

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 136 компенсирующего вида
Выборгского района Санкт-Петербурга**

Принято
на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Утверждено
Заведующий ГБДОУ детский сад № 136
_____ Курчашова Т.А.
приказ № 25/1-од от 31.08.2023 г.

**Рабочая программа по физической культуре
по реализации образовательной программы дошкольного образования,
адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
ГБДОУ детского сада № 136
на 2023 – 2024 учебный год**

ГРУППА РАННЕГО ВОЗРАСТА № 4

Составитель:
**Инструктор по физической культуре
Урваева Мария Александровна
Хрусталева Нина Сергеевна**

Санкт-Петербург
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы.....	4
1.3. Задачи физического воспитания в ГБДОУ.....	5
1.4. Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей среднего дошкольного возраста(1.5 -3 лет).....	6
1.5. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы по физическому развитию.....	7

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Содержание образовательной работы с детьми.....	9
2.2. Интеграция образовательной области «Физическая культура» с образовательными областями.....	10
2.3. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы по физическому развитию воспитанников	11
2.4. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.....	11

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.1. Структура реализации образовательной деятельности.....	14
3.2. Принципы организации занятий.....	14
3.3. Методы и приемы обучения.....	15
3.4. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию).....	15
3.5. Создание развивающей предметно - пространственной среды	16
3.6. Методическое обеспечение образовательной деятельности.....	18

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа – это учебно-методический документ, характеризующий систему организации образовательной деятельности педагога. Программа помогает созданию целостной и четкой системы планирования, организации и управления образовательным процессом для укрепления здоровья и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

Основанием для разработки служит образовательная программа дошкольного образования, адаптированная для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) ГБДОУ детского сада № 136.

Рабочая программа разрабатывается с учетом возможностей образовательного учреждения, педагогических условий.

Цель рабочей программы - реализация содержания образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи) ГБДОУ детского сада № 136, в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (далее – ФГОС ДО) по физическому развитию детей.

Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы):

- Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155);
- Постановление государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (с изменениями).
- 24.11.2022 № 1022 "Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрирован 27.01.2023 № 72149)

Воспитание и обучение производится на русском языке.

В данной рабочей программе представлена модель занятий с детьми с задержкой речевого развития, разработанная на основе данных о возрастных, индивидуальных и психофизиологических особенностях детей группы раннего возраста № 4 (1.5-3 лет).

Срок реализации рабочей программы 2023-2024 учебный год (Сентябрь 2023 - август 2024 года).

Принимая во внимание возможности физической культуры как фактора всестороннего развития ребенка, формирования его психических функций, в том числе и речи. Понимая необходимость совершенствования процесса физического развития детей дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения, в целях наилучшей реализации оздоровительной и коррекционно-развивающей направленности физического развития дошкольников с задержкой речевого развития (далее ЗРР) была разработана программа.

В условиях дошкольного учреждения и с учетом его специфики данная модель выбрана как наиболее соответствующая требованиям системного подхода для овладения детьми с ограниченными возможностями здоровья новыми двигательными действиями.

В Рабочей программе максимально учитываются возрастные и индивидуальные особенности детей с задержкой речевого развития (далее ЗРР).

Инструктор по физической культуре осуществляет работу, направленную на сохранение и укрепление здоровья детей с ЗРР, на их полноценное физическое развитие, пропаганду здорового образа жизни. Организация работы инструктора по физической культуре предусматривает проведение образовательной деятельности (при необходимости совместно с другими специалистами) с детьми с ЗРР с учетом их психофизических возможностей, индивидуальных особенностей и медицинских показаний, регулируя физическую нагрузку для детей.

Инструктор по физической культуре организует компенсирующую работу, включающую в себя проведение физической культуры с элементами ЛФК, дыхательной, пальчиковой гимнастики, упражнений для профилактики плоскостопия и нарушений осанки, гимнастики для глаз и упражнений на релаксацию и т.д.

Инструктор по физической культуре осуществляет консультативную поддержку участников образовательных отношений (воспитателей, специалистов, родителей (законных представителей) воспитанников) по актуальным вопросам, касающимся физического воспитания.

Цели физкультурно – компенсирующей работы:

- Помогать формированию изгиба позвоночника, развитию сводов стопы, укреплению связочно-суставного аппарата, способствовать развитию всех групп мышц (особенно – мышц-разгибателей), формированию опорно-двигательного аппарата и развитию двигательного анализатора;

- Способствовать правильному функционированию внутренних органов, совершенствованию деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развитию органов чувств, функции терморегуляции и центральной нервной системы (тренировать процессы возбуждения и торможения, их подвижность).

1.2. Принципы и подходы к формированию рабочей программы

- Обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья;
- Организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей с ограниченными возможностями здоровья;
- Обеспечение лично-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию детей с ограниченными возможностями здоровья.
 - ✓ Принцип полноценного проживания ребенком с ограниченными возможностями здоровья всех этапов детства, обогащение (амплификация) детского развития.
 - ✓ Принцип построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом дошкольного образования.
 - ✓ Принцип содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником образовательных отношений.
 - ✓ Принцип поддержки инициативы детей с ограниченными возможностями здоровья в различных видах деятельности.

- ✓ Принцип сотрудничества с семьей.
- ✓ Принцип приобщения детей с ограниченными возможностями здоровья к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства.
- ✓ Принцип формирования познавательных интересов и познавательных действий детей с ограниченными возможностями здоровья в различных видах деятельности.
- ✓ Принцип возрастной адекватности дошкольного образования (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
- ✓ Принцип учета этнокультурной ситуации развития детей с ограниченными возможностями здоровья.

1.3 Задачи физического воспитания в ГБДОУ

Формирование правильной техники выполнения основных видов движений у детей с ограниченными возможностями здоровья.

Включение здоровьесберегающих технологий в систему физкультурных занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Развитие творческих способностей детей, формирование умения эмоционального выражения и творчества в движениях.

Формирование навыков выразительности движений.

Развитие чувства ритма, темпа, двигательной памяти.

Развитие у детей с ограниченными возможностями здоровья интереса и любви к занятиям физической культурой и спортом.

Формирование у детей осознания ценности здорового образа жизни, развитие представления о полезности, целесообразности физической активности и соблюдения личной гигиены.

Поддержание у детей с ограниченными возможностями здоровья положительных эмоций, возникающих в процессе физической активности, чувства «мышечной радости».

Побуждение детей задумываться о работе своего организма, прочувствовать и лучше понять его сложное устройство.

Формирование у детей бережного отношения к природе и его обитателям.

Забота о том, чтобы игры развивали у детей с ограниченными возможностями здоровья не простое стремление к получению удовольствия, а помогали ему ощущать, воспринимать и творчески отображать мир в своей игровой деятельности, учили ребенка всматриваться в жизнь.

Обогащение двигательного опыта детей с ограниченными возможностями здоровья, активизация их двигательной деятельности. Ребенок должен узнать, что:

- одно и то же движение можно выполнять по-разному (темп, амплитуда, условия и т.п);
- с одним предметом можно выполнять разные движения;
- одно и то же движение можно выполнять с разными предметами.

Совершенствование моторного аппарата, развитие координационных способностей, в частности зрительно-двигательной координации у детей с ограниченными возможностями здоровья.

Формирование правильной осанки, коррекция и укрепление свода стопы.

Обучение детей с ограниченными возможностями здоровья ориентированию в пространстве и развитие механизмов ориентирования: зрительно-слуховых; зрительно-тактильных.

Создание условий для развития на занятии сенсорных способностей детей с ограниченными возможностями здоровья, развитие их активных мыслительных действий в процессе физических упражнений; обучение детей целенаправленным действиям, развитие способности удерживать поставленную задачу и на основе сенсорных ориентировок контролировать и оценивать выполненное.

Развитие желания действовать самостоятельно, формирование понятий «могу» и «хочу».

Создание предпосылок к творческому развитию ребенка, стимулирование поисковой деятельности на занятии; оказание помощи ребенку в открытии себя; поддержание инициативы: «Я сам».

Развитие у детей с ЗРР способности и желания обучаться, приобретать знания.

Обеспечение эмоционального комфорта на занятии.

Формирование у ребенка с ЗРР прочных навыков здорового образа жизни путем воспитания активной жизненной позиции в отношении собственного здоровья.

Интегрирование содержания занятий физической культурой в повседневную самостоятельную деятельность детей.

Создание условий для двигательной активности, использование физических упражнений в самостоятельной деятельности детей.

Активная пропаганда здорового образа жизни в семье.

Осуществление преемственности в работе детского сада и семьи в воспитании и развитии детей с ограниченными возможностями здоровья, использование различных форм взаимодействия с родителями.

Организация эффективной подготовки детей с ограниченными возможностями здоровья к обучению в школе.

Укрепление и развитие материально-технической базы в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

Создание оптимальных условий, обеспечивающих полноценное физическое здоровье ребенка с ЗРР через совершенствование системы компенсирующей и коррекционной работы;

1.4. Психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей раннего возраста (1,5 -3 лет)

Дети с речевыми нарушениями обычно имеют особенности физического развития, функциональные или органические изменения в центральной нервной системе.

Период раннего детства имеет ряд качественных физиологических и психических особенностей, которые требуют создания специальных условий для развития детей этого возраста. Помимо того, что период раннего детства один из самых насыщенных в познавательном аспекте из всех возрастных периодов, в настоящее время наблюдается заметная акселерация развития, которая отражается на результатах развития детей раннего возраста. Многие дети имеют более высокие показатели уже к моменту рождения, раньше начинаются процессы прорезывания зубов, хождения, говорения. Опережением отмечается и социальное развитие,- значительно раньше отмечается кризис трёх лет. Повышенная ранимость организма ребенка, недостаточная морфологическая и функциональная зрелость органов и систем (быстрый темп развития осуществляется на весьма неблагоприятном фоне - при незрелости психофизиологических функций организма, а это повышает ранимость). Малыши в большей степени подвержены заболеваниям из-за несовершенства деятельности внутренних органов, высокого уровня утомляемости, им трудно переключится с одной деятельности на другую, соответственно доминантой становится процесс возбуждения и как следствие - неустойчивое эмоциональное состояние. Взаимосвязь физического и психического развития - это общая закономерность, присущая любому возрасту, но в раннем детстве она проявляется особенно ярко, потому что в этот период происходит становление всех функций организма. Именно в раннем детстве учеными отмечается наиболее прочная связь и зависимость умственного и социального развития от физического состояния и настроения ребенка (например: ухудшение здоровья отражается на отношении к окружающему; снижается восприимчивость, притупляется ориентировочная реакция, дети теряют приобретенные умения: речевые, двигательные, социальные). Детям этого возраста свойственно удовлетворение естественных психофизиологических потребностей:

- сенсомоторной потребности;
- потребность в эмоциональном контакте;

- потребности во взаимодействии и общении со взрослыми: вербально-невербальное в 10 мес.-1,5 года; игровое и деловое общение в 1,5 года-3 года).

Специфичность проявления нервных процессов у ребенка — это:

- легкость выработки условных рефлексов, но при этом же сложность их изменения;
- повышенная эмоциональная возбудимость;
- сложность переключения процессов возбуждения и торможения;
- повышенная эмоциональная утомляемость.

Развитие детей раннего возраста имеет свою неповторимую специфику, что выражается, в тесной взаимосвязи физиологических и психологических компонентов. На третьем году жизни ребенок вырастает в среднем на 7—8 см, прибавка в весе составляет 2—2,5 кг в том случае, если совокупность имеющихся заболеваний не отягощена такими патологиями, как гипотрофия, целиакия и др. Дети активно овладевают разнообразными движениями. Растущие двигательные возможности позволяют детям более активно знакомиться с окружающим миром, познавать свойства и качества предметов, осваивать новые способы действий. Но при этом малыши еще не способны постоянно контролировать свои движения. Воспитателю необходимо проявлять повышенное внимание к действиям детей, оберегать их от неосторожных движений, приучать к безопасному поведению в среде сверстников, поскольку дети, посещающие ДОО зачастую имеют такие диагнозы, как НШОП, ПВС, сколиозы, кифозы, вялая осанка, синдром двигательных нарушений и др. Организм младших дошкольников недостаточно окреп. Дети легко подвергаются инфекциям, особенно дети ДОО, имеющие ЛОР-патологии: частые обструктивные бронхиты, бронхиальную астму, а так же бронхолегочную дисплазию, различные последствия оперативного вмешательства в анамнезе. Их верхние дыхательные пути страдают, так как объем легких ребенка пока небольшой и малыш вынужден делать частые вдохи и выдохи. Эти особенности детей воспитателю надо постоянно иметь в виду: следить за чистотой воздуха в помещении, за правильным дыханием детей (через нос, а не ртом) на прогулке, во время ходьбы и подвижных игр, для этого в ДОО систематически проводится аэрофитофилактика, ежедневная дыхательная гимнастика с инструктором по физической культуре. В младшем возрасте интенсивно развиваются структуры и функции головного мозга ребенка, что расширяет его возможности в познании окружающего мира. Для детей этого возраста характерно наглядно-действенное и наглядно-образное мышление. Дети «мыслят руками»: не столько размышляют, сколько непосредственно действуют. Помощь им в этом вопросе тем более актуальна, что часть детей подвержена таким заболеваниям и синдромам, как ММД, ППЦНС, синдром повышенной нервно-рефлекторной возбудимости, гидроцефальный синдром и др. Поэтому, чем более разнообразно использует ребенок способы чувственного познания, тем полнее его восприятие, тоньше ощущения, ярче эмоции, а значит, тем отчетливее становятся его представления о мире и успешнее деятельность. На третьем году жизни заметно возрастает речевая активность детей, они начинают проявлять живой интерес к слову. Это обнаруживается в детских высказываниях и вопросах, а также в игре словами. Малыши изменяют слова, придумывают новые, которых нет в речи взрослых; идет быстрое освоение грамматических форм, исключение наблюдается у детей, имеющих ОНР, ТЗРР. Практика показывает, что под влиянием общения со взрослыми, речевых игр и упражнений к трем годам ребенок начинает успешно использовать простые и распространенные предложения, воспроизводить небольшие стишки и потешки, отвечать на вопросы. Своевременное развитие речи имеет огромное значение для умственного и социального развития дошкольников. Общение детей с воспитателем постоянно обогащается и развивается. Это и эмоциональное общение (обмен положительными эмоциями), и деловое, сопровождающее совместную деятельность взрослого и ребенка, а кроме того, познавательное общение. Дети могут спокойно, не мешая друг другу, играть рядом, объединяться в игре с общей игрушкой, развивать несложный игровой сюжет из нескольких взаимосвязанных по смыслу эпизодов, выполнять вместе простые поручения.

1.5. Целевые ориентиры освоения воспитанниками образовательной программы по физическому развитию.

Достижения ребенка

- ✓ Ребенок интересуется разнообразными физическими упражнениями, действия с физкультурными пособиями (погремушками, ленточками, кубиками, мячиками и др.).
- ✓ При выполнении упражнений демонстрирует достаточную координацию движений, быстро реагирует на сигналы.
- ✓ С большим желанием вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, проявляет инициативность.
- ✓ Стремится к самостоятельности в двигательной деятельности, избирателен по отношению к некоторым действиям. Переносит освоенные простые новые движения в самостоятельную двигательную деятельность.

Вызывает озабоченность и требует совместных усилий педагогов и родителей

- ✓ Малыш не интересуется разнообразными физическими упражнениями, действиями с разными физкультурными пособиями (погремушки, ленточки, кубики, мячики и др.).
- ✓ Ребенок без особого желания вступает в общение с воспитателем и другими детьми при выполнении игровых физических упражнений и в подвижных играх, не инициативен.
- ✓ Малыш не самостоятелен в двигательной деятельности, не стремится к получению положительного результата двигательной деятельности.
- ✓ В контрольной диагностике его результаты ниже возможных минимальных.

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

ЗАДАЧИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Обогащать детский двигательный опыт, способствовать освоению основных движений, развитию интереса к подвижным играм и согласованным двигательным действиям.
2. Обеспечивать смену деятельности детей с учетом степени ее эмоциональной насыщенности, особенностей двигательной и интеллектуальной активности детей.
3. Создать все условия для успешной адаптации каждого ребенка к условиям детского сада.
4. Укрепить здоровье детей, реализовать систему закаливания.
5. Продолжать формирование умения ходить и бегать, не наталкиваясь друг на друга, с согласованными, свободными движениями рук и ног, действовать сообща, придерживаться определенного направления передвижения с опорой на зрительные ориентиры.

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

1. Узнавание детьми разных способов ходьбы, прыжков, лазания и ползания, катания, бросания и ловли, построений, исходные положения в общеразвивающих упражнениях.
2. Освоение простейших для всех правил в подвижных играх
3. Узнавание о возможности передачи в движениях действий знакомых им зверей, домашних животных, птиц, рыб, насекомых, сказочных персонажей.
4. Происходит освоение разнообразных физических упражнений, общеразвивающих упражнений, основных движений, подвижных игр и их правил.
5. По мере накопления двигательного опыта у малышей идет формирование новых двигательных умений: строиться парами, друг за другом; сохранять заданное направление при выполнении упражнений; активно включаться в выполнение упражнений; ходить, не сталкиваясь и не мешая друг другу; сохранять равновесие на ограниченной площади опоры; бегать не мешая друг другу; подпрыгивать на месте, продвигаясь вперед; перепрыгивать через предметы, лежащие на полу, мягко приземляться; бросать мяч воспитателю и ловить брошенный им мяч; подтягиваться на скамейке, лежа на груди; ползать на четвереньках, перелезать через предметы; действовать по указанию воспитателя, активно включаться в подвижные игры.
6. Участие в многообразных играх и игровых упражнениях, которые направлены на наиболее значимых в этом возрасте скоростно - силовых качеств и быстроты (особенно быстроты реакции), а так же на развитие силы, координации движений. Упражнения в беге содействуют развитию общей выносливости.

2.2. Интеграция образовательных областей

Образовательная область	Задачи
Социально-коммуникативное развитие	Приобщение к ценностям физической культуры; формирование первичных представлений о себе, собственных двигательных возможностях и особенностях; приобщение к элементарным общепринятым нормам и правилам взаимоотношений со сверстниками и взрослыми в совместной двигательной деятельности. Развитие свободного общения со взрослыми и детьми в процессе двигательной активности и физического совершенствования.
Познавательное развитие	Усвоение ребенком предметных действий во время двигательной активности, овладение операциональным составом различных видов двигательной деятельности, формирование представлений о возможностях своего организма, развитие творческой активности.
Речевое развитие	Обогащение активного словаря, при разучивании считалок, речевок к подвижным играм, выполнение упражнений для развития мелкой моторики.
Художественно-эстетическое развитие	Развитие чувства ритма в процессе совершенствования физических качеств и двигательных способностей детей, с использованием музыкального сопровождения.
Физическое развитие	В части решения общей задачи по охране жизни и укреплению физического и психического здоровья, формирование ценности здорового образа жизни, развитие физических качеств и двигательных способностей, формирование представлений о видах спорта, овладение подвижными играми с правилами.

2.3. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы по физическому развитию воспитанников

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемой образовательной программой дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи)

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие"	-Наблюдение	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

2.4. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников

1. Индивидуальные рекомендации и беседы.
2. Консультации на родительских собраниях:
3. Наглядная информация – консультация на стендах, папки для родителей в группе:
 - профилактика плоскостопия;
 - утренняя гимнастика;
 - укрепляем мышцы спины пресса - формирование правильной осанки;
 - рекомендации по выбору спортивной секции.
4. Информация на сайте детского сада.

Задачи взаимодействия инструктора по физическому воспитанию с семьями детей раннего дошкольного возраста.

Взаимодействие педагогов с родителями детей третьего года жизни имеет свои особенности.

1. Познакомить родителей с особенностями развития ребенка третьего года жизни, приоритетными задачами его физического развития.
2. Включать родителей в игровое общение с ребенком, помочь им построить партнерские отношения с ребенком.

3. Совместно с родителями развивать положительное отношение ребенка к себе, уверенность в своих силах, стремление к самостоятельности.

В группе раннего возраста инструктор по физической культуре совместно с педагогами группы стремится сделать родителей активными участниками жизни детского коллектива. Способствуя развитию доверительных отношений между родителями и детьми, педагоги организуют совместные праздники и досуги. Важно, чтобы на этих встречах родители присутствовали не просто как зрители, а совместно с детьми включались в игры. Важно, чтобы во время совместных образовательных ситуаций и после них педагог поддерживал активность родителей, подчеркивал, что ему и детям без участия родителей не обойтись, обращал их внимание на то, как многому научились дети в совместной деятельности с родителями. Таким образом, к концу периода раннего дошкольного детства инструктор вовлекает родителей в педагогический процесс как активных участников, создает в группе коллектив единомышленников, ориентированных на совместную деятельность по развитию физических качеств, двигательных навыков, здоровья детей.

Месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
IX - 2022г.	Спортивная форма и обувь для занятий физической культурой	Выступление на родительских собраниях	Требования к спортивной форме
X – 2022г	Особенности физического развития детей 2-3 лет	Индивидуальные консультации	Что нас радует и к чему стремимся
XI-2022г.	Двигательные предпочтения детей	Индивидуальные консультации	Мир движений мальчиков и девочек
XII-2022 г.	Двигательная деятельность на свежем воздухе в холодное время года	Индивидуальные консультации	Активный отдых
I -2023г.	Выбор спортивной секции	Информация на стенде	Двигательные способности детей
II - 2023 г.	Профилактика плоскостопия	Папка для родителей на группе	Упражнения в повседневной жизни

III – 2023 г.	Коррекция и формирование осанки	Папка для родителей на группе	Картотека упражнений
IV– 2023г.	Как сохранить зрение ребенка	Индивидуальные консультации, информация на сайте ГБДОУ	Картотека упражнений
V– 2023г.	Чему мы научились	Спортивный праздник	Спортивные упражнения
VI– 2023г.	Активный отдых летом	Индивидуальные консультации, информация на сайте ГБДОУ	Подвижные игры, двигательный режим
VII – 2023г.	Игры в воде	Индивидуальные консультации	Картотека игр
VIII – 2023г.	По запросу родителей	Индивидуальные консультации	

3.ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Совместная организованная двигательная деятельность в группе	Самостоятельная двигательная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
Занятия по физическому развитию 2 раза в неделю. <u>Физкультурно-музыкальные праздники:</u> 2 раза в год	Утренняя гимнастика; Динамические паузы; Пальчиковая гимнастика; Гимнастика для глаз; Дыхательная гимнастика; Подвижные игры на свежем воздухе.	Спортивный уголок в каждой группе; Спортивное оборудование на участке детского сада.	Игровая, коммуникативная, двигательная, здоровьесберегающая.	Индивидуальный подход при обучении технике основных движений, с учетом двигательных возможностей и способностей ребенка, его желаний. Выбор подводящих упражнений с учетом ограниченных возможностей здоровья детей.

3.2. 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 ДОУ 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, наметит 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.

3.3. 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.

Для удобства педагога и обогащения содержания педагогического процесса в работе инструктора по физической культуре с детьми с нарушениями речи рекомендуется использовать следующие карточки:

- Комплексы упражнений утренней гимнастики.
- Подвижные игры к образовательной программе ДОУ.
- Русские народные игры.
- Подвижные игры для детей с ЗРР.
- Речевые игры для детей с ЗРР.
- Пальчиковые гимнастики.
- Игры и упражнения на координацию речи с движениями.
- Фонетические зарядки.
- Игровые подражательные движения.
- Алгоритм выполнения физических упражнений.
- Упражнения для развития пальцев рук.
- Дыхательные упражнения.
- Игры превращения.
- Игры и упражнения на расслабление.
- Упражнения на развитие воображения.

3.4. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)

Физкультурные занятия	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u>
Непрерывная образовательная деятельность	10 минут	2 раза

3.5. Создание предметно - пространственной развивающей среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Картотека подвижных игр по возрастам для воспитателей	сентябрь, декабрь, март, июнь
	Картотека утренней гимнастики по возрастам для воспитателей	сентябрь, декабрь, март
	Картотека дыхательной гимнастики	октябрь
	Картотека пальчиковых игр	ноябрь
	Картотека динамических пауз	декабрь
	Картотека русских народных игр.	декабрь
	Гимнастика для глаз в схемах	ноябрь
	Картотека рисунков спортивных упражнений	октябрь
	Картотека игр и упражнений на расслабление.	октябрь
	Картотека рисунков по правилам поведения в физкультурном зале	В течение года
	Картотека упражнений для профилактики и коррекции нарушений стопы + рисунки	сентябрь
	Картотека упражнений для профилактики и коррекции нарушений осанки + рисунки	октябрь
	Картотека рисунков для ОРУ	март
	Картотека разминки	декабрь
	Ящик для вопросов родителей	в течение года
	Верёвочка с «комариками»	май
	Наклонная лестница с зацепами	в течение года
	Жёсткий мат	в течение года
	Бум с изменяющимися направлениями и высотой	в течение года
	Набивные мешочки для улицы	в течение года
Бревно гимнастическое напольное	в течение года	
Наклонная лестница с зацепами	в течение года	
Мишени	в течение года	
Клюшки и шайбы	декабрь	

Перечень спортивного инвентаря в физкультурном зале

Назначение	Инвентарь	Количество
Метание, бросание, ловля	Теннисные мячи Мешочки малые Мяч резиновый тяжелый Мяч резиновый легкий Набивной мяч Мяч баскетбольный Мяч футбольный Мячи надувные Кольца баскетбольные Мячики мягкие малые Мячи мягкие 25 см Сетка волейбольная	на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка 18 шт 6 шт 8 шт 2 шт на каждого ребенка 16 шт 1 шт
Лазание, ползание	Шведские стенки Гимнастические скамейки Ворота деревянные Труба тканевая Сетка для лазания Барьеры	6 шт 4 шт 7 шт 2 шт 1 шт 5 шт
Равновесие	Дорожка деревянная Дорожка колючая Дорожка пластиковая Бревно-скамейка Бревно мягкое	1 шт 1 шт 1 шт 1 шт 1 шт
Прыжки	Мат поролоновый Мат складной Батут малый Скакалка короткая Скакалка длинная	2 шт 2 шт 1 шт на каждого ребенка 3 шт
ОРУ	Обручи 50 см Обручи 80 см Мешочки-гантели Кубики цветные ребро 5 см Лента гимнастическая Скакалка малая Кегли Ленточки на кольцах Погремушки	на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка по 2 на каждого ребенка по 2 на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка 15 шт
Профилактика плоскостопия	Полусфера колючая Мешочки набивные 10 см Платочки цветные Доска ребристая Наклонная горка Киндеры Коврики колючие Мячи-ежики	5 шт на каждого ребенка на каждого ребенка 1 шт 1 шт 50 шт 22 шт на каждого ребенка
Коррекция осанки	Мячи фитболы 45 см Палки гимнастические Мешочки малые 5 см Колечки d-5 см Шапочки-медузы	15 шт на каждого ребенка на каждого ребенка на каждого ребенка 3 шт

Дополнительное оборудование	Ограничители конусы оранжевые	6 шт
	Ограничители красные	4 шт
	Ограничители полусферы	10 шт
	Набор для игры в городки	1 шт
	Сухой бассейн	1 шт
	Модули мягкие:	
	Таблетки малые 5x10	6 шт
	Таблетки большие 5x30	2 шт
	Кубы 10x10	2 шт
	Кубы 30x30	2 шт
	Ворота прямоугольные	2 шт
	Бревно прямоугольное	1 шт
	Прямоугольники 10x30	4 шт
	Прямоугольники 5x60	4 шт
	Квадраты 5x30	3 шт
	Треугольники	5 шт
Горки	2 шт	
Ворота	1 шт	
Подставки для обручей	4 шт	
Прищепки	50 шт	

3.6. Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	<ol style="list-style-type: none"> 1. Аверина И.Е. Физкультурные минутки в детском саду. – М.: Айрис-пресс, 2011.– 112 с. 2. Анисимова Т.Г., Ульянова С.А. Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников: рекомендации, занятия, игры, упражнения. – Волгоград: Учитель, 2009. – 146 с. 3. Вавилова Е.Н. Развивайте у дошкольников силу, ловкость, выносливость: Пособие для воспитателя дет. сада. – М.: Просвещение, 1981. Т- 96 с. 4. Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях: Учеб. пособие для студентов высших и средних педагогических учебных заведений/ Н.Н. Кожухова, Л.А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С.А. Козловой.- М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 320 с. 5. Голицына Н.С., Бухарова Е.Е. Физкультурный калейдоскоп для дошкольников. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2006. – 104 с. 6. Горькова Л.Г., Обухова Л.А. Занятия физической культурой в ДОУ: Основные виды, сценарии занятий. – М.: 5 за знания, 2005. – 112 с. 7. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. – М.: ТЦ Сфера, 2003. – 128 с. 8. Детские подвижные игры / Под редакцией Е.В. Конеевой. – Ростов – на – Дону: Феникс, 2006. – 251 с.

9. Железнова Е.Р. Оздоровительная гимнастика и подвижные игры для старших дошкольников. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013. – 80 с.
10. Желобкович Е.Ф. Физкультурные занятия в детском саду. Группа раннего возраста. – М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2010.- 192 с.
11. Казакевич Н.В., Сайкина Е.Г., Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика: Методическое пособие.- СПб.: Изд-во «Познание», 2001. – 104 с.
12. Красикова И.С. Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. – СПб.: КОРОНА принт, 2003. – 176 с.
13. Красикова И.С. Плоскостопие у детей. – СПб.: «КОРОНА принт», 2004. – 128 с.
14. Куценко Т.А., Медянова Т.Ю. 365 веселых игр для дошкольников. – Ростов – на - Дону: Изд-во «Феникс», 2003.- 224с.
15. Лапшина Г. А. Праздники в детском саду. – Волгоград: Учитель, 2004. – 239 с.
16. Лисина Т.В., Морозова Г.В. Подвижные тематические игры для дошкольников. – М.: ТЦ Сфера, 2014. – 128 с.
17. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. – М.: Просвещение, 1986. – 79 с.
18. Литвинова О.М. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры. – Волгоград: Учитель, 2007. – 238 с.
19. Моргунова О.Н. Профилактика плоскостопия и нарушений осанки в ДОУ.- Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. – 109 с.
20. Моргунова О.Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ.- Воронеж: ТЦ «Учитель», 2005. – 127 с.
21. Никанорова Т.С., Сергиенко Е.М. Здоровячок. Система оздоровления дошкольников. – Воронеж: ЧП Лакоценин С.С., 2007. – 96 с.
22. Николаева Н.И. Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов дошкольных образовательных учреждений. – СПб.: ДЕТСТВО – ПРЕСС, 2008. – 96 с.
23. Нищева Н.В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. – СПб.: ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 80 с.
24. Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста (3 – 7 лет). – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 128 с.
25. Подольская Е.И. Спортивные занятия на открытом воздухе. – Волгоград: Учитель, 2010. – 199 с.
26. Подольская Е.И. Физическое развитие детей 2 – 7 лет: сюжетно-ролевые занятия.- Волгоград: Учитель, 2013. – 246 с.
27. Потапчук А.А. Гимнастика и массаж: для малышей 3-7 лет. – СПб.:Издательский дом «Азбука-классика», 2009. – 176 с.
28. Потапчук А.А. Лечебные игры и упражнения для детей. – СПб.: Речь, 2007. – 99 с.
29. Рунова М.А. двигательная активность ребенка в детском саду: Пособие для педагогов дошкольных учреждений, преподавателей и студентов педвузов и колледжей. – М.:

	<p>Мозаика-Синтез, 2004. – 256 с.</p> <p>30. Савельева Е. А. Пальчиковые и жестовые игры в стихах для дошкольников. – СПб.:ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 64 С.</p> <p>31. Соколова Л.А. Детские олимпийские игры: занятия с детьми 2 – 7 лет. – Волгоград: Учитель, 2014. – 78 с</p> <p>32. Сочеванова Е.А. Игры-эстафеты с использованием традиционного физкультурного инвентаря. – СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 64 с.</p> <p>33. Спутник руководителя физического воспитания дошкольного учреждения/ Под ред. С.О. Филипповой. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. – 416 с.</p> <p>34. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2014.- 160 с.</p> <p>35. Теория и методика физической культуры дошкольников: учеб. пособие для студентов факультетов физической культуры / Под ред. С.О. Филипповой, Г.Н. Пономарева. – СПб.: ВВМ, 2004. – 514 с.</p> <p>36. Утробина К.К. Занимательная физкультура в детском саду для детей 3 - 5 лет. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2003. – 104 с.</p> <p>37. Фомина Н.А. Сказочный театр физической культуры (физкультурные занятия с дошкольниками в музыкальном ритме сказок). – Волгоград: Учитель, 2004. – 96</p> <p>38. http://www.dovosp.ru</p> <p>39. http://doshkolnik.ru</p> <p>40. http://www.it-n.ru</p> <p>41. http://www.school.edu.ru</p> <p>42. http://www.nsportal.ru</p>
--	--