

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 17 компенсирующего вида
Красногвардейского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 17
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДЕНА
Заведующий
ГБДОУ детского сада № 17
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
_____ А.В.Тихашина
Приказ № 57-о/д от 31.08.2023

С учетом мнения родителей
(законных представителей)
обучающихся
Протокол № 1 от 31.08.2023

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре
для обучающихся подготовительной группы (6-7 лет)
с ограниченными возможностями здоровья
(с задержкой психического развития)
Елисеенко Ольги Николаевны**

Срок реализации 2023– 2024 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|-----------|
| 1. Целевой раздел рабочей программы..... | 3 |
| 1.1 Пояснительная записка..... | 3 |
| 2. Содержательный раздел рабочей программы..... | 4 |
| 2.1 Содержание образовательной работы с детьми..... | 4 |
| 2.2 Реализация компонента ДООУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ..... | 5 |
| 2.3 Календарное планирование..... | 8 |
| 2.4 Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы..... | 20 |
| дошкольного образования по физическому развитию обучающихся | 21 |
| 2.5 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся..... | 21 |
| 3. Организационный раздел программы..... | 21 |
| 3.1 Структура реализации образовательной деятельности..... | 21 |
| 3.2 Максимально допустимая образовательная нагрузка обучающихся группы (занятия по физическому развитию)..... | 22 |
| 3.3 Создание развивающей предметно – пространственной среды..... | 22 |
| 3.4 Методическое обеспечение образовательной деятельности (Список литературы, ЭОР, др.)... | 22 |

1.Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

| | |
|---|---|
| Цель | - создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника. |
| Задачи | -сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; - воспитание культурно гигиенических навыков; -формирование начальных представлений о здоровом образе жизни |
| Принципы и подходы к формированию рабочей программы | - обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; - организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей; - обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию обучающихся |
| Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей | <p>В группе воспитываются дети в возрасте от 6 до 7 лет дети с задержкой психического развития, с умственной отсталостью легкой степени. У детей с легкой умственной отсталостью и с задержкой психического развития, как правило, имеются недостатки общей моторики. У данной категории детей отмечается запаздывание в сроках овладения основными видами движения (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, метание), отсутствие гибкости и плавности движений (скованность движений, их неритмичность), замедленность темпа движений, моторная неловкость недостаточность мышечной силы и др. Многие проявляют крайне низкую или чрезмерно высокую хаотичную двигательную активность.</p> <p>Дети с ЗПР отличаются пониженной, по сравнению с возрастной нормой, умственной работоспособностью, особенно при усложнении деятельности. Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений.</p> <p>Недостатки психомоторики проявляются в незрелости зрительно-слухомоторной координации, произвольной регуляции движений, недостатках моторной памяти, пространственной организации движений.</p> |
| Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы) | <ul style="list-style-type: none"> - Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 ноября 2013 г. N 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный N 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. N 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный N 53776). - СП 2.4.3648-20 – Санитарно-эпидемиологические требования – Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические |

| | |
|--|---|
| | <p>требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18.12.2020, регистрационный № 61573), действующим до 1 января 2027 года.</p> <p>- СанПиН 1.2.3685-21 – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29.01.2021, регистрационный № 62296), действующим до 1 марта 2027 года.</p> <p>- Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее - Программа) разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. N 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный N 70809)</p> <p>- АОП ДО для обучающихся с задержкой психического развития Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 17 компенсирующего вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга.</p> |
| Срок реализации рабочей программы | 2023-2024 учебный год (Сентябрь 2023 - май 2024 года) |
| Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию обучающихся) | 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. 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; слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма; проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям. |

2. Содержательный раздел рабочей программы
2.1. Содержание образовательной работы с детьми старший возраст

Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни

Развивать умение различать и называть органы чувств (глаза, рот, нос, уши), дать представление об их роли в организме и о том, как их беречь и ухаживать за ними.

Дать представление о полезной и вредной пище; об овощах и фруктах, молочных продуктах, полезных для здоровья человека.

Формировать представление о том, что утренняя зарядка, игры, физические упражнения вызывают хорошее настроение; с помощью сна восстанавливаются силы.

Познакомить детей с упражнениями, укрепляющими различные органы и системы организма.

Дать представление о необходимости закаливания.

Дать представление о ценности здоровья; формировать желание вести здоровый образ жизни.

Формировать умение сообщать о своем самочувствии взрослым, осознавать необходимость лечения.

Формировать потребность в соблюдении навыков гигиены и опрятности в повседневной жизни.

Физическая культура

Продолжать развивать разнообразные виды движений. Учить детей ходить и бегать свободно, не шаркая ногами, не опуская головы, сохраняя перекрестную координацию движений рук и ног.

Приучать действовать совместно. Учить строиться в колонну по одному, шеренгу, круг, находить свое место при построениях.

Учить энергично отталкиваться двумя ногами и правильно приземляться в прыжках с высоты, на месте и с продвижением вперед; принимать правильное исходное положение в прыжках в длину и высоту с места; в метании мешочков с песком, мячей диаметром 15–20 см.

Закреплять умение энергично отталкивать мячи при катании, бросании. Продолжать учить ловить мяч двумя руками одновременно.

Обучать хвату за перекладину во время лазанья. Закреплять умение ползать.

Учить сохранять правильную осанку в положениях сидя, стоя, в движении, при выполнении упражнений в равновесии.

Учить кататься на санках, садиться на трехколесный велосипед, кататься на нем и слезать с него.

Учить реагировать на сигналы «беги», «лови», «стой» и др.; выполнять правила в подвижных играх. Развивать самостоятельность и творчество при выполнении физических упражнений, в подвижных играх.

Подвижные игры

Развивать активность и творчество детей в процессе двигательной деятельности. Организовывать игры с правилами.

Поощрять самостоятельные игры с каталками, автомобилями, тележками, велосипедами, мячами, шарами. Развивать навыки лазанья, ползания; ловкость, выразительность и красоту движений.

Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

Воспитывать у детей умение соблюдать элементарные правила, согласовывать движения, ориентироваться в пространстве.

2.2 Реализация компонента ДОУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ

У детей с легкой умственной отсталостью и с задержкой психического развития, как правило, имеются недостатки общей моторики. У данной категории детей отмечается запаздывание в сроках овладения основными видами движения (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, метание), отсутствие гибкости и плавности движений (скованность движений, их неритмичность), замедленность темпа движений, моторная неловкость, недостаточность мышечной силы и др. Многие проявляют крайне низкую или чрезмерно высокую хаотичную двигательную активность. При относительно высоком среднем уровне развития ходьбу отличает: неуверенная, неустойчивая, шаркающая, неритмичная походка; большинство детей передвигаются семенящим шагом, с опущенной головой и плечами; мышцы ног, рук, спины в процессе ходьбы напряжены. Большинство детей бегают на полусогнутых ногах, шлепая ступнями о пол, раскачиваясь из стороны в сторону и нередко переходя на ходьбу. Дети с ЗПР двигаются более

свободно, увереннее, но и они к 5 годам лишь приближаются к уровню двигательного развития нормально развивающихся детей трехлетнего возраста. При перемещении в пространстве все дети не умеют удерживать дистанцию относительно друг друга и окружающих предметов, что нередко приводит к столкновениям, а в крайних случаях и к падениям. Слабо развитые, замедленные и неточные тонкие дифференцированные движения ладони и пальцев рук, несогласованность движений обеих рук затрудняют процесс овладения дошкольниками с интеллектуальной недостаточностью всеми видами деятельности. Особенности эмоциональной сферы проявляются полярно: у некоторых детей отсутствуют выраженные эмоциональные проявления (они вялы, пассивны, их лица маскообразны), у других, наоборот, отмечается выраженная неконтролируемая экспрессия, несдержанность в эмоциональных реакциях в любых ситуациях. Дети, впервые поступающие в ДОУ, не обнаруживают потребности в продуктивном взаимодействии со взрослым: одни остаются равнодушными к взрослым и к предлагаемому взаимодействию, другие активно проявляют негативизм. Однако после периода адаптации постепенно начинают вступать в контакт и включаться в совместную деятельность. Они активно идут на контакт также с новым человеком, положительно реагируют на содержание совместной деятельности, особенно тогда, когда она предлагается индивидуально. Побуждаемые педагогом, дети с ЗПР проявляют желание принимать участие в совместной деятельности, а иногда и непродолжительную активность, прежде всего, на музыкальных занятиях и занятиях физкультурой. В свободной деятельности дети с интеллектуальной недостаточностью чаще всего бывают крайне несамостоятельны и безынициативны. Без организующей помощи взрослого они редко могут найти себе занятие. Они редко вступают друг с другом во взаимодействие по поводу игры или совместных переживаний каких-либо событий. Многие проявляют безразличие ко всему происходящему, не замечают трудности и переживания сверстников, не пытаются самостоятельно предложить свою помощь. Практически все неорганизованные. Общая моторная неловкость и недостаточность мелкой моторики обуславливает несформированность навыков самообслуживания. Многие дети четвертого года жизни затрудняются пользоваться ложкой, раздеваться и одеваться. При этом к пяти годам многие способны овладеть основными навыками самообслуживания: Младший дошкольник с проблемами в интеллектуальном развитии не проявляет интерес к игрушкам или на короткое время его привлекает их внешний вид, а не возможность действовать с ними. Для этих детей характерным является многократное, стереотипное повторение одних и тех же действий, обычно не сопровождающееся эмоциональными реакциями. Самостоятельные действия дошкольников с ЗПР с игрушками стереотипны, но преимущественно адекватны, дети с легкой умственной отсталостью действуют с игрушками без учета их функционального назначения. Лишь в начале четвертого года жизни у детей начинает появляться интерес к предметам, к игрушкам, что способствует ознакомлению с их свойствами и отношениями. Однако восприятие имеет ряд особенностей, таких как: искаженность, замедленность, фрагментарность, малый объем, низкий уровень избирательности и константности, слабая дифференцированность и несамостоятельность. При поступлении в ДОУ дети крайне слабо информированы: не знают названия предметов, их функционального назначения, не владеют способами действий с ними и не стремятся к их познанию и использованию. Их действия с предметами длительное время остаются на уровне манипуляций, часто неспецифических (постукивание и бросание предметов на пол и т. п.). Отмечается снижение ориентировочно-познавательной деятельности, внимание ребенка трудно собрать, сконцентрировать и удержать на протяжении той или иной деятельности. Очевидна недостаточная целенаправленность деятельности, дети действуют импульсивно, часто отвлекаются. Могут наблюдаться и проявления инертности. В этом случае ребенок с трудом переключается с одного задания на другое. Затруднена сенсорно-перцептивная деятельность. Дети не умеют обследовать предметы, затрудняются в ориентировке, в их свойствах. Память детей с интеллектуальной недостаточностью также отличается качественным своеобразием. В первую очередь у детей ограничен объем памяти и снижена прочность запоминания. Характерна неточность воспроизведения и быстрая утеря информации. Раннее органическое поражение центральной нервной системы приводит в большинстве случаев к грубому недоразвитию речи и всех её функций у детей с интеллектуальной недостаточностью. Недоразвитие понимания речи

сочетается с недоразвитием самостоятельной речи, которое имеет весьма широкий диапазон: от полного ее отсутствия у детей с умственной отсталостью четвертого-пятого года жизни, до небольших грамматических ошибок в речевых высказываниях, имеющих место у детей с ЗПР. Даже те дети, которые владеют речью, недостаточно активно ею пользуются в процессе деятельности или общения. Выполняя какие-либо действия, контактируя друг с другом, играя, дошкольники, как правило, действуют молча. Они не сопровождают свои действия речью или иногда произносят отдельные слова фиксирующего характера в связи с выполняемыми действиями. Речевая активность детей с ЗПР может быть несколько выше, но, как правило, в тех случаях, когда нет грубого недоразвития речи (дизартрия, алалия). Многие из детей с интеллектуальной недостаточностью пользуются жестами, мимикой, движениями головы с целью сообщить о своих потребностях, желаниях, положительных или отрицательных впечатлениях о происходящих вокруг них событиях и т. д. Мышление детей с интеллектуальными нарушениями формируется в условиях неполноценного чувственного познания, недоразвития речи, ограниченной практической деятельности. Они не умеют решать задачи на уровне наглядно-действенного мышления, т. к. они очень часто не осознают наличия проблемной ситуации, не осуществляют поиск решения, а в тех случаях, когда понимание в целом есть, не связывают поиски решения с необходимостью использования вспомогательных средств. Остаются, как правило, равнодушными как к результату, так и к процессу решения задачи.

Коррекционно-развивающая направленность работы в области «Физическое развитие» детей с ЗПР подразумевает создание условий: для сохранения и укрепления здоровья детей, физического развития, формирование у них полноценных двигательных навыков и физических качеств, применение здоровьесберегающих технологий и методов позитивного воздействия на психомоторное развитие ребенка, организацию специальной (коррекционной) работы на занятиях по физическому воспитанию, включение членов семьи обучающихся в процесс физического развития и оздоровления детей. Важно обеспечить медицинский контроль и профилактику заболеваемости.

Программа коррекционной работы включается во все разделы данной образовательной области, при этом дополнительно реализуются следующие **задачи**:

- *коррекция недостатков и развитие ручной моторики*: нормализация мышечного тонуса пальцев и кистей рук; развитие техники тонких движений;
 - *коррекция недостатков и развитие артикуляционной моторики*;
 - *коррекция недостатков и развитие психомоторных функций*: пространственной организации движений;
- моторной памяти;
- слухо-зрительно-моторной и реципрокной координации движений; произвольной регуляции движений.

2.3 Календарное планирование

Месяц: сентябрь Тема: «Мой детский сад»

| неделя | интеграция обл. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|---------------------------|---|--|---|--------------------------|--|-------------------------------------|---|--|----------------|
| 1 | 1 сентября | Построение в колонну по одному по росту | Обычная, на носках, пятках, наружном своде стопы | медленные колонны по одному в постоянном темпе | Без предметов под музыку | Стойка на одной ноге «цапля», «ласточка» | На одной ноге на месте | Броски мяча вверх, о землю и ловля двумя руками | Ползание по модулям | «Лохматый пес» |
| 2 | Осень | Построение в шеренгу по росту | Обычная, в полуприседе, Перекатом с пятки на носок | С захлестом голени, С высоким подниманием бедра | С обручами | Ходьба по шнуру | На одной ноге с продвижением вперед | Прокатывание мяча толчком 2-х рук между предметами из разных и.п. | Подтягивание на скамейке с помощью рук на животе | «Козел» |
| 3 | Деревья. кустарники | Построение в круг | С изменением положения рук | На скорость | С модулями | Ходьба по наклонной доске | Прыжки со сменой положения ног | Метание малого мяча вдаль | Перелезание через препятствие | «Кот и мыши» |

| | | | | | | | | | | |
|---|-------|-------------------|---|-----------------|-------------|--------------------|------------------------|---|-----------------------------|------------------|
| 4 | Грибы | Построение парами | С высоким подниманием бедра, забрасыванием голени назад | Челночный 6х5 м | С игрушками | Ходьба по скамейке | Прыжки в длину с места | Метание малого мяча в вертикальную цель | Подползание под препятствие | «Веселые ребята» |
|---|-------|-------------------|---|-----------------|-------------|--------------------|------------------------|---|-----------------------------|------------------|

Итоговое мероприятие: досуг, посвященный Дню знаний «До свиданья лето, здравствуй, детский сад»

Месяц: октябрь **Тема:** «Осень»

| неделя | интеграция обр. обл. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|--------------------------------|--|-----------------------|--|---------------|----------------------------|---------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|-------------------|
| 1 | Овощи, фрукты | Построение по ориентирам заданного цвета | Спиной вперед | Медленный в колонне по одному в постоянном темпе | С мешочками | Ноги скрестно - ноги врозь | Ходьба по веревке прямо | Метание вдаль | Ползание по модулям | Белки на дереве |
| 2 | Ягоды | Построение по ориентирам заданной формы | змейкой меняя ведущих | Мелким и широким шагом | Без предметов | На длинной скакалке | Ходьба по веревке прямо и боком | Метание в горизонтальную цель | Ползание в упоре сзади («паучёк») | У медведя во бору |

| | | | | | | | | | | |
|---|-------------------------|--|---------------|-----------------------|---------------------------|--------------------------------|--|-----------------------------|-------------------------------|----------------|
| 3 | Злаки | Парами по ориентирам | В полуприседе | Бег «змейкой» | С малым мячом | На короткой скакалке | Ходьба по веревке выложенной «змейкой» | Метание в вертикальную цель | Подползание под препятствие | Куры в огороде |
| 4 | Золотая осень, Листопад | Повороты направо, налево переступанием | выпадами | Наперегонки со старта | С гимнастическими палками | На короткой и длинной скакалке | Ходьба по канату «ёлочкой» | Прокатывание мяча в цель | Перелезание через препятствие | Гуси, гуси |

Итоговое мероприятие: досуг по ПДД «Безопасность на дорогах!»

Месяц: ноябрь **Тема:** «Осень»

| неделя | интеграция обр. обл. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|--------------------------------|--|----------------------------|----------------------------|---------------|----------------------------|--------------------------------------|--|--------------------------------|-------------------|
| 1 | Домашние животные | Повороты направо, налево переступанием | С изменением положения рук | С преодолением препятствий | Без предметов | Из глубокого приседа вверх | Ходьба с мешочком на голове по линии | Элементы баскетбола: ведение на месте и в движении | Ползание назад (спиной вперед) | «Охотники и утки» |

| | | | | | | | | | | |
|---|--|--|---|--|------------|---|--------------------------------|---|---------------------------------|-----------------|
| 2 | Домашние птицы | Построение в 2 колонны, смыкаться и размыкаться приставными шагами | На носках, пятках, наружном своде стопы | В колонне по одному в постоянном темпе | С мячом | Через препятствия | Ходьба по модулям | Элементы баскетбола: броски от груди партнеру, в кольцо | Передвижение в упоре стоя сзади | «Васька кот» |
| 3 | Животные жарких стран | Остановка после ходьбы по сигналу всем вместе | С высоким подниманием колен, в приседе | Бег со сменой темпа | С валиками | Через 5-6 предметов на двух ногах (высота 15-20 см) | Ходьба по разновысоким модулям | кегельбан | По гимнастической лестнице | «Платочки» |
| 4 | День матери (последнее воскресенье ноября) | Равнение в колонне, в шеренге, в круге | «Змейкой» со сменой ведущего | «Змейкой» | С кеглями | В длину с места | Балансировка предметом | серсо | По канату | «Вызов номеров» |

Итоговое мероприятие: досуг «На зарядку становись!»

Месяц: декабрь **Тема:** «Новогодняя сказка»

| | | | | | | | | | | |
|--------|---------------------------|--------------|--------|-----|--------|--------|------------|---------|---------|------|
| неделя | интеграция обр. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|---------------------------|--------------|--------|-----|--------|--------|------------|---------|---------|------|

| | | | | | | | | | | |
|---|--------------------------------|--|---|--------------------|------------------|---|---|---|---|---------------------|
| 1 | Зима пришла | Построение в шеренгу за командиром по сигналу | Враспыну ю на носках, с высоким подниманием колен | эстафетный | На модулях | На 2-х ногах с продвижением боком вправо, влево | Балансировка на балансирах | Элементы волейбола (подача и прием мяча сверху) | Проползание в тоннель | Два мороза |
| 2 | Дикие животные | Равнение в шеренге по линии | Боком скрестным шагом вправо, влево | «Змейкой» | С надувным мячом | На 2-х ногах с продвижением вперед, назад | Стойка на носках на гимнастической скамейке | Элементы волейбола (игра в паре и в кругу) | По наклонной лестнице | «Охотник и лисички» |
| 3 | Животные и птицы Севера | Равнение в колонне в затылок | Приставным шагом вперед, назад, вправо, влево | С изменением темпа | Без предметов | В глубину | Стойка на 1 ноге на гимнастической скамейке | Метание шариков в движущуюся цель | Ползание на четвереньках между предметами и «змейкой» | «Воробьи, вороны» |
| 4 | Зимние забавы, скоро новый год | Построение в 2 колонны после расчета на 1-й, 2-й | Гусиным шаном, спиной вперед, | эстафетный | Со «снежком» | В длину с места | Повороты на гимнастической скамейке | Метание снежков в движущуюся цель | Через препятствие из модулей | Переброска мячей |

Итоговое мероприятие: спортивный праздник «Спорт – чудесная страна»

Месяц: январь **Тема:** «Зима»

| неделя | интеграция обр. обл. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|--|-----------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|---------------|------------------------|---|---|-------------------------------|--------------------|
| 1 | Рождество | Размыкание в колонне | На разных частях стопы | Равномерный длительный | С обручами | На 1-ой ноге по прямой | Ходьба по бревну | Перекатывание фитболов | По гимнастической лестнице | Лиса в курятнике |
| 2 | День здоровья | Размыкание в шеренге | С поворотами и по сигналу | Со сменой ведущего по сигналу | Без предметов | Прыжок в длину | По ограниченной поверхности | Метание вдаль | По веревочной лестнице | Пчелы и мед |
| 3 | Зимующие птицы | Смыкание в колонне, шеренге | С заданиями | Челночный бег | С лентами | С поворотом кругом | Стойка на 1-ой ноге до 1 минуты | Прокатывание мяча из разных и.п. в цель | Подползание под препятствие | Охотники и лисички |
| 4 | День снятия блокады Ленинграда (27 января) | Расчет на 1-й, 2-й, 3-й | Обычным, приставным, скрестным шагом | С перестроением по сигналу | С флажками | На месте вправо-влево | По скамейке с раскладыванием и собиранием | Метание в цель | Перелезание через препятствие | Платочек |

| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|-----------|--|--|--|
| | | | | | | | предметов | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|-----------|--|--|--|

Итоговое мероприятие: досуг «Рождественские колядки»

Месяц: февраль **Тема:** «Защитники Родины»

| неделя | интеграция обр. обл. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|--------------------------------|----------------------|---------------------------|-------------------------------|---------------|------------------------|-----------------------------|------------------------|----------------------------|------------------|
| 1 | Рождество | Размыкание в колонне | На разных частях стопы | Равномерный длительный | С обручами | На 1-ой ноге по прямой | Ходьба по бревну | Перекатывание фитболов | По гимнастической лестнице | Лиса в курятнике |
| 2 | День здоровья | Размыкание в шеренге | С поворотами и по сигналу | Со сменой ведущего по сигналу | Без предметов | Прыжок в длину | По ограниченной поверхности | Метание вдаль | По веревочной лестнице | Пчелы и мед |

| | | | | | | | | | | |
|---|--|-----------------------------|--------------------------------------|----------------------------|------------|-----------------------|---|---|-------------------------------|--------------------|
| 3 | Зимующие птицы | Смыкание в колонне, шеренге | С заданиями | Челночный бег | С лентами | С поворотом кругом | Стойка на 1-ой ноге до 1 минуты | Прокатывание мяча из разных и.п. в цель | Подползание под препятствие | Охотники и лисички |
| 4 | День снятия блокады Ленинграда (27 января) | Расчет на 1-й, 2-й, 3-й | Обычным, приставным, скрестным шагом | С перестроением по сигналу | С флажками | На месте вправо-влево | По скамейке с раскладыванием и собиранием предметов | Метание в цель | Перелезание через препятствие | Платочек |

Итоговое мероприятие: спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества

Месяц: март **Тема:** «Весна»

| неделя | интеграция обр. обл. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|--------------------------------|---------------------------------------|---------------------------|---------------------------------|---------|---|--|--|--------------------------------|-----------------|
| 1 | 8 марта | Построение по диагонали по ориентирам | С закрытыми глазами 3-4 м | Быстрый бег по диагонали и зала | С мячом | Прыжок вверх с места до подвешенного предмета | Ходьба через предметы высотой 20-25 см | Элементы баскетбола Ведение мяча правой и левой рукой | Пролезание между реек лестницы | Охотники и утки |

| | | | | | | | | | | |
|---|-------------------------------|--|---|---------------------------------------|-------------|--|------------------------|---|---|-------------------|
| 2 | Одежда, обувь, головные уборы | Построение в шеренгу, в колонну по одному, по два, по ориентирам | Со сменой ведущего в колонне и «змейкой» | Равномерный в постоянном темпе | С кольцами | Прыжок вверх с небольшого разбега до подвешенного предмета | балансировка | Элементы баскетбола Броски от груди в кольцо | Лазание по наклонной доске | Ёжики |
| 3 | Весна | Равнение в колонне, шеренге, в круге | С высоким подниманием бедра, забрасыванием голени назад | Быстрый из разных стартовых положений | На скамейке | В длину с разбега | Кружение с остановками | кольцеброс | Ползание по гимнастической скамейке на животе | У медведя во бору |
| 4 | Перелетные птицы | Повороты направо, налево переступанием | Скрестным шагом прямо и боком | Медленный «змейкой» | С кеглями | В высоту с разбега | Стопка на 1 ноге | кегельбан | Пролезание в обруч | Куры в огороде |

Итоговое мероприятие: досуг «Мамины помощники»

Месяц: апрель **Тема:** «Космос»

| | | | | | | | | | | |
|--------|--------------------------------|--------------|--------|-----|--------|--------|------------|---------|---------|------|
| неделя | интеграция обр. обл. мотивация | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновесие | метание | лазание | игры |
|--------|--------------------------------|--------------|--------|-----|--------|--------|------------|---------|---------|------|

| | | | | | | | | | | |
|---|-------------------|--|---|-------------------------------|---------------|---|--|---|--|------------|
| 1 | Транспорт | Одновременные и попеременные движения | На наружном своде стопы | Медленный «змейкой» | С мячом | Через качающуюся скакалку | Ходьба по канату «ёлочкой» | Элементы волейбола Прием и подача мяча сверху | Подтягивание на скамейке с помощью рук | Удочка |
| 2 | День космонавтики | Построение в колонну, шеренгу, круг и равнение | С кружением, в приседе, с высоким подниманием бедра | Наперегонки со старта | В парах | Через неподвижную и качающуюся скакалку | Стойка на носках после кружения | Элементы волейбола Прием и подача мяча снизу | С пролета на пролет гимнастической лестницы | Комета |
| 3 | День здоровья | Смыкаться и размыкаться в строю приставными шагами | Приставными шагами в разных направлениях | Медленный в колонне по одному | Со скакалкой | На длинной скакалке | Ходьба по мягкому бревну прямо и боком | Подбрасывание и ловля малого мяча двумя и одной рукой | По гимнастической лестнице чередующимся способом | Кот и мыши |
| 4 | Пасха | Повороты направо, налево, кругом переступанием | Остановка после ходьбы по сигналу всем вместе | Челночный бег 6х5 м | С малым мячом | На короткой скакалке | Стойка на 1 ноге после кружения | Перебрасывание малого мяча с руки на руку, ловля от стены | Ползание в упоре лежа вправо и влево | Паучки |

Итоговое мероприятие: досуг, посвященный Дню космонавтики

Месяц: май **Тема:** «Знаем, помним, гордимся»

| недел я | интеграц ия обр. обл. мотиваци я | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновес ие | метание | лазание | игры |
|------------|--|---|---|--|-----------------------|--|-----------------------------------|--|---|-------------------|
| 1 | Цветы | Однонаправл енные и разнонаправл енные движения | На месте и в движении по сигналу | В быстром темпе по прямой | В кругу | Боком через предметы на 2-х ногах | Ходьба по модулям | Метание мешочков в горизонталь ную цель | Ползание в упоре стоя сзади вперед, назад, боком | Краски |
| 2 | День Победы | В 2 колонны, в 2 шеренги | Строевым шагом | Эстафетн ый бег | б/ п под музыку | В глубину с высоты 30- 40 см | Ходьба по узкой доске | Метание мешочков в вертикальн ую цель | По пластунски | Золотые ворота |
| 3 | Насеком ые | В шахматном порядке расчетом на 1-й, 2-й | Гусиным шагом | Бег с изменени ем направле ния | С мячом | Вверх из глубокого приседа | балансир овка | Броски мяча 1-ой и ловля 2-мя руками | Проползан ие под гимнастиче ской скамейкой | Капуста |
| 4 | День города (27 мая) | В круг, в 2 круга | Спиной вперед | Бег с выполнен ием задания по сигналу | С резиновой лентой | Прыжки на 1 ноге с продвижени ем вперед | Ходьба по мягким бревнам | Прокатыван ие обруча | Лазание с пролета на пролет гимнастиче ской лестницы | Горшки |

Итоговое мероприятие: спортивный праздник «День Победы»

Месяц: июнь **Тема:** «Родина - Россия»

| недел я | интеграц ия обр. обл. мотиваци я | перестроения | ходьба | бег | О.Р.У. | прыжки | равновес ие | метание | лазание | игры |
|------------|---|---|---|--|----------------------------------|---|---------------------------------------|--|---|--------------------|
| 1 | Лето День защиты детей | В рассыпную, соблюдая интервал | На носках, пятках, скрестным шагом | С убегание м и увёртыва нием | С гимнастическ ими палками | На 2-х ногах через палку вперед- назад, вправо- влево, с касанием стоп над палкой | Ходьба с мешочко м на голове | Броски мяча от груди друг другу | Перелезани е через бревно | Охотники и утки |
| 2 | День рождения А.С. Пушкина (6 июня) | В круг и движение по кругу соблюдая дистанцию | С высоким поднимани ем бедра и хлопком под коленом | Равномер ный, длительн ый | С мячами в парах | На 2-х ногах вперед с мячом зажатым между ног | Стойка на носках, кружение | Броски мяча от груди в баскетбольн ое кольцо | «Паучок» по параллельн ым бревнам | Картошка |
| 3 | День России | По ориентирам | С поворотам и, спиной вперед | Эстафетн ый, челночны й | С флажками | Через препятствия с места и с разбега | Ходьба по бревну | Броски мяча снизу в стену и ловля | С пролета на пролет различных лестниц комплекса | Пароль |

| | | | | | | | | | | |
|---|--------------------|---------------------|---|----------------------------|------------|------------------------------------|---|------------------|---|----------------|
| 4 | Мои любимые сказки | В колонну и шеренгу | Гусиным шагом, с движением голени назад | В парах, по тропе здоровья | С обручами | На 1-ой ноге с продвижением вперед | Стойка на 1 ноге, на ограниченной поверхности | Элементы футбола | Пролезание в воротиках, между реек лестницы | Бездомный заяц |
|---|--------------------|---------------------|---|----------------------------|------------|------------------------------------|---|------------------|---|----------------|

Итоговое мероприятие: досуг, посвященный Дню независимости России

2.4 Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию обучающихся

| Объект педагогической диагностики (мониторинга) | Формы и методы педагогической диагностики | Периодичность проведения педагогической диагностики | Длительность проведения педагогической диагностики | Сроки проведения педагогической диагностики |
|---|---|---|--|---|
| -Индивидуальные беседы. достижения детей в образовательной области: "Физическое развитие" | -Индивидуальные беседы. -Проблемные диагностические ситуации. -Наблюдение. -Диагностические игры и игровые ситуации. | 2 раза в год | 2 недели | Сентябрь Май |

2.5 Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся

| месяц | тема | Формы работы |
|----------|--|---|
| Сентябрь | Консультирование по актуальным вопросам | Родительские собрания Информационные стенды |
| Ноябрь | Профилактика плоскостопия | Папки – передвижки Анкетирование, опросники |
| Январь | Обеспечение потребности ребенка в движении дома и на улице | Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум |
| Май | Анализ изменения физического состояния детей за год | Педагогическая беседа индивидуальное консультирование |
| Июнь | Лето – пора оздоровления | Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум |

3. Организационный раздел рабочей программы. 3.1. Структура реализации образовательной деятельности

| Совместная деятельность педагога с детьми | Самостоятельная деятельность детей | Виды деятельности, технологии |
|--|---|--|
| Занятия по физическому развитию - 3 раза в неделю. Спортивные развлечения, досуги 1 раза в месяц | Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах | Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, 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. |
|--|--|------------------------------------|

3.2 Максимально допустимая образовательная нагрузка обучающихся группы (занятия по физическому развитию)
(в соответствии с требованиями СанПиН)

| Группы | Продолжительность одного занятия по физическому развитию | Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю |
|------------------|--|---|
| подготовительная | 30 минут | 3 |

3.3 Создание развивающей предметно- пространственной среды

| Образовательная область | Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды | |
|-------------------------|---|--------------|
| | Содержание | Срок (месяц) |
| Физическое развитие | Для формирования навыков ходьбы дорожки разной длины и ширины, дорожки с оптимально расположенными следами, наклонные доски, верёвочки, шнуры, канаты, ленты, зрительные ориентиры: «следы», «фигурки». | Сентябрь |
| | Для укрепления мышц, поддерживающих свод стопы - массажные коврики, поролоновые дорожки-модули, наклонные доски. Для формирования навыков бега: линии (разметка) верёвочки, различные ориентиры. | Октябрь |
| | Для освоения прыжков: шнуры, ленты, валики, коврики, кубики, обручи, плоскостные фигуры, маты | Ноябрь |
| | Для формирования навыков метания большие и малые мячи, мешочки с песком, корзины, цели (вертикальные, горизонтальные), кольцобросы. | Декабрь |
| | Пособие для подвижных игр. Инвентарь для выполнения ОРУ: обручи, флажки, платочки, ленточки, резиновые игрушки, погремушки, шарики, султанчики. | Январь |
| | Пособие для конкурсов к праздникам; пособие для лазания: воротики, модули, лесенки. | Февраль |
| | Пособие для развития мелкой и крупной моторики рук. (развития мелкой моторики «моталочки») | Март |
| | Для развития глазомера и бинокулярного зрения: ворота, цели-мишени | Апрель |
| | Пособия для релаксации, дыхательной гимнастики | Май |

3.4 Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.)

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа дошкольного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья (с интеллектуальной недостаточностью) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 17 компенсирующего вида Красногвардейского района Санкт –Петербурга
2. Диагностика – развитие – коррекция: программа дошкольного образования детей с интеллектуальной недостаточностью. Санкт – Петербург ЦДК проф. Л.Б. Баряевой 2012 Баряева Л.Б. Гаврилушкина О.П. Зарин А.П., Соколова Н.Д.
3. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. Минск «Універсітэцкае» 1998 В.Н. Шебеко В.А. Шишкина Н.Н. Ермак
4. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. ГИЦ «Владос» 1999 Л.Д. Глазырина В.А. Овсянкин
5. Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду». Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1974 Е.Г. Батурина
6. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1986 Тимофеева Е.А.
7. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии. Методическое пособие. Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2002 Под редакцией Л.В. Шапковой
8. 300 подвижных игр для дошкольников. Практическое пособие. Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2011 Власенко Н.Э.
9. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3 – 5 лет. Москва. МОЗАИКА – СИНТЕЗ. 2011 Т.Е. Харченко
10. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5 – 7 лет. Москва. МОЗАИКА – СИНТЕЗ. 2011 Т.Е. Харченко
11. Комплексы утренней гимнастики для детей 3 – 4 лет. Методическое пособие. Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2009 Е.А. Сочеванова
12. Утренняя гимнастика для детей 2 – 7 лет. Практическое пособие Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2010 Г.А. Прохорова
13. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет ГИЦ «Владос» 2001 Л.И. Пензулаева
14. Подвижные игры с бегом для детей 4 – 7 лет Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2009 Е.А. Сочеванова
15. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2013 Л.А. Соколова
16. Занятия по физкультуре с детьми 3 – 7 лет ТЦ «Сфера» Москва 2008 .Н. Вареник С.Г. Кудрявцева Н.Н. Сергиенко