

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №19 «Земляничка»

Принято
Педагогическим советом
№ 1 от 31.08.2022 г.

Утверждено
приказом по МАДОУ детский сад №19
«Земляничка» от 31.08.2022 г. № 134-о

МАДОУ детский сад № 19 "Земляничка", Петрикова Ольга Александровна

31.08.2022 12:50 (MSK), Простая подпись

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

по реализации Адаптированной основной образовательной программы
дошкольного образования для детей с задержкой психического развития
4-7 (8) лет Муниципального автономного дошкольного образовательного
учреждения детского сада №19 «Земляничка»
в группе компенсирующей направленности
для детей с задержкой психического развития «Лучики»
на 2022-2023 учебный год

Разработчик: Инструктор по физической культуре
Дунаева Наталья Олеговна

2022 год
г.о.г. Бор

№ п/п	Содержание	Страница
1.	<i>Целевой раздел</i>	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.1.1.	Цели и задачи реализации Программы	4
1.1.2.	Принципы и подходы к реализации Программы	5
1.1.3.	Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста с задержкой психического развития	6
1.2.	Планируемые результаты освоения Программы	7
1.2.1.	Целевые ориентиры в дошкольном детстве	7
1.2.2.	Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы	7
1.2.3.	Планируемые результаты освоения Программы по ОО «Физическое развитие» для детей с ЗПР	
1.3.	Система оценки результатов освоения Программы	9
2	<i>Содержательный раздел</i>	10
2.1.	Описание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие»	10
2.2.	Содержание образовательной деятельности ОО «Физическое развитие»	10
2.3.	Содержание образовательной деятельности ОО «Физическое развитие» с учетом используемых методических пособий	13
2.4.	Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы	18
2.5.	Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик	21
2.6.	Способы и направления поддержки детской инициативы	21
2.7.	Особенности взаимодействия с семьями воспитанников с ЗПР	22
2.8.	Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ в работе с детьми дошкольного возраста с ЗПР	23
2.9.	Иные характеристики	24
2.9.1.	Особенности взаимодействия детского сада с социумом	
3	<i>Организационный раздел</i>	25
3.1.	Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка	25
3.2.	Кадровые условия	25
3.3.	Описание материально-технического обеспечения Программы	25
3.4.	Обеспеченность методическими материалами	26
3.5.	Организация жизни и деятельности воспитанников	26
3.5.1.	Организация режима двигательной активности	27
3.5.2.	Система физкультурно-оздоровительных мероприятий	27
3.6.	Организация организованной образовательной деятельности	28
3.6.1.	Календарный учебный график	29
3.6.2.	Учебный план. ОО Физическое развитие. ООД Физическая культура	29
3.7.	Особенности традиционных событий, праздников и мероприятий В ДОУ	30
	Перспективный план физкультурных досугов	31
3.8.	Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	32
4	<i>Дополнительный раздел</i>	34
4.1.	Краткая презентация Программы	34

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Важной составной частью физического развития личности ребенка дошкольника является его физическое совершенствование: крепкое здоровье, закаленность, ловкость, сила, выносливость. Воспитание всех этих качеств начинается с детства. В связи с этим одной из актуальных задач физического воспитания дошкольников является разработка и использование современных программ физического воспитания, способствующих функциональному совершенствованию детского организма, повышения его работоспособности, развития стойкости и выносливости к неблагоприятным факторам окружающей среды. Особенно актуален этот вопрос в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья, в работе с детьми с задержкой психического развития.

Рабочая программа инструктора по физической культуре по реализации Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с задержкой психического развития 4-7 (8) лет Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада №19 «Земляничка» в группе компенсирующей направленности для детей с задержкой психического развития «Лучики» на 2022-2023 учебный год (далее Программа) представляет собой локальный акт образовательного учреждения, разработана педагогом ДОУ и предназначена для работы с детьми старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития (ЗПР) по ОО «Физическое развитие».

Настоящая Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1014 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования";
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010г. № 2106 «Об утверждении федеральных государственных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 "Об утверждении СП 2.4.3648-20 "Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и/или безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Закона РФ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ» № 124-ФЗ от 27.07.1998г.; К

- Концепцией долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 года (распоряжение Правительства РФ от 17.11.2008 г. № 1662-р);
- Национальной доктриной образования в РФ на период до 2025г.;
- Квалификационными характеристиками должностей работников образования (приказ Минздравсоцразвития РФ от 14.08.2009 № 593);
- Конвенции о правах ребёнка (ратифицированной Верховным Советом Союза ССР от 13 июля 1990 г.);
- Концепции дошкольного образования;
- Типового положения о специальном (коррекционном) образовательном учреждении для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья (ред. от 10 марта 2009 г. № 216);
- Устава МАДОУ детского сада №19 «Земляничка».

Программа создана на основе Адаптированной основной образовательной программы дошкольного образования для детей с задержкой психического развития 4-7 (8) лет Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада №19 «Земляничка (новая редакция), которая в свою очередь разработана в соответствии с Основной образовательной программой дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.– 4-е изд., перераб. - М.: Мозаика - Синтез, 2019 г., а также «Подготовка к школе детей с задержкой психического развития» под общей ред. С.Г.Шевченко, М., 2005 г.

Данная Программа позволяет построить систему физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ для детей с ЗПР 5-7 лет на основе активизации разных форм двигательной активности, видов детской деятельности воспитанников (двигательной, в том числе направленной на коррекцию и физическое развитие детей, а так же связанной с выполнением упражнений, направленной на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость, способствующих правильному формированию опорно-двигательного аппарата в системе организма; развитию равновесия, координации движения, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны); развития мелкой моторики обеих рук, формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек); полного взаимодействия и преемственности в работе всех специалистов ДОУ и родителей (законных представителей) дошкольников.

Рабочая программа рассчитана на один учебный год.

1.1.1. Цели и задачи реализации Программы

Цель Программы :

Сохранение и укрепление здоровья детей с ЗПР, формирование у родителей (законных представителей), педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья, создание условий для становления творческой, интеллектуальной, духовно и физически развитой личности, способной к осознанному саморазвитию.

Задачи программы:

- Формировать у всех участников образовательного процесса потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры.

- Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки дошкольников с ЗПР, обучать новым видам движений, основанных на приобретённых знаниях и мотивациях физических упражнений.
- Развивать физические качества гибкость, выносливость, быстроту, равновесие, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук.
- Формировать понятия о значимости занятий физической культурой для человеческого организма.
- Знакомить и формировать представления о различных видах спорта, символике и спортивных состязаниях.
- Воспитывать волевые качества личности (смелость, решительность, выдержка, настойчивость и т.д.);
- Способствовать становлению ценностей здорового образа жизни, овладению его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

1.1.2. Принципы и подходы к реализации Программы

Основные принципы Программы:

1. Поддержка разнообразия детства.
2. Сохранение уникальности и самоценности детства.
3. Позитивная социализация ребенка.
4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия взрослых и детей.
5. Содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
6. Сотрудничество ДОУ с семьей.
7. Сетевое взаимодействие с организациями социализации, образования, охраны здоровья и другими партнерами.
8. Индивидуализация дошкольного образования.
9. Возрастная адекватность образования.
10. Развивающее вариативное образование.
11. Полнота содержания и интеграция отдельных образовательных областей.
12. Инвариантность ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.

Наряду с общепедагогическими дидактическими принципами, имеются специальные, которые выражают специфические закономерности физического воспитания:

- Принцип оздоровительной направленности, согласно которому инструктор по физической культуре несёт ответственность за жизнь и здоровье своих воспитанников, обеспечивает рациональный общий и двигательный режим, создает оптимальные условия для двигательной активности детей.
- Принцип разностороннего и гармоничного развития личности, который выражается в комплексном решении задач физического и умственного, социально – нравственного и художественно – эстетического воспитания, единства своей реализации с принципом взаимосвязи физической культуры с жизнью.
- Принцип гуманизации и демократизации, который позволяет выстроить всю систему физического воспитания детей в детском саду и физкультурно – оздоровительной работы с детьми на основе личностного подхода, предоставление выбора

форм, средств и методов физического развития и видов спорта, принципа комфортности в процессе организации развивающего общения педагога с детьми и детей между собой.

- Принцип индивидуализации позволяет создавать гибкий режим дня и охранительный режим в процессе проведения занятий по физическому развитию учитывая индивидуальные способности каждого ребёнка, подбирая для каждого оптимальную физическую нагрузку и моторную плотность, индивидуальный темп двигательной активности в процессе двигательной активности, реализуя принцип возрастной адекватности физических упражнений.

- Принципы постепенности наращивания развивающих, тренирующих воздействий, цикличности построения физкультурных занятий, непрерывности и систематичности чередования нагрузок и отдыха, лежащие в основе методики построения физкультурных занятий.

- Принцип единства с семьёй, предполагающий единство требований детского сада и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, распорядка дня, двигательной активности, гигиенических процедур, культурно – гигиенических навыков, развития двигательных навыков. Поэтому очень важным становится оказание необходимой помощи родителям воспитанников, привлечение их к участию в совместных физкультурных мероприятиях – физкультурных досугах и праздниках, походах.

1.1.3. Значимые для разработки и реализации Программы характеристики, в том числе характеристики особенностей физического развития детей дошкольного возраста с задержкой психического развития

Дошкольный возраст является важнейшим в развитии человека. Характеристика возрастных особенностей развития детей дошкольного возраста с ЗПР необходима для правильной организации осуществления образовательного процесса как в условиях ДОУ, так и в условиях семьи.

Возрастные особенности физического развития детей дошкольного возраста с ЗПР

Задержанное психическое развитие (ЗПР) – особый вид аномалии, проявляющийся в нарушении нормального темпа психического развития ребенка .

В медицине ЗПР относят к группе пограничных форм интеллектуальной недостаточности. Это состояние характеризуется, прежде всего, замедленным темпом психического развития, личной незрелостью, негрубыми нарушениями познавательной деятельности. С педагогических позиций ЗПР рассматривается как низкая способность ребенка к обучению, развитию его психических функций, социального и личностного становления.

По данным учёных у большинства детей с ЗПР в раннем возрасте отстаёт развитие статических и двигательных функций, отмечаются нарушения в формировании опорно-двигательного аппарата. У многих детей наблюдаются изъяны в деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной систем, недостаточная сформированность защитных сил организма, который находится в процессе формирования приспособительных реакций к окружающей среде, что приводит к различным заболеваниям.

Многие дефектологи отмечают, что дети с ЗПР имеют своеобразный двигательный облик, присущий более раннему этапу развития здорового ребёнка. Им свойственна избыточность и излишество движений, непринужденность изобразительной и игровой моторики. Данные признаки являются проявлением «моторного инфантилизма», отражающего задержку онтогенеза двигательной функции, созревания корковых механизмов, тормозящих двигательную активность ребенка. Наряду с этим у детей с ЗПР

отмечают нарушения акта ходьбы и бега: у одних они вялые и медлительные, у других – резкие с излишними движениями.

В дошкольном возрасте и у нормальных детей могут встречаться симптомы моторного инфантилизма. Таковыми являются хватательные движения ног и пальцев, сгибательное положение рук, приостановка свободного сидения и бега, вялость мускулатуры шеи и головы, пропульсивные явления и др., Однако к школьному возрасту они, как правило, исчезают. У детей же с ЗПР проявление моторного инфантилизма выражено достаточно ярко, и не всегда сглаживается к окончанию дошкольного периода.

Систематизация научных данных позволяет констатировать следующие характеристики:

1. Детям дошкольного возраста с ЗПР в большинстве случаев не свойственны отклонения в характеристиках антропометрического развития. Низкие темпы у детей с ЗПР физического развития, адаптивное физическое воспитание констатирует свойственные возрастной норме весоростовые параметры.

2. Для детей дошкольного возраста с ЗПР является характерным нарушение в сформированности такого физического качества как общая выносливость организма.

3. Детям дошкольного возраста с ЗПР свойственны нарушения в сформированности скоростных способностей.

4. Для детей дошкольного возраста с ЗПР является характерным более низкий уровень сформированности гибкости.

5. Для детей дошкольного возраста с ЗПР является закономерным нарушение в сформированности всех проявлений координационных способностей. Педагоги констатируют более низкий уровень способности:

- к согласованию двигательных действий;
- к ориентировке в пространстве;
- к мелкомоторной организации двигательных действий;
- к дифференцировке мышечных усилий;
- к удержанию равновесия; - к ритмичности двигательных действий.

1.2. Планируемые результаты освоения Программы

1.2.1. Целевые ориентиры в дошкольном возрасте

Целевые ориентиры образования детей старшего дошкольного возраста с ЗПР- это социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ЗПР на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Физическое развитие. Осваивает все основные движения, хотя их техническая сторона требует совершенствования. Практически ориентируется и перемещается в пространстве. Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре (воспитателя). Принимает активное участие в подвижных играх с правилами. Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором «Лего», крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.

1.2.2. Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы

Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования детьми с ЗПР (к 7-8 годам)¹

Физическое развитие

¹Приведены целевые ориентиры, соответствующие оптимальному уровню, достижение которого возможно в результате длительной целенаправленной коррекции недостатков в развитии.

- у ребенка развита крупная и мелкая моторика; движения рук достаточно координированы; рука подготовлена к письму;
- подвижен, владеет основными движениями, их техникой;
- может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений;
- обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и др.);
- развита способность к пространственной организации движений; слухозрительно-моторной координации и чувству ритма;
- проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

1.2.3. Планируемые результаты освоения Программы по ОО «Физическое развитие» для детей с ЗПР

5-6 лет	<p><u>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Имеют представление об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. • Имеют элементарные представления о составляющих ЗОЖ (правильное питание, движение, сон...) и факторах, разрушающих здоровье. • Знают о значении для здоровья человека утренней гимнастики, физических упражнений, закаливания организма, соблюдения режима дня, необходимости соблюдения правил гигиены в повседневной жизни. • Имеют элементарные представления о зависимости здоровья от правильного питания. • Начинают проявлять умение заботиться о своем здоровье. • Имеют элементарные представления об олимпийском движении. <p><u>Физическая культура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Умеют ходить и бегать легко, ритмично, сохраняя правильную осанку, направление и темп. • Умеют лазать по гимнастической стенке (высота 2,5 м) с изменением темпа • Могут прыгать на мягкое покрытие прыгать в обозначенное место с высоты 30 см, прыгать в длину с места, с разбега, в высоту с разбега, прыгать через короткую и длинную скакалку • Умеют метать предметы сочетать замах с броском, бросать мяч вверх, о землю и ловить его одной рукой, отбивать мяч на месте, в ходьбе. • Выполняют упражнения на статическое и динамическое равновесие. • Умеют перестраиваться в колонну по трое, четверо; равняться, размыкаться в колонне, шеренге; выполнять повороты направо, налево, кругом. • Умеют кататься на самокате. • Участвуют в упражнениях с элементами спортивных игр: городки, бадминтон, футбол.
6-7 лет	<p><u>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Знают о пользе рационального питания.

	<ul style="list-style-type: none"> • Знают о значении двигательной активности в жизни человека • Знают о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур. • Знают о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье. <p><u>Физическая культура</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполняют физические упражнения из разных исходных положений четко и ритмично, в заданном темпе, под музыку, по словесной инструкции • Следят за правильной осанкой. • Соблюдают заданный темп в ходьбе и беге. • Сочетают разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и в высоту с разбега. • Умеют перелазить с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали. • Умеют перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне шеренге, кругу. • Самостоятельно организуют подвижные игры, придумывает собственные игры, комбинирует движения. • Имеют интерес к спортивным играм и упражнениям -городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол.
--	---

1.3. Система оценки результатов освоения Программы

Программой предусмотрена система оценки обучающихся, основанной на методе наблюдения. Результаты наблюдений отражаются в «Карте индивидуального развития» (далее – Карта), где так же указываются рекомендации по выстраиванию индивидуальной траектории развития каждого ребенка по ОО «Физическое развитие». Оценка результатов освоения программы проводится инструктором по физической культуре, ежегодно в начале и в конце учебного года (1-2 неделя сентября и 3-4 неделя мая, 10-14 дней).

Карты хранятся на бумажном и (или) электронном носителе в течение всего времени пребывания ребёнка в ДОО, при переходе ребенка в другое ДОО карта передается вместе с ребенком.

2.Содержательный раздел

Образовательная деятельность по ОО «Физическое развитие» строится в соответствии с используемых в ДОУ методических пособий, рекомендованных к использованию в качестве программно-методического обеспечения Основной образовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.– 4-е изд., перераб. - М.: Мозаика - Синтез, 2019 г.

2.1. Описание образовательной деятельности по «ОО Физическое развитие»

Физическое развитие	Включает приобретение опыта в такой деятельности детей как двигательная, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.). Коррекцию общей и мелкой моторики.
---------------------	--

2.2. Содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие»

Основные цели и задачи

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

Формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни.

Физическая культура. Сохранение, укрепление и охрана здоровья детей; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления.

Обеспечение гармоничного физического развития, совершенствование умений и навыков в основных видах движений, воспитание красоты, грациозности, выразительности движений, формирование правильной осанки.

Формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности. Развитие инициативы, самостоятельности и творчества в двигательной активности, способности к самоконтролю, самооценке при выполнении движений.

Развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности; интереса и любви к спорту.

Содержание психолого-педагогической работы

Дети от 5 до 6 лет

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

Расширять представления об особенностях функционирования и целостности человеческого организма. Акцентировать внимание детей на особенностях их организма и здоровья («Мне нельзя есть апельсины — у меня аллергия», «Мне нужно носить очки»).

Расширять представления о составляющих (важных компонентах) здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья) и факторах, разрушающих здоровье.

Формировать представления о зависимости здоровья человека от правильного питания; умения определять качество продуктов, основываясь на сенсорных ощущениях.

Расширять представления о роли гигиены и режима дня для здоровья человека.

Формировать представления о правилах ухода за больным (заботиться о нем, не шуметь, выполнять его просьбы и поручения). Воспитывать сочувствие к болеющим. Формировать умение характеризовать свое самочувствие.

Знакомить детей с возможностями здорового человека.

Формировать у детей потребность в здоровом образе жизни. Прививать интерес к физической культуре и спорту и желание заниматься физкультурой и спортом.

Знакомить с доступными сведениями из истории олимпийского движения.

Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.

Физическая культура:

Продолжать формировать правильную осанку; умение осознанно выполнять движения.

Совершенствовать двигательные умения и навыки детей.

Развивать быстроту, силу, выносливость, гибкость.

Закреплять умение легко ходить и бегать, энергично отталкиваясь от опоры.

Учить бегать наперегонки, с преодолением препятствий.

Учить лазать по гимнастической стенке, меняя темп.

Учить прыгать в длину, в высоту с разбега, правильно разбегаться, отталкиваться и приземляться в зависимости от вида прыжка, прыгать на мягкое покрытие через длинную скакалку, сохранять равновесие при приземлении.

Учить сочетать замах с броском при метании, подбрасывать и ловить мяч одной рукой, отбивать его правой и левой рукой на месте и вести при ходьбе.

Учить ходить на лыжах скользящим шагом, подниматься на склон, спускаться с горы, кататься на двухколесном велосипеде, кататься на самокате, отталкиваясь одной ногой (правой и левой). Учить ориентироваться в пространстве.

Учить элементам спортивных игр, играм с элементами соревнования, играм-эстафетам.

Приучать помогать взрослым готовить физкультурный инвентарь к занятиям физическими упражнениями, убирать его на место.

Поддерживать интерес детей к различным видам спорта, сообщать им некоторые сведения о событиях спортивной жизни страны.

Подвижные игры. Продолжать учить детей самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры, проявляя инициативу и творчество.

Воспитывать у детей стремление участвовать в играх с элементами соревнования, играх-эстафетах.

Учить спортивным играм и упражнениям

Коррекционные упражнения Формы оздоровления детей 4-7 лет. Кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы зарядок.

Дети от 6 до 7 (8) лет

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни:

Расширять представления детей о рациональном питании (объем пищи, последовательность ее приема, разнообразие в питании, питьевой режим).

Формировать представления о значении двигательной активности в жизни человека; умения использовать специальные физические упражнения для укрепления своих органов и систем.

Формировать представления об активном отдыхе.

Расширять представления о правилах и видах закаливания, о пользе закаливающих процедур.

Расширять представления о роли солнечного света, воздуха и воды в жизни человека и их влиянии на здоровье

Физическая культура:

Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности.

Воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах деятельности.

Совершенствовать технику основных движений, добиваясь естественности, легкости, точности, выразительности их выполнения.

Закреплять умение соблюдать заданный темп в ходьбе и беге.

Учить сочетать разбег с отталкиванием в прыжках на мягкое покрытие, в длину и высоту с разбега.

Добиваться активного движения кисти руки при броске.

Учить перелезать с пролета на пролет гимнастической стенки по диагонали.

Учить быстро перестраиваться на месте и во время движения, равняться в колонне, шеренге, кругу; выполнять упражнения ритмично, в указанном воспитателем темпе.

Развивать психофизические качества: силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость.

Продолжать упражнять детей в статическом и динамическом равновесии, развивать координацию движений и ориентировку в пространстве.

Закреплять навыки выполнения спортивных упражнений.

Учить самостоятельно следить за состоянием физкультурного инвентаря, спортивной формы, активно участвовать в уходе за ними.

Обеспечивать разностороннее развитие личности ребенка: воспитывать выдержку, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, творчество, фантазию.

Продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, придумывать собственные игры, варианты игр, комбинировать движения.

Поддерживать интерес к физической культуре и спорту, отдельным достижениям в области спорта.

Подвижные игры. Учить детей использовать разнообразные подвижные игры (в том числе игры с элементами соревнования), способствующие развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве; самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей.

Учить придумывать варианты игр, комбинировать движения, проявляя творческие способности.

Развивать интерес к спортивным играм и упражнениям (городки, бадминтон, баскетбол, настольный теннис, хоккей, футбол).

Коррекционные упражнения Формы оздоровления детей 4-7 лет. Кинезиологическая и дыхательная гимнастики, комплексы зарядок.

Методическое обеспечение образовательной области «Физическое развитие»

Возраст	Программы	Технологии
5-6 лет	«Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией <i>Н.Е.Вераксы,</i>	Физическая культура Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплекс упражнений . Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2015 Борисова М.М.. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозайка-Синтез, 2015.

	<i>Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.</i> – 4-е изд., перераб. - М.: Мозаика - Синтез, 2019 г.	Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Авт-сост. Э.Я.Степаненкова. – М.: Мозаика-Синтез, 2018 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. -М.: Мозаика-Синтез 2018. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. Под ред. Е.М.Мастюковой. М., Аркти, 2002. Игры для развития мелкой моторики рук с использованием нетрадиционного оборудования. Авт-сост. О.А.Зажигина.- С-Пб, Детство пресс, 2018.
6-7 лет (8)	«Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией <i>Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.</i> – 4-е изд., перераб. - М.: Мозаика - Синтез, 2019 г.	Физическая культура Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплекс упражнений . Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2015 Борисова М.М.. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика-Синтез, 2015. Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Авт-сост. Э.Я.Степаненкова. – М.: Мозаика-Синтез, 2018 Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа -М.: Мозаика-Синтез 2017. Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. Под ред. Е.М.Мастюковой. М., Аркти, 2002. Игры для развития мелкой моторики рук с использованием нетрадиционного оборудования. Авт-сост. О.А.Зажигина.- С-Пб, Детство пресс, 2018.

2.3. Содержание образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» с учетом используемых методических пособий

ОО «Физическое развитие».Физическая культура

5-6 лет	Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. – М.: МОЗАИКА_СИНТЕЗ, 2015		
Сентябрь	Занятие 1	1	15
	Занятие 2	2	17
	Занятие 3	3	17
	Занятие 4	4	19
	Занятие 5	5	20

	Занятие 6	6	20
	Занятие 7	7	21
	Занятие 8	8	23
	Занятие 9	9	24
	Занятие 10	10	24
	Занятие 11	11	26
	Занятие 12	12	26
Октябрь	Занятие 13	13	28
	Занятие 14	14	29
	Занятие 15	15	29
	Занятие 16	16	30
	Занятие 17	17	32
	Занятие 18	18	32
	Занятие 19	19	33
	Занятие 20	20	34
	Занятие 21	21	35
	Занятие 22	22	35
	Занятие 23	23	37
	Занятие 24	24	37
Ноябрь	Занятие 25	25	39
	Занятие 26	26	41
	Занятие 27	27	41
	Занятие 28	28	42
	Занятие 29	29	43
	Занятие 30	30	43
	Занятие 31	31	44
	Занятие 32	32	45
	Занятие 33	33	45
	Занятие 34	34	46
	Занятие 35	35	47
	Занятие 36	36	47
Декабрь	Занятие 1	37	48
	Занятие 2	38	49
	Занятие 3	39	50
	Занятие 4	40	51
	Занятие 5	41	52
	Занятие 6	42	52
	Занятие 7	43	53
	Занятие 8	44	54
	Занятие 9	45	54
	Занятие 10	46	55
	Занятие 11	47	57
	Занятие 12	48	57
Январь	Занятие 13	49	59
	Занятие 14	50	60
	Занятие 15	51	61
	Занятие 16	52	61
	Занятие 17	53	63
	Занятие 18	54	63
	Занятие 19	55	63

	Занятие 20	56	64
	Занятие 21	57	65
	Занятие 22	58	65
	Занятие 23	59	66
	Занятие 24	60	66
Февраль	Занятие 25	61	68
	Занятие 26	62	69
	Занятие 27	63	69
	Занятие 28	64	70
	Занятие 29	65	71
	Занятие 30	66	71
	Занятие 31	67	71
	Занятие 32	68	72
	Занятие 33	69	73
	Занятие 34	70	73
	Занятие 35	71	74
	Занятие 36	72	75
Март	Занятие 1	73	76
	Занятие 2	74	77
	Занятие 3	75	78
	Занятие 4	76	79
	Занятие 5	77	80
	Занятие 6	78	80
	Занятие 7	79	81
	Занятие 8	80	82
	Занятие 9	81	83
	Занятие 10	82	83
	Занятие 11	83	84
	Занятие 12	84	85
Апрель	Занятие 13	85	86
	Занятие 14	86	87
	Занятие 15	87	87
	Занятие 16	88	88
	Занятие 17	89	89
	Занятие 18	90	89
	Занятие 19	91	89
	Занятие 20	92	91
	Занятие 21	93	91
	Занятие 22	94	91
	Занятие 23	95	93
	Занятие 24	96	93
Май	Занятие 25	97	94
	Занятие 26	98	95
	Занятие 27	99	96
	Занятие 28	100	96
	Занятие 29	101	97
	Занятие 30	102	97
	Занятие 31	103	98
	Занятие 32	104	99
	Занятие 33	105	99

	Занятие 34	106	100
	Занятие 35	107	101
	Занятие 36	108	101
Итого		108	
6-7 лет	Л.И. Пензулаева. Физическая культура в детском саду: Подготовительная к школе группа. – М.: МОЗАИКА СИНТЕЗ, 2014		
Сентябрь	Занятие 1	1	9
	Занятие 2	2	10
	Занятие 3	3	11
	Занятие 4	4	11
	Занятие 5	5	13
	Занятие 6	6	14
	Занятие 7	7	15
	Занятие 8	8	16
	Занятие 9	9	16
	Занятие 10	10	16
	Занятие 11	11	18
	Занятие 12	12	18
Октябрь	Занятие 13	13	20
	Занятие 14	14	21
	Занятие 15	15	22
	Занятие 16	16	22
	Занятие 17	17	23
	Занятие 18	18	24
	Занятие 19	19	24
	Занятие 20	20	26
	Занятие 21	21	26
	Занятие 22	22	27
	Занятие 23	23	28
	Занятие 24	24	28
Ноябрь	Занятие 25	25	29
	Занятие 26	26	32
	Занятие 27	27	32
	Занятие 28	28	32
	Занятие 29	29	34
	Занятие 30	30	34
	Занятие 31	31	34
	Занятие 32	32	36
	Занятие 33	33	36
	Занятие 34	34	37
	Занятие 35	35	38
	Занятие 36	36	39
Декабрь	Занятие 1	37	40
	Занятие 2	38	41
	Занятие 3	39	41
	Занятие 4	40	42
	Занятие 5	41	43
	Занятие 6	42	43
	Занятие 7	43	45
	Занятие 8	44	46

	Занятие 9	45	46
	Занятие 10	46	47
	Занятие 11	47	48
	Занятие 12	48	48
Январь	Занятие 13	49	49
	Занятие 14	50	51
	Занятие 15	51	51
	Занятие 16	52	52
	Занятие 17	53	53
	Занятие 18	54	54
	Занятие 19	55	54
	Занятие 20	56	56
	Занятие 21	57	56
	Занятие 22	58	57
	Занятие 23	59	58
	Занятие 24	60	58
Февраль	Занятие 25	61	59
	Занятие 26	62	60
	Занятие 27	63	60
	Занятие 28	64	61
	Занятие 29	65	62
	Занятие 30	66	62
	Занятие 31	67	63
	Занятие 32	68	64
	Занятие 33	69	64
	Занятие 34	70	65
	Занятие 35	71	66
	Занятие 36	72	66
Март	Занятие 1	73	72
	Занятие 2	74	73
	Занятие 3	75	73
	Занятие 4	76	74
	Занятие 5	77	75
	Занятие 6	78	75
	Занятие 7	79	76
	Занятие 8	80	78
	Занятие 9	81	78
	Занятие 10	82	79
	Занятие 11	83	80
	Занятие 12	84	80
Апрель	Занятие 13	85	81
	Занятие 14	86	82
	Занятие 15	87	82
	Занятие 16	88	83
	Занятие 17	89	84
	Занятие 18	90	84
	Занятие 19	91	84
	Занятие 20	92	86
	Занятие 21	93	86
	Занятие 22	94	87

	Занятие 23	95	88
	Занятие 24	96	88
Май	Занятие 25	97	88
	Занятие 26	98	89
	Занятие 27	99	90
	Занятие 28	100	90
	Занятие 29	101	91
	Занятие 30	102	92
	Занятие 31	103	92
	Занятие 32	104	93
	Занятие 33	105	93
	Занятие 34	106	95
	Занятие 35	107	96
	Занятие 36	108	96
Итого		108	

Содержание образовательной деятельности при планировании совместной и самостоятельной деятельности детей

5-7 лет	«Малоподвижные игры и игровые упражнения» Борисова М. М. Москва., Мозаика - синтез, 2015г
5-7 лет	«Оздоровительная гимнастика». Пензулаева Л. И. Москва., Мозаика - синтез, 2015г
5-7 лет	«Сборник подвижных игр» Степаненкова Э. Я. Москва., Мозаика - синтез, 2015г

2.4. Описание вариативных форм, способов, методов и средств реализации Программы

Возраст	Форма	Способы	Методы	Средства
Возраст от 5 до 6 лет	ООД по ОО Физическое развитие. (в помещении и на воздухе) Совместная деятельность педагога с детьми Самостоятельная деятельность, предполагающая общение со сверстниками.	Групповая. Подгрупповая Индивидуальная	<i>Словесные:</i> -беседы о здоровом образе жизни, по вопросам здоровья и физического развития - общение на темы здоровья и физического развития - сочинение историй, рассказов о здоровом образе жизни - вопросы к детям (познавательные, уточняющие и др.) -словесная инструкция -командные установки <i>Наглядные:</i> - рассматривание картинок, иллюстраций о ЗОЖ, физических нагрузках	Физическое развитие • спортивное оборудование (для ходьбы, бега, равновесия, ловли, ползания, лазания, прыжков, общеразвивающих упражнений, шведские лестницы и др.); • маты, мягкие модули; • атрибутика к подвижным, народным и спортивным играм и пр. • спортплощадка Формирование представлений о ЗОЖ

			<p>-просмотр презентаций, мультфильмов</p> <p>-работа со схемами, таблицами , - моделирование</p> <p><i>Практические:</i></p> <p>-упражнения (дыхательные, общеразвивающие, со спортивным инвентарем и др.)</p> <p>-физкультминутки</p> <p>- показ и подражательные движения</p> <p>-показ образца физических упражнений, элемента упражнения .</p> <p>- выполнение ОВД</p> <p>-совместные действия воспитателя и ребенка</p> <p>-пальчиковая гимнастика</p> <p>-хождение босиком по массажным дорожкам после сна</p> <p>- спортивные развлечения и досуги</p> <p>- самостоятельная деятельность детей в спортивно-физкультурных уголках и на прогулке по закреплению основных движений.</p> <p><i>Игровые:</i></p> <p>-настольно-печатные, дидактические игры по ОБЖ</p> <p>-подвижные, хороводные , спортивные игры.</p> <p>- игры и упражнения на спортивной площадке</p>	<ul style="list-style-type: none"> • настольно-печатные игры «Виды спорта» • алгоритмы для запоминания последовательности культурно-гигиенических навыков; • иллюстрированный материал, картины, плакаты, модели, макеты по формированию ЗОЖ; • настольные игры соответствующей тематики; • художественная литература, видеофильмы, - мультимедийные презентации по формированию у детей здорового образа жизни и пр.
<p>Возраст от 6 до 7 (8) лет</p>	<p>ООД по ОО</p> <p>Физическое развитие. (в помещении и на воздухе)</p> <p>Совместная деятельность педагога с</p>	<p>Групповая. Подгрупповая Индивидуальная</p>	<p><i>Словесные:</i></p> <p>-беседы о здоровом образе жизни, по вопросам здоровья и физического развития</p> <p>- свободное общение на темы здоровья и физического развития</p> <p>- сочинение историй, рассказов о здоровом</p>	<p>Физическое развитие</p> <ul style="list-style-type: none"> • спортивное оборудование (для ходьбы , бега, равновесия, ловли, ползания, лазания, прыжков, общеразвивающих упражнений, шведские лестницы и

	<p>детьми</p> <p>Самостоятельная деятельность, предполагающая общение со сверстниками.</p>		<p>образе жизни</p> <p>- вопросы к детям (познавательные, уточняющие и др.)</p> <p>-словесная инструкция</p> <p>-командные установки</p> <p><i>Наглядные:</i></p> <p>- рассматривание картинок, иллюстраций о ЗОЖ, физических нагрузках</p> <p>-просмотр презентаций, мультфильмов</p> <p>-работа со схемами, таблицами</p> <p>- моделирование</p> <p><i>Практические:</i></p> <p>-упражнения (дыхательные, общеразвивающие, со спортивным инвентарем и др.)</p> <p>-физкультминутки</p> <p>- показ и подражательные движения</p> <p>-показ образца физических упражнений, элемента упражнения .</p> <p>- выполнение ОВД</p> <p>-совместные действия воспитателя и ребенка</p> <p>-пальчиковая гимнастика</p> <p>-хождение босиком по массажным дорожкам после сна</p> <p>- спортивные развлечения и досуги</p> <p>- самостоятельная деятельность детей в спортивно-физкультурных уголках и на прогулке по закреплению основных движений.</p> <p><i>Игровые:</i></p> <p>-настольно-печатные, дидактические игры по ОБЖ</p> <p>-подвижные, хороводные, спортивные игры.</p>	<p>др.);</p> <ul style="list-style-type: none"> • маты, мягкие модули; • атрибутика к подвижным, народным и спортивным играм и пр. • спортплощадка <p>Формирование представлений о ЗОЖ</p> <ul style="list-style-type: none"> • настольно-печатные игры «Виды спорта» • алгоритмы для запоминания последовательности культурно-гигиенических навыков; • иллюстрированный материал, картины, плакаты, модели, макеты по формированию ЗОЖ; • настольные игры соответствующей тематики; • художественная литература, видеофильмы, - мультимедийные презентации по формированию у детей здорового образа жизни и пр. • мультстудия
--	--	--	--	---

			- игры и упражнения на спортивной площадке - Создание мультипликационных и анимационных фильмов на физкультурно-оздоровительную тематику.	
--	--	--	--	--

2.5. Особенности образовательной деятельности разных видов культурных практик

Программой предусмотрена организация разнообразных культурных практик, ориентированных на проявление детьми самостоятельности и творчества в разных видах деятельности, в том числе и физической. Решение программных образовательных задач предусматривается не только в рамках организованной образовательной деятельности, но и в ходе режимных моментов, прогулки, совместной и самостоятельной деятельности дошкольников, осуществляемую в 1 и 2 половину дня.

Образовательная деятельность инструктора по физической культуре с детьми с ЗПР, осуществляемая в утренний отрезок времени включает:

- индивидуальные игры и игры с небольшими подгруппами детей (подвижные и пр.);
- беседы и разговоры с детьми на темы физического развития, ЗОЖ, а т.ж. по их интересам;
- рассматривание дидактических картинок, иллюстраций, просмотр видеоматериалов разнообразного содержания на тему физической культуры и физического развития;
- индивидуальную работу с детьми в соответствии с задачами ОО «Физическое развитие»;
- работу по воспитанию у детей культуры здоровья.

Образовательная деятельность по физической культуре с детьми, осуществляемая во время прогулки включает:

- подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей.

В 1 и 2 половине дня организуется разные виды двигательной деятельности, направленные на формирование потребности у детей с ЗПР в ежедневной двигательной активности, развитие инициативы, самостоятельности, творчества, способности к самоконтролю, самооценки при выполнении движений.

2.6. Способы и направления поддержки детской инициативы

Поддержка индивидуальности и инициативы воспитанников с ЗПР ДОУ инструктором по физической культуре осуществляется через:

- создание условий для свободного выбора детьми двигательной деятельности, участников совместной деятельности;
- недирективную помощь детям, поддержку детской инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности, в том числе и двигательной.

Обеспечение эмоционального благополучия ребенка достигается за счет уважения к его индивидуальности, чуткости к его эмоциональному состоянию, поддержки его чувства собственного достоинства.

Развитие самостоятельности включает две стороны: адаптивную (умение понимать существующие социальные нормы и действовать в соответствии с ними) и активную (готовность принимать самостоятельные решения).

С целью физического развития:

- ежедневно предоставляют детям возможность активно двигаться;
- обучают детей правилам безопасности;
- создают доброжелательную атмосферу эмоционального принятия, способствующую проявлениям активности всех детей (в том числе и менее активных) в двигательной сфере;
- используют различные методы обучения, помогающие детям с разным уровнем физического развития с удовольствием бегать, лазать, прыгать и пр.

2.7. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями воспитанников с ЗПР

Одним из важнейших условий реализации Программы и обеспечения целостного развития личности ребенка является конструктивное взаимодействие инструктора по физической культуре с семьями воспитанников с ЗПР.

Развитие физической культуры – одно из приоритетных направлений современной государственной политики, нацеленной на укрепление и здоровье детей. Формирование у ребёнка с ЗПР потребности в движении в значительной степени зависит от особенностей жизни и воспитания, возможности окружающих его взрослых создать благоприятные условия для физического развития.

Примерный план мероприятий инструктора по физической культуре с родителями (законными представителями)

Цель: знакомить родителей (законных представителей) с формами физкультурно-оздоровительной работы с нетрадиционными физкультурно-оздоровительными технологиями, привлекать родителей к совместным творческим проектам, направленным на пропаганду здорового образа жизни, формировать ответственность за сохранность здоровья детей с ЗПР.

Задачи взаимодействия с семьёй:

- помочь в формировании семейной ценности: желание вести здоровый образ жизни детей и родителей;
- повышать роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей с ЗПР;
- способствовать развитию творческой инициативы родителей в формировании у детей с ЗПР устойчивого интереса к физической культуре;
- формировать общественное мнение о значимости физической культуры в ДОУ и семье.

Месяц	Содержание работы
Сентябрь	Знакомство с планом работы по ОО «Физическое развитие» на групповых собраниях.
Октябрь	Консультация. «Как заинтересовать ребёнка с ЗПР занятиями физкультурой».
Ноябрь	Консультация «Гимнастика и зарядка дома».
Декабрь	Консультация. «Подвижные игры с детьми с ЗПР в семье».
Январь	Оформление стенда «Зимние забавы» (подвижные игры и упражнения для детей с ЗПР на прогулке зимой).
Февраль	Лекция «Значение физического воспитания для правильного развития детей с ЗПР». Совместные спортивные развлечения, посвящённые Дню Защитника

	Отечества «Армейский десант»
Март	Консультация. «Как провести выходной день с пользой».
Апрель	Фотовыставка. «Вот так мы спортом занимаемся!» Консультация «Профилактика плоскостопия».
Май	Участие в итоговом общем родительском собрании, подведение итогов физкультурной работы

2.8. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ в работе с детьми дошкольного возраста с ЗПР

Основными задачами педагогического взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ являются:

- создание единого физкультурно-оздоровительного пространства в ДОУ;
- оборудование предметной пространственно-развивающей среды, стимулирующей физическое развитие ребёнка;
- повышение уровня подготовки педагогов, по вопросам физического развития и оздоровления детей с ЗПР; пропаганда педагогических знаний;
- объединение усилий педагогов, родителей (законных представителей) в вопросах воспитания, развития, образования дошкольников с ЗПР.

Инструктор по физической культуре играет ведущую роль при организации работы пообразовательной области «Физическое развитие». Он помогает педагогам выбирать адекватные методы и приемы работы с детьми с ЗПР с учетом содержания педагогической работы по образовательной области, индивидуальных особенностей и возможностей каждого ребенка. Основное взаимодействие в работе с детьми инструктор по физической культуре осуществляет с воспитателями групп.

В ходе взаимодействия с педагогами ДОУ специалист использует разные формы сотрудничества (консультации, круглые столы, беседы, дискуссии, семинары и др.) на разнообразную тематику. Организация системы взаимодействия педагогов осуществляется так же через участие всех специалистов и воспитателей групп в Педагогическом совете, а так же в ППк ДОУ.

Примерный план мероприятий инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ

Месяц	Содержание работы
Сентябрь	Круглый стол. Знакомство с планом работы по ОО «Физическое развитие» на уч.год.
Октябрь	Консультация. «Как заинтересовать ребёнка с ЗПР занятиями физкультурой».
Ноябрь	Семинар «Гимнастика утренняя в детском саду и не только...».
Декабрь	Тренинг «Подвижные игры с детьми дошкольного возраста с ЗПР».
Январь	Семинар «Зимние забавы» (подвижные игры и упражнения для детей на прогулке зимой).
Февраль	Презентация «Спорт и физическое развитие».
Март	Тренинг «Развитие мелкой моторики у дошкольников с ЗПР».
Апрель	Консультация «Профилактика плоскостопия».

Май	Участие в итоговом Педсовете, подведение итогов физкультурной работы
------------	--

2.9. Иные характеристики содержания Программы

2.9.1. Особенности взаимодействия детского сада с социумом

В реализации Программы инструктор по физической культуре ДОО активно взаимодействует с разными учреждениями социально-педагогической среды по работе с детьми дошкольного возраста. Взаимодействие с социально-педагогической средой осуществляется целенаправленно, в системе руководящими и педагогическими работниками Учреждения.

Подробно система взаимодействия ДОО с разными учреждениями социально-педагогической среды по работе с детьми дошкольного возраста с ЗПР, их физическому развитию подробно прописана в Годовом плане работы ДОО на 2022-2023 уч.год.

3. Организационный раздел

3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие ребенка

Программа предполагает создание следующих психолого-педагогических условий, обеспечивающих развитие ребенка с ЗПР в соответствии с его возрастными и психофизиологическими особенностями и интересами:

- Личностно-порождающее взаимодействие инструктора по физ.культуре с детьми с ЗПР, предполагающее создание таких ситуаций, в которых каждому ребенку предоставляется возможность выбора физ.деятельности, партнера и пр.; обеспечивается опора на его личный опыт при освоении новых знаний и жизненных навыков.
- Формирование игры как важнейшего фактора развития ребенка.
- Создание развивающей предметно-пространственной среды, способствующей физическому развитию ребенка с ЗПР и сохранению его индивидуальности.
- Ориентированность педагогической оценки на относительные показатели детской успешности, то есть сравнение нынешних и предыдущих достижений ребенка, стимулирование самооценки.
- Участие семьи, как необходимое условие для полноценного развития ребенка дошкольного возраста с ЗПР.
- Профессиональное развитие педагога, направленное на развитие профессиональных компетентностей, в том числе коммуникативной компетентности и мастерства мотивирования ребенка, а также владения правилами безопасного пользования Интернетом, предполагающее создание сетевого взаимодействия педагогов и управленцев, работающих по Программе.

3.2. Кадровые условия

Инструктор по физической культуре ДОУ имеет педагогическое образование, первую квалификационную категорию, стаж педагогической деятельности 4 года. Своевременно проходит курсы повышения квалификации.

3.3. Описание материально-технического обеспечения Программы

Для организации физического развития в ДОУ имеются спортивный зал, спортивная площадка. Спортивный зал оснащён необходимым спортивным оборудованием и инвентарем, материалом для подвижных и спортивных игр. Всё оборудование соответствует установленным международным стандартам качества, сертифицирован и безопасен для детей.

В учреждении созданы комфортные условия для плодотворной творческой работы сотрудников – методический кабинет, оснащенный современным оборудованием для осуществления образовательной деятельности: программно-методическими, учебно-наглядными пособиями, техническими средствами обучения, дидактическими и развивающими играми и игрушками, детской художественной литературой.

Для продуктивной и творческой деятельности педагога и детей в педагогическом процессе задействованы следующие технические средства обучения: музыкальный центр, беспроводная мобильная колонка с 2 микрофонами, ноутбук, мультимедийная панель; мультстудия; Электронная почта e-mail: detsad19@mail.ru; Сайт ДОУ: ds19bor.ru

3.4. Обеспеченность методическими материалами

<p>Физическое развитие</p> <ul style="list-style-type: none"> • содействовать охране и укреплению здоровья детей, формировать правильную осанку, гармоничное телосложение; • приучать детей сознательно относиться к собственному здоровью, знакомить их с доступными способами его укрепления; • способствовать повышению уровня двигательных действий: освоению техники движений и их координации; направленности на результат при выполнении физических упражнений, выполнении правил подвижных игр. 	<p>Основная образовательная программа дошкольного образования «От рождения до школы» под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой.– 4-е изд., перераб. - М.: Мозаика - Синтез, 2019 г.</p>	<p>Формирование начальных представлений о ЗОЖ. Физическая культура.</p> <p>Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика. Комплекс упражнений . Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозаика – Синтез, 2015</p> <p>Борисова М.М.. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. – М.: Мозайка-Синтез, 2015.</p> <p>Сборник подвижных игр. Для занятий с детьми 2-7 лет. Авт-сост. Э.Я.Степаненкова. – М.: Мозайка-Синтез, 2018</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Старшая группа. -М.: Мозаика-Синтез 2018.</p> <p>Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду: Подготовительная группа -М.: Мозаика-Синтез 2017.</p> <p>Коррекционно-педагогическая работа по физическому воспитанию дошкольников с задержкой психического развития: Пособие для практических работников дошкольных образовательных учреждений. Под ред. Е.М.Мастюковой. М., Аркти, 2002.</p> <p>Игры для развития мелкой моторики рук с использованием нетрадиционного оборудования. Авт-сост. О.А.Зажигина.- С-Пб, Детство пресс, 2018.</p>
---	--	---

3.5. Организация жизни и деятельности воспитанников

Непременным условием здорового образа жизни и успешного развития детей является правильный режим. Инструктор по физической культуре строит образовательный процесс с детьми в ДОУ в соответствии с:

- режимом дня;
- расписанием организованной образовательной деятельности;
- режимом двигательной активности и системой физкультурно-оздоровительных мероприятий.

3.5.1. Организация режима двигательной активности

Формы работы	Виды мероприятий	5-6 лет	6-7 лет
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня		2 раза в нед. 25 мин	2 раза в нед. 30 мин
	На улице	1 раз в нед. 25 мин	1 раз в нед. 30 мин
	Утренняя гимнастика	Ежедневно 10 мин	Ежедневно 10мин
	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25-30 мин	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30-40 мин
	Физкультминутки, физкультпаузы (в середине статической ООД)	3-5 мин ежедневно в зависимости от содержания ООД	3-5 мин ежедневно в зависимости от содержания ООД
	Индивидуальная работа по развитию движений	12 мин ежедневно	15 мин ежедневно
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц 30-40 мин	1 раз в месяц 40 мин
	Физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин	2 раза в год до 60 мин
	День здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно

3.5.2. Система физкультурно-оздоровительных мероприятий

Содержание	Периодичность	Ответственный
Разнообразные виды организации режима двигательной активности ребенка		
Утренняя гимнастика	Ежедневно	Воспитатель Инструктор по физической культуре
Физическое развитие (ООД в зале и на воздухе)	В соответствии с расписанием ООД	Воспитатель Инструктор по физической культуре
Физкультминутки, физкультпаузы	Ежедневно	Воспитатель
Подвижные и спортивные игры, упражнения на прогулке и во время приема	Ежедневно	Воспитатель Инструктор по физической культуре
Гимнастика после сна	Ежедневно	Воспитатель
Физкультурные досуги	1 раз в месяц	Воспитатель Инструктор по

		физической культуре
Физкультурные праздники	2 раза в год	Воспитатель Инструктор по физической культуре
Дни здоровья	1 раз в квартал	Воспитатель Инструктор по физической культуре
Самостоятельное использование физкультурного и спортивно игрового оборудования	Ежедневно	Воспитатель Инструктор по физической культуре
Профилактические мероприятия		
Дыхательная гимнастика	Ежедневно	Воспитатель
Пальчиковые гимнастики	Ежедневно	Воспитатель
Зрительные гимнастика	Ежедневно	Воспитатель
Артикуляционная гимнастика	Ежедневно	Воспитатель
Подбор оптимальной слоистости одежды в группе	Ежедневно	Воспитатель
Проветривание в течении дня (сквозное и односторонне)	Ежедневно	Воспитатель
Витаминоизация	В течении года	По решению врача
Ароматизация помещения (чесночно-луковые тарелочки)	Октябрь	Медсестра, пом.воспитателя
Общеукрепляющие мероприятия		
Физкультурные игры на свежем воздухе	Ежедневно	Воспитатель Инструктор по физической культуре
Полоскание зева		
Обтирание рук до локтя водой	Ежедневно	Воспитатель
Воздушные ванны	Ежедневно	Воспитатель
Солнечные ванны	в летний период с учетом погодных условий	Воспитатель
Босохождение после сна по массажным и ребристым дорожкам	Ежедневно	Воспитатель
Игры с водой на улице	Июнь-август	Воспитатель
Психологическое сопровождение развития		
Создание психологически комфортного климата	Ежедневно	Воспитатель Педагог-психолог
Создание собственной побудительной мотивации в различных видах деятельности	Ежедневно	Воспитатель Педагог-психолог
Развитие эмоциональной сферы детей с целью профилактики психосоматических мероприятий	Ежедневно	Воспитатель Педагог-психолог

3.6. Организация организованной образовательной деятельности

Организация организованной образовательной деятельности в ДОУ осуществляется в соответствии с расписанием организованной образовательной деятельности, которое ежегодно утверждается приказом заведующего.

Продолжительность организованной образовательной деятельности по ОО «Физическое развитие» в день для детей от 5 до 6-ти лет – не более 25 минут, для детей от 6-ти до 7-ми лет – не более 30 минут в соответствии с годовым календарным учебным графиком.

3.6.1. Календарный учебный график

Содержание	Показатели
Количество возрастных групп компенсирующей направленности для детей с ЗПР	1 (одна)
Режим функционирования группы компенсирующей направленности для детей с ЗПР	7.00 – 17.30 (10,5 часов)
Продолжительность учебного года	с 01.09 по 31.05 (36 недель)
Продолжительность I полугодия учебного года	с 01.09 по 30.12. (17 недель)
Зимние каникулы	с 31.12. по 9.01. (10 дней)
Продолжительность II полугодия учебного года	с 10.01. по 31.05.(19 недель)
Продолжительность учебной недели	5 дней
Продолжительность ООД	25 мин – дети 5-6 лет 30 мин – дети 6 -7 (8) лет
Продолжительность перерыва между периодами ООД	10 минут
Объём недельной образовательной нагрузки	Дети 5-6 лет – 325 мин. Дети 6-7 лет (8) – 450 мин.
Летний оздоровительный период (летние каникулы)	01.06. по 31.08. (13 недель)
Мероприятия, проводимые в рамках образовательного процесса	
Оценка индивидуального развития дошкольников, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе его дальнейшего планирования	
Наименование	Сроки
Мониторинг освоения АООП ДО ЗПР ДОУ, специальная диагностика	1-2 неделя сентября
	3-4 неделя мая
	10-14 дней

3.6.2 Учебный план

ОО «Физическое развитие» ООД Физическая культура

Образовательная область	Базовый вид деятельности	Дети 5-6 лет			Время ООД/объем нагрузки в неделю	Дети 6-7 лет			Время ООД, объем нагрузки в неделю
		в неделю	в месяц	в год		в неделю	в месяц	в год	
Физическая		2	8	72	25/50	2	8	72	30/60

культура в помещении									
Физическая культура на воздухе	1	4	36	25/25	1	4	36	30/30	
Итого	3	12	108	25/75	3	12	108	30/90	
Формирование начальных представлений о ЗОЖ	1 раз в неделю				1 раз в неделю				
Индивидуальная работа с детьми по ОО Физическое развитие	ежедневно				ежедневно				
Утренняя гимнастика	ежедневно				ежедневно				
Комплекс закаливающих процедур	ежедневно				ежедневно				

3.7. Особенности традиционных событий, праздников и мероприятий в ДОУ

Срок	Образовательная область	Группа компенсирующей направленности для детей с ЗПР
Сентябрь	ОО «Познавательное развитие»	День знаний
	Интеграция	Праздник, посвященный Дню дошкольного работника
Октябрь	Интеграция	Праздник «Осень»
	ОО «Физическое развитие»	Спортивный праздник «День здоровья»
Ноябрь	Интеграция	Праздник «День народного единства»
	Интеграция	Праздник «День матери»
Декабрь	ОО «Художественно-эстетическое развитие»	Новогодний утренник
Январь	ОО «Физическое развитие»	Игровая программа «Зимние забавы»
	ОО «Познавательное развитие»	Викторина «Безопасная дорога»
Февраль	Интеграция	Развлечение, посвященное дню защитника отечества
	ОО «Познавательное развитие»	Праздничные гуляния «Широкая масленица»
Март	Интеграция	Праздник 8 марта
Апрель	Интеграция	День космонавтики
Май	Интеграция	Праздник Весны и труда
	Интеграция	Развлечение «День победы»
	Интеграция	Праздник «До свиданья, детский сад» (для детей 6-7 лет)
Июнь	Интеграция	Развлечение «День защиты детей»

	Интеграция	Чтение произведений А.С.Пушкина
Июль	Интеграция	День любви, семьи и верности
	ОО «Физическое развитие»	Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»
	ОО «Физическое развитие»	Спортивный праздник «Летние олимпийские игры»
Август	ОО «Физическое развитие»	Спортивное развлечение, посвященное Дню физкультурника
	Интеграция	День государственного флага РФ

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ДОСУГОВ

месяц	наименование	мероприятие	ответственные	Дата проведения
сентябрь	«День знаний!»	Физкультурный праздник	инструктор по физ. культуре, воспитатели	01.09.2022 г
октябрь	«Путешествие в осенний лес к диким животным».	Спортивное развлечение	инструктор по физ. культуре, воспитатели	03.10.2022 г
ноябрь	«В здоровом теле, здоровый дух!»	Спортивное развлечение	инструктор по физ. культуре, воспитатели	2.11.2022 г.
декабрь	«Зимние игры!»	Физкультурное развлечение	инструктор по физ. культуре, воспитатели, муз. руководитель	5.12.2022 г.

месяц	наименование	мероприятие	ответственные	Дата проведения
январь	«Что нам нравится зимой!»	Спортивное развлечение	инструктор по физ. культуре, воспитатели	16.01.2023 г
февраль	«Парад!»	Спортивное развлечение	инструктор по физ. культуре, воспитатели муз. руководитель	15.02.2023 г
март	«Мой весёлый звонкий мяч!»	Спортивный досуг	инструктор по физ. культуре, воспитатели	15.03.2023 г
апрель	«Малые олимпийские игры!»	Физкультурное развлечение	инструктор по физ. культуре, воспитатели	19.04.2023 г
май	«Весёлые старты!»	Спортивное развлечение	Инструктор по физ. культуре, воспит, муз. руководитель	17.05.2023г

3.8. Особенности организация развивающей предметно-пространственной среды

Основой реализации Программы является развивающая предметно-пространственная среда, необходимая для реализации индивидуального потенциала ребёнка, развития его во всех специфических детских видах деятельности.

Физкультурный зал	Ходьбы, бег, равновесие: Коврик массажный Коврик гимнастический Наклонная скамейка Скамейка гимнастическая Канат Доска ребристая Кирпичики (деревянные) Конусы (ориентиры) Мост деревянный Для прыжков: Обруч малый Обруч большой Батут детский Стойки деревянные Стойки металлические Маты гимнастические Мяч набивной Скакалка Для бросания, ловли, лазания: Кегли Спортивный комплекс Баскетбольное кольцо Мяч резиновый большой Мешочки с песком 150-200-250-300 Дартс Мяч набивной Сухой бассейн Мяч массажный Дуги(40,60,90см) Настенная гимнастическая лестница Тоннель Мишень для метания (деревянная) Мяч для метания Для спортивных игр: Бадминтон Ракетки для тенниса Детский модуль из 9 элементов Экспандер плечевой Велосипед детский 3 колесный Велосипед детский 2 колесный Кубик деревянный Мяч футбольный Игра летающая тарелка Кольцеброс
--------------------------	--

	<p>Бубен Для общеразвивающих упражнений: Палки гимнастические Гантели детские Кубики Корзина для хранения Бубен Коврики для упражнений из положения сидя, лежа Стойка металлическая для скакалок Мяч массажный Мяч резиновый(малый) Мяч резиновый(средний) Мяч резиновый(большой)</p>
<p>Спортивная площадка</p>	<p>Шведская стенка Ворота для футбола Лесенка для Лазания Кольцеброс Кольца для баскетбола Сетка для волейбола Столбики для ходьбы</p>

4.Дополнительный раздел

4.1. Краткая презентация Программы

Рабочая программа - локальный акт образовательного учреждения, разработана инструктором по физической культуре Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада №19 «Земляничка» и предназначена для работы с детьми дошкольного возраста с ЗПР 5-7 лет.

Программа составлена в соответствии с требованиями основных нормативных документов, позволяет построить систему педагогической работы с детьми с ЗПР по ОО «Физическое развитие» на основе активизации разных видов двигательной деятельности воспитанников, полного взаимодействия и преемственности в работе педагогов ДОУ и родителей (законных представителей) дошкольников.

Рабочая программа определяет цель, задачи и принципы деятельности инструктора по физической культуре, примерный результат освоения Программы, оценку результативности освоения Программы и пр.

Рабочая программа освещает содержание и особенности образовательной деятельности с воспитанниками ; формы, способы и методы работы с детьми. В программе представлен подробный перечень праздников и развлечений по ОО «Физическое развитие» на учебный год, в соответствии с особенностями и возрастом воспитанников.

Реализация Программы невозможна без сотрудничества педагога с семьями воспитанников (законными представителями).