатель
	16:00 - 16:30	Социально-коммуникативное развитие - хозяйственно-бытовой труд	Воспитатель

занятия, требующие напряженной умственной деятельности	занятия физкультурно-оздоровительного и художественно-эстетического цикла
1. Речевое развитие ----- 1 2. Познавательное -----2 3. Познавательное ЭМП ----- 1 / 4	1. Физическое развитие -----2 2. Художественно-эстетическое-----5 3. Социально-коммуникативное --- 3 /10

График работы инструктора по ФИЗО Саяпиной Марии Георгиевны

понедельник	среда	пятница
8:00-8:15 –подготовка к занятиям. (игры, инвентарь, проветривание) 8:15-8:30 совместная деятельность с детьми на утренней гимнастике 8:30-8:50- подготовка атрибутов к занятиям 8:50-9:10 занятие с детьми группы №16(средняя)	8:00-8:15 –подготовка к занятиям. (игры, инвентарь, проветривание) 8:15-8:30 совместная деятельность с детьми на утренней гимнастике 8:30-9:00- подготовка атрибутов к занятиям 9:00-9:25 занятие с детьми группы №6	8:00-8:15 –подготовка к занятиям. (игры, инвентарь, проветривание) 8:15-8:30 совместная деятельность с детьми на утренней гимнастике 8:30-8:50- подготовка атрибутов к занятиям 8:50-9:10 занятие с детьми группы

<p>9:10-9:25 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 9:25-9:40 занятие с детьми группы №5 (младшая) 9:40-9:55 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 9:55-10:25 занятие с детьми группы №7 10:25-11:00 индивидуальная работа 11:00-11:40 – подгрупповая работа с детьми на прогулке 11:40-11:50 – подготовка к занятию 11:50-12.20 – занятие с детьми группы №15 (подготовительная) 12:20-14:00- работа с документами взаимодействия с воспитателями, логопедом, муз.руководителем и специалистами, консультирование педагогов 14:00-15:00 оформление документации, разработка планов, конспектов, праздник</p>	<p>(старшая) 9:25-9:55 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 9:55-10:25 занятие с детьми группы №7 10:25-11:00 индивидуальная работа 11:00-11.50 – подгрупповая работа с детьми на прогулке 11.50-12.20-подготовка материала по работе с родителями 12:20-13:00- самообразование (изучение методической литературы)</p>	<p>№16(средняя) 9:10-9:25 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 9:25-9:40 занятие с детьми группы №5 (младшая) 9:40-10:10 индивидуальная работа 10:10-10:30 подготовка к занятию (игры, инвентарь, проветривание) 10:30-10:55 занятие с детьми группы №6 (старшая) 10:55-11.40 – подгрупповая работа с детьми на прогулке 11:40-11:50 – подготовка к занятию 11.50-12.20 – занятие с детьми группы №15 (подготовительная) 12:20-13:00- оформление документации, разработка планов, конспектов, праздников</p>
--	--	--

3.2. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса в ГБДОУ соответствуют государственным и местным требованиям и нормам.

Образовательный процесс в ГБДОУ организуется в соответствии с:

- санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;
- правилами пожарной безопасности;
- требованиями, предъявляемыми к средствам обучения и воспитания детей дошкольного возраста (учет возраста и индивидуальных особенностей развития детей);
- требованиями к оснащённости помещений развивающей предметно-пространственной средой;
- требованиями к материально-техническому обеспечению программы (учебно-методический комплект, оборудование, оснащение (предметы).

Функциональное использование и оснащение помещений ГБДОУ

Помещение	Назначение	Наполнение
Физкультурный/музыкальный зал (совмещенный)	Физкультурная деятельность Утренняя гимнастика. Развлечения, тематические физкультурные досуги; Театральные представления, праздники; разнообразные мероприятия с родителями	Спортивное оборудование для прыжков, метания, лазания Спортивный и игровой инвентарь, используемый в физкультурной образовательной деятельности, праздниках. Музыкальный центр, аудиокассеты, диски

3.3. Методическое обеспечение образовательного процесса

1. Баряева Л.Б., Волосовец Т.В., Гаврилушкина О.П. Голубева Г.Г., Лопатина Л.В., Н. А. Ноткина, Овчинникова Т.С., Яковлева Н.Н. «Адаптированная основная образовательная программа дошкольного образования (для дошкольников с тяжелым нарушением речи).
2. Л.И.Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 5-6лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.
3. Л.И.Пензулаева. Физкультурные занятия с детьми 6-7 лет./ М, Мозаика – Синтез, 2013.

4. Ефименко Н.Н. Театр физического воспитания и оздоровливания детей дошкольного возраста.
5. Ефименко Н.Н. Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Москва Дрофа 2014
6. Ефименко Н.Н. Двигательно-игровая деятельность. Сценарии игр –занятий 6-7 лет Москва Дрофа 2014
7. Л.Г. Голубева. Гимнастика и массаж для самых маленьких. / М.: Мозаика-Синтез, 2011.
8. Е. А. Синкевич. Физкультура для малышей. / СПб.: 2001
9. Л.Н.Сивачева. Физкультура — это радость./СПб.:Детство-Пресс, 2006
10. Г.К.Зайцев. Твое здоровье. / СПб.: Детство-Пресс, 2006
11. Н. А. Ноткина. Оценка физического и нервнопсихического развития детей раннего и дошкольного возраста. / М.: 2002
12. Г. А. Холемский. Коррекция нарушения осанки у дошкольников. / М.:2002
13. 500 замечательных детских игр. Сост. Бочарова А.Г./ М., 2004
14. М.Ф.Литвинова. Русские народные подвижные игры./ М., 2006
15. Е.А. Тимофеева. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. / М.: Просвещение, 2004
16. А.И.Фомина. Физкультурные занятия и игры в детсаду./ М.,2004
17. И.В.Чупаха. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. / М.: Народное образование, 2003.
18. З.Ф.Аксенова. Спортивные праздники в детском саду. / М.: ТЦ Сфера, 2003.
19. Э.Я. Степаненкова. Методика физического воспитания. / М.: Изд. дом «Воспитание дошкольника», 2005.
20. В.Я. Алямовская. Физкультура в детском саду. Теория и методика организации физкультурных мероприятий./ М.:Чистые пруды,2005
21. Л.Г. Голубева. Гимнастика и массаж для самых маленьких. / М.: Мозаика-Синтез, 2006.
22. Г.А. Прохорова. Утренняя гимнастика для детей 2-7 лет. / М.: Айрис-Пресс, 2004.
23. М.А. Рунова. Двигательная активность ребенка в детском саду. / М.: Мозаика-Синтез, 2002.
24. С.Фирилева. Танцевально-игровая гимнастика «Са-фи-дансе» / М, 2002
25. И. Е. Аверина. Физкультурные минутки и динамические паузы в ДОУ. / М.: 2005
26. К.Ю.Белая., В.Н.Зимонина. Физическое воспитание и познавательное развитие дошкольника. / М, Школьная Пресса, 2007.
27. Э. Степаненкова. Парциальная программа «Методика физического воспитания». /М.: 2005
28. В.Г.Алямовская «Здоровье». Нижний Новгород, 1993 г.
29. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова «Здоровьесберегающие технологии». Москва, «Народное образование», 2004 г.
30. «Социальная технология научно-практической школы им. Ю.Ф.Змановского: здоровый дошкольник» под ред. Антонова Ю.Е., Москва, «Аркти», 2001 г.
31. «Здоровый малыш. Программа оздоровления детей в ДОУ» под ред. З.И.Бересневой, Москва, «Сфера», 2003 г.
32. «Здоровье и физическое развитие детей в дошкольных образовательных учреждениях. Проблемы и пути оптимизации» под ред. Т.И.Оверчук, Москва, «Гном», 2001 г.

33. М.Н.Кузнецова «Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в ДОУ», Москва, «Аркти», 2002 г.
34. М.Ю. Каргушина «Сценарии оздоровительных досугов для детей 4 – 5 лет», Москва, «Сфера», 2005
35. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет.

3.4 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды.

1. Предметно-пространственная среда обеспечивает безопасность и психологическую комфортность пребывания детей в зале.

Вся мебель и спортивный инвентарь (шведская стенка, канат и т.д.) надежно закреплены, соответствуют санитарным требованиям и требованиям безопасности. Обеспечивается исправность, сохранность материалов и оборудования. Часто используемый инвентарь находится в зоне быстрого доступа, но не мешает активному движению детей, что способствует удобству и безопасности проведения занятий.

Психологическая комфортность достигается за счет благоприятной цветовой гаммы, хорошей освещенности и комфортной температуры, влажности. Спортивный инвентарь изготовлен из ярких, разноцветных материалов. Пол в зале размечен цветовыми ориентирами, с помощью которых дети ориентируют свое движение.

Наличие в зале музыкального центра позволяет разнообразить занятия музыкальным сопровождением. С помощью музыки можно задать нужный темп и настроение воспитанникам, дети меньше устают, а занятие становится более интересным и продуктивным.

2. Предметно-пространственная среда обеспечивает реализацию образовательной программы, которая направлена на развитие у дошкольников физических качеств и двигательных навыков: **ползание** – один из самых важных двигательных режимов для детей, особенно в младших группах. Для развития этих навыков в зале имеются маты разных размеров, дуги, под которыми нужно проползти. С особым интересом дети проползают сквозь мягкие цилиндры, а также используются препятствия из мягких модулей. Для развития координации во время **ходьбы** мною изготовлены барьеры с разной высоты. Низкое гимнастическое бревно, скамейка и различные виды досок используются для равновесия во время ходьбы. На занятиях используются подушечки с песком, которые дети кладут себе на голову во время ходьбы.

В **беговом** режиме я применяю ограничительные конусы, которые служат для изменения направления движения.

Скакалки разной длины применяются для **прыжковых** упражнений, а также барьеры и гимнастические скамейки.

Такой важный элемент как **лазание**, дети осваивают на шведской стенке. Залезать на стенку можно по лесенке и доске, угол наклона которой регулируется.

Для **метания** в длину используются мячи разного размера, мешочки с песком, кольца.

3. В зале есть в наличии большое количество предметов, с которыми дети любят заниматься: это разного размера, формы и цвета мячи, подушечки с песком, кегли, кольца, обручи, скакалки и т.д.

Обилие и разнообразие предметов в спортивном зале позволяет работать с детьми разного возраста и разного уровня физической подготовки, это делает занятие интереснее и разнообразнее. Учитывая то, что на занятии физической культуры, приходят воспитанники разных возрастных групп это имеет большое значение.

Для каждого возраста подбираются не только предметы, но и упражнения, их интенсивность и сложность. Для каждого возраста подобраны свои игровые ситуации, разные сказочные герои. У младших возрастов упражнения ориентированы на мягкие движения, больше упражнений в лежачем, ползательном и сидячем режиме. Чем старше ребенок, тем больше движений силовых, резких и сложных. Детям старшего возраста

чаще даются задания с групповым взаимодействием: коллективные игры, эстафеты, ходьба в тренажере «гусеница».

4. Предметно-пространственная среда обеспечивает учет образования детей с ограниченными возможностями здоровья, особыми потребностями в обучении.

В группах есть дети с нарушением речи, поэтому роль физической культуры особенно важна. У детей с речевой патологией недостаточность моторного развития наблюдается с самого раннего возраста, поскольку, чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь и наоборот, если развитие моторных функций отстает, задерживается и развитие речи. Особенное внимание приходится уделять мелкой моторике рук, т.к. уровень развития речи у ребенка находится в прямой зависимости от степени сформированности мелких движений пальцев рук. На занятии важно, чтобы дети озвучивали и оречевляли свои движения. Это когда, выполняя игровое движение, ребенок издает определенные звуки, имитирующие изображаемый ими образ.

Таким образом, можно сказать, что развивающая среда в физкультурном зале способствует развитию физических качеств, творческих способностей и оздоровлению детей дошкольного возраста с разным уровнем физической подготовки и здоровья.