

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
« 31 » августа 2023 г

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ д/с № 83  
Ю.Н.Логачева  
Приказ № 57/1-а/д от «31» августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
по физическому развитию дошкольников с  
ограниченными возможностями здоровья  
(с задержкой психического развития)  
на 2023-2024 учебный год**

Автор программы:  
инструктор по ФК Панченко Екатерина Андреевна

г.Таганрог, 2023

## Содержание

### I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи реализации Программы
- 1.3. Принципы и подходы к формированию Программы
- 1.4. Планируемые результаты освоения Программы
- 1.5. Значимые характеристики особенностей детей дошкольного возраста с ЗПР
- 1.6. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности

### II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

- 2.1. Описание образовательной деятельности обучающихся с ЗПР в соответствии с направлениями развития ребенка, представленными в пяти образовательных областях
  - 2.1.1. Образовательная область «Физическое развитие»
- 2.2. Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР
- 2.3. Физическое и оздоровительное направление программы
- 2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик
- 2.5. Взаимодействия инструктора по физической культуре с детьми с ОВЗ
- 2.6. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся с ОВЗ в процессе реализации программы

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

- 3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие детей с ЗПР
- 3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды
- 3.3. Режим двигательной активности детей
- 3.4. Перспективное планирование образовательной деятельности
- 3.5. Учебно-методический комплект к реализации Программы

## **I. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Адаптированная образовательная программа дошкольного образования детей с ограниченными возможностями здоровья муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 83 (далее - Программа) разработана в соответствии с:

- Законом РФ «Об образовании» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ
  - Конвенцией о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР от 15.09.1990);
  - Приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
  - Приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
  - СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28);
  - СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2);
  - Приказом Министерства просвещения РФ от 31 июля 2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
  - Устав МБДОУ д/с № 83
- с учетом:
- Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития) МБДОУ д/с № 83

Программа создана как программа психолого-педагогической поддержки, индивидуализации, коррекции нарушений развития и социальной адаптации, развития личности детей от 5 до 7 лет с ограниченными возможностями здоровья в комбинированной группе.

В Программе определены оптимальные условия для коррекционно-развивающей работы и физического развития детей дошкольного возраста с задержкой психического развития, их позитивной социализации, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соответствующих возрасту видах деятельности.

Особое внимание в Программе уделяется развитию личности ребенка, сохранению и укреплению здоровья детей. Программа реализуется в течение всего времени пребывания детей в группе комбинированной направленности МБДОУ д/с № 83.

Программа предусматривает возможность корректировки ее разделов в связи с изменениями нормативно-правовой базы дошкольного образования, образовательного запроса родителей, видовой структуры групп.

### **1.2. Цели и задачи реализации Программы**

**Цель** — создание благоприятных условий для полноценного всестороннего развития физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, формирование предпосылок к учебной деятельности, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника, обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося раннего и дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Цели Программы достигаются через решение следующих **задач**:

- формирование у детей начальных представлений о здоровом образе жизни;
- 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.

### **1.3. Принципы и подходы к формированию Программы**

В соответствии со Стандартом Программа построена на следующих принципах:

- Поддержка разнообразия детства.
- Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.
- Позитивная социализация ребенка.
- Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников Организации) и обучающихся.
- Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
- Сотрудничество Организации с семьей.
- Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

#### **Специфические принципы и подходы к формированию программы для обучающихся с ЗПР:**

Принцип социально-адаптирующей направленности образования: коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство наиболее полной реализации потенциальных возможностей ребенка с ЗПР и обеспечения его самостоятельности в дальнейшей социальной жизни.

2. Этиопатогенетический принцип: для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения. У обучающихся с ЗПР, особенно в дошкольном возрасте, при различной локализации нарушений возможна сходная симптоматика. Причины и механизмы, обуславливающие недостатки познавательного и речевого развития различны, соответственно, методы и содержание коррекционной работы должны отличаться.

3. Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений: для построения коррекционной работы необходимо разобраться в структуре дефекта, определить иерархию нарушений. Следует различать внутрисистемные нарушения, связанные с первичным дефектом, и межсистемные, обусловленные взаимным влиянием нарушенных и сохраненных функций. Эффективность коррекционной работы во многом будет определяться реализацией принципа системного подхода, направленного на речевое и когнитивное развитие ребенка с ЗПР.

4. Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений: психолого-педагогическая диагностика является важнейшим структурным компонентом педагогического процесса. В ходе комплексного обследования ребенка с ЗПР, в котором участвуют различные специалисты психолого-медико-педагогической комиссии (далее <sup>4</sup>

ПМПК), собираются достоверные сведения о ребенке и формулируется заключение, квалифицирующее состояние ребенка и характер имеющихся недостатков в его развитии. Не менее важна для квалифицированной коррекции углубленная диагностика в условиях Организации силами разных специалистов. Комплексный подход в коррекционной работе означает, что она будет эффективной только в том случае, если осуществляется в комплексе, включающем лечение, педагогическую и психологическую коррекцию. Это предполагает взаимодействие в педагогическом процессе разных специалистов: учителей-дефектологов, педагогов-психологов, специально подготовленных воспитателей, музыкальных и физкультурных руководителей, а также сетевое взаимодействие с медицинскими учреждениями.

5. Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития: коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу "замещающего онтогенеза". При реализации названного принципа следует учитывать положение о соотношении функциональности и стадильности детского развития. Функциональное развитие происходит в пределах одного периода и касается изменений некоторых психических свойств и овладения отдельными способами действий, представлениями и знаниями. Стадильное, возрастное развитие заключается в глобальных изменениях детской личности, в перестройке детского сознания, что связано с овладением новым видом деятельности, развитием речи и коммуникации. За счет этого обеспечивается переход на следующий, новый этап развития. Обучающиеся с ЗПР находятся на разных ступенях развития речи, сенсорно-перцептивной и мыслительной деятельности, у них в разной степени сформированы пространственно-временные представления, они неодинаково подготовлены к счету, чтению, письму, обладают различным запасом знаний об окружающем мире. Поэтому программы образовательной и коррекционной работы с одной стороны опираются на возрастные нормативы развития, а с другой - выстраиваются как уровневые программы, ориентирующиеся на исходный уровень развития познавательной деятельности, речи, деятельности обучающихся с ЗПР.

6. Принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач: не позволяет ограничиваться лишь преодолением актуальных на сегодняшний день трудностей и требует построения ближайшего прогноза развития ребенка с ЗПР и создания благоприятных условий для наиболее полной реализации его потенциальных возможностей.

7. Принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании: предполагает организацию обучения и воспитания с опорой на ведущую деятельность возраста. Коррекционный образовательный процесс организуется на наглядно-действенной основе. Обучающихся с ЗПР обучают использованию различных алгоритмов (картинно-графических планов, технологических карт).

8. Принцип необходимости специального педагогического руководства: познавательная деятельность ребенка с ЗПР имеет качественное своеобразие формирования и протекания, отличается особым содержанием и поэтому нуждается в особой организации и способах ее реализации. Только специально подготовленный педагог, зная закономерности, особенности развития и познавательные возможности ребенка, с одной стороны, и возможные пути и способы коррекционной и компенсирующей помощи ему - с другой, может организовать процесс образовательной деятельности и управлять им. При разработке Программы учитывается, что приобретение дошкольниками с ЗПР социального и познавательного опыта осуществляется как в процессе самостоятельной деятельности ребенка, так и под руководством педагогических работников в процессе коррекционно-развивающей работы.

9. Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования: образовательное содержание предлагается ребенку с ЗПР через разные виды деятельности с учетом зон его актуального и ближайшего развития, что способствует развитию, расширению как явных, так и скрытых возможностей дошкольника.

10. Принцип инвариантности ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы: Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и

ориентиры, с учетом которых Организация должна разработать свою адаптированную образовательную программу. При этом за Организацией остается право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся с ЗПР, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей). Содержание программы учитывает личностную направленность педагогического взаимодействия и приоритеты социализации ребенка. В связи с этим важнейшим компонентом общеразвивающей и коррекционной работы является преодоление социальной недостаточности ребенка. Исходя из общности основных закономерностей развития в норме и патологии, в Программе определяются базовые направления педагогической работы, обеспечивающие, прежде всего, целостность, гармоничность личностного развития ребенка. Это осуществляется в процессе следующих образовательных областей: социально-коммуникативного развития, познавательного развития; речевого развития; художественно-эстетического развития; физического развития, ориентированного также и на укрепление здоровья.

#### **1.4. Планируемые результаты освоения Программы**

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ОВЗ к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений обучающихся на разных возрастных этапах дошкольного детства.

##### ***Целевые ориентиры освоения программы детьми дошкольного возраста с ЗПР к 5 годам:***

***Физическое развитие:*** ребенок 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, крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.

##### ***Целевые ориентиры на этапе завершения освоения программы детьми с ЗПР к 7-8 годам.***

***Физическое развитие:*** 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 другое), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

#### **1.5. Значимые характеристики особенностей детей дошкольного возраста с ЗПР Дети 5-6 лет.**

Двигательная деятельность ребёнка становится всё более многообразной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры; начинается освоение разнообразных способов выполнения спортивных упражнений многих видов. Возрастают проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий, их <sup>6</sup>

комбинаций и вариантов. Начинают создаваться небольшие группки по интересу к тому или иному виду упражнений. На 6-м году жизни ребёнка его движения становятся всё более осознанными и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребёнка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к их результативности. Оценка ребёнком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую её объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Дети начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминаний, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности. Растёт уровень физической подготовленности дошкольников, создаются прочные психологические и физиологические основания для повышения их работоспособности путём целенаправленного развития двигательных качеств. В результате регулярных занятий физической культурой, организованных воспитателем и самостоятельных, а также благодаря двигательной активности детей в повседневной жизни и играх повышается уровень развития их физических сил и возможностей, двигательных качеств и работоспособности. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности.

На шестом году жизни двигательный опыт детей заметно расширяется, активно развиваются двигательные и познавательные способности. В развитии мышц выделяются несколько «узловых» периодов. Один из них возраст шесть лет, когда у детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но по-прежнему слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. На шестом году жизни заметно улучшается устойчивость равновесия, столь необходимая при выполнении большинства движений. При этом девочки имеют некоторое преимущество перед мальчиками. Детям легче выполнять упражнения, где имеется большая площадь опоры, но полезны и недлительные позы с опорой на одну ногу, например в подвижных играх: «Сделай фигуру», «Совушка», «Цапля» И др. Резервные возможности сердечнососудистой и дыхательной систем у детей шестого года жизни заметно расширяются, особенно при проведении занятий на открытом воздухе и применении беговых и прыжковых упражнений. Общий объём бега на одном занятии для детей старшей группы в течение года может быть увеличен с 0,6 до 1,5 км, а количество прыжков на месте до 150-160 с двумя непродолжительными интервалами для отдыха. Контроль и оценка как собственных движений, так и движений других детей позволяют ребёнку понять связь между способом выполнения движения и полученным результатом, а также научиться постепенно планировать свои практические и игровые действия, двигательных действий: прыжков в длину и высоту с разбега, метания и др.

### **Дети (6-7 лет.**

Дети 6 лет активны. Они умело пользуются своим двигательным аппаратом. Движения их достаточно координированы и точны. Ребёнок умеет их сочетать в зависимости от окружающих условий. На 7-м году у ребёнка возрастает способность к различению пространственного расположения движущихся предметов, в том числе и перемещающегося человеческого тела. Дети могут объяснить, что и как меняется в соотношении частей тела, когда человек бежит, едет на велосипеде и т.п. Они различают скорость, направление движения, смену темпа, ритма. Ребёнок прослеживает движение последовательно, выделяет (с помощью взрослого) разные его фазы, пытается объяснить их значение для качественного и количественного

результатов движения. Всё это способствует образованию ясных представлений о движениях, ведёт к овладению детьми техникой сложных по координации движений. Дети всё чаще руководствуются мотивами достижения хорошего качества движений. Значительно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении трудного задания. Начинает интенсивно развиваться способность целенаправленно совершать движения отдельных частей тела, например, ног, головы, кистей и пальцев рук и др. У ребёнка постепенно вырабатывается эстетическое отношение к ритмичным, ловким и грациозным движениям. Он начинает воспринимать красоту и гармонию. Многих детей привлекает результат движений, возможность помериться силой и ловкостью со сверстниками. Начинают проявляться личные вкусы детей в выборе движений. Нередко для ребёнка наиболее привлекательны те упражнения, которые у него лучше получаются.

Движения детей седьмого года жизни отличаются достаточной координированностью и точностью, Дети хорошо различают скорость, направление движения, смену темпа и ритма. Растут возможности пространственной ориентировки, заметно увеличиваются проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. У детей этого возраста вырабатывается эстетическое отношение к движениям, они начинают воспринимать красоту и гармонию движений, нередко проявляются личные вкусы в выборе физических упражнений.

#### **1.6. Развивающее оценивание качества образовательной деятельности**

Педагогическая диагностика достижений планируемых результатов направлена на изучение деятельностных умений ребенка, его интересов, предпочтений, склонностей, личностных особенностей, способов взаимодействия со взрослыми и сверстниками. Она позволяет выявлять особенности и динамику развития ребёнка, составлять на основе полученных данных индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной программы, своевременно вносить изменения в планирование, содержание и организацию образовательной деятельности.

Цели педагогической диагностики, а также особенности ее проведения определяются требованиями ФГОС ДО. При реализации Программы может проводиться оценка индивидуального развития детей, которая осуществляется педагогом в рамках педагогической диагностики. Вопрос о ее проведении для получения информации о динамике возрастного развития ребенка и успешности освоения им Программы, формах организации и методах решается непосредственно МБДОУ.

Специфика педагогической диагностики достижения планируемых образовательных результатов обусловлена следующими требованиями ФГОС ДО:

- планируемые результаты освоения основной образовательной программы заданы как целевые ориентиры и представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребёнка на разных этапах дошкольного детства;
- целевые ориентиры не подлежат непосредственной оценке, в том числе и в виде педагогической диагностики (мониторинга), и не являются основанием для их формального сравнения с реальными достижениями детей и основой объективной оценки соответствия установленным требованиям образовательной деятельности и подготовки детей;
- освоение Программы не сопровождается проведением промежуточных аттестаций и итоговой аттестации обучающихся.

Данные положения подчеркивают направленность педагогической диагностики на оценку индивидуального развития детей дошкольного возраста, на основе которой определяется эффективность педагогических действий и осуществляется их дальнейшее планирование.

Результаты педагогической диагностики (мониторинга) могут использоваться 8

исключительно для решения следующих образовательных задач:

1) индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка, построения его образовательной траектории или профессиональной коррекции особенностей его развития);

2) оптимизации работы с группой детей.

Периодичность проведения педагогической диагностики на начальном этапе освоения ребенком образовательной программы в зависимости от времени его поступления в дошкольную группу (стартовая диагностика) и на завершающем этапе освоения программы его возрастной группой (заключительная, финальная диагностика). При проведении диагностики на начальном этапе учитывается адаптационный период пребывания ребенка в группе. Сравнение результатов стартовой и финальной диагностики позволяет выявить индивидуальную динамику развития ребенка.

Педагогическая диагностика индивидуального развития детей проводится педагогом в произвольной форме на основе малоформализованных диагностических методов: наблюдения, свободных бесед с детьми, анализа продуктов детской деятельности (рисунков, работ по лепке, аппликации, построек, поделок и тому подобное), специальных диагностических ситуаций.

При необходимости педагог может использовать специальные методики диагностики физического, коммуникативного, познавательного, речевого, художественно-эстетического развития.

Основным методом педагогической диагностики является наблюдение. Ориентирами для наблюдения являются возрастные характеристики развития ребенка. Они выступают как обобщенные показатели возможных достижений детей на разных этапах дошкольного детства в соответствующих образовательных областях. Педагог наблюдает за поведением ребенка в деятельности (игровой, общении, познавательно-исследовательской, изобразительной, конструировании, двигательной), разных ситуациях (в режимных процессах, в группе и на прогулке, совместной и самостоятельной деятельности детей и других ситуациях). В процессе наблюдения педагог отмечает особенности проявления ребенком личностных качеств, деятельностных умений, интересов, предпочтений, фиксирует реакции на успехи и неудачи, поведение в конфликтных ситуациях и тому подобное.

Наблюдая за поведением ребенка, педагог обращает внимание на частоту проявления каждого показателя, самостоятельность и инициативность ребенка в деятельности. Частота проявления указывает на периодичность и степень устойчивости показателя. Самостоятельность выполнения действия позволяет определить зону актуального и ближайшего развития ребенка. Инициативность свидетельствует о проявлении субъектности ребенка в деятельности и взаимодействии. Результаты наблюдения фиксируются, способ и форму их регистрации педагог выбирает самостоятельно. Оптимальной формой фиксации результатов наблюдения может являться карта развития ребёнка. Педагог может составить ее самостоятельно, отразив показатели возрастного развития ребенка и критерии их оценивания. Фиксация данных наблюдения позволит педагогу выявить и проанализировать динамику в развитии ребенка на определенном возрастном этапе, а также скорректировать образовательную деятельность с учетом индивидуальных особенностей развития ребенка и его потребностей.

Результаты наблюдения могут быть дополнены беседами с детьми в свободной форме, что позволяет выявить причины поступков, наличие интереса к определенному виду деятельности, уточнить знания о предметах и явлениях окружающей действительности и другое.

Анализ продуктов детской деятельности может осуществляться на основе изучения материалов портфолио ребенка (рисунков, работ по аппликации, фотографий работ по лепке, построек, поделок и другого). Полученные в процессе анализа качественные характеристики существенно дополняют результаты наблюдения за

продуктивной деятельностью детей (изобразительной, конструктивной, музыкальной и другой деятельностью).

Педагогическая диагностика завершается анализом полученных данных, на основе которых педагог выстраивает взаимодействие с детьми, организует РППС, мотивирующую активную творческую деятельность обучающихся, составляет индивидуальные образовательные маршруты освоения образовательной Программы, осознанно и целенаправленно проектирует образовательный процесс.

При необходимости используется психологическая диагностика развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей, причин возникновения трудностей в освоении образовательной программы), которую проводят квалифицированные специалисты (педагоги-психологи, психологи). Участие ребёнка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей). Результаты психологической диагностики могут использоваться для решения задач психологического сопровождения и оказания адресной психологической помощи.

## **II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ**

### **2.1. Описание образовательной деятельности обучающихся с ЗПР в соответствии с направлениями развития ребенка**

#### **2.1.1. Образовательная область «Физическое развитие»**

Основное содержание образовательной деятельности с детьми дошкольного возраста представлено Федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (стр. 345-353 Федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1022).

В соответствии со Стандартом физическое развитие включает приобретение опыта в двигательной деятельности, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; движений, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьбы, бега, мягких прыжков, поворотов 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).

**Цели, задачи** и содержание представлены двумя разделами:

- Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Физическая культура.

**Задачи** раздела «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся: в том числе обеспечение их эмоционального благополучия;
- повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; создание условий, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы и других систем организма;
- воспитание культурно-гигиенических навыков: создание условий для адаптации обучающихся к двигательному режиму;
- содействие формированию культурно-гигиенических навыков и полезных привычек;
- формирование начальных представлений о здоровом образе жизни: ценностей здорового образа жизни, относящихся к общей культуре личности; создание условий

для овладения детьми элементарными нормами и правилами питания, закаливания.

**Задачи**, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

- обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка независимо от психофизиологических и других особенностей (в том числе, ограниченных возможностей здоровья);
- оказание помощи родителям (законным представителям) в охране и укреплении физического и психического здоровья их обучающихся.

**Дети от 5 до 6 лет**

<b>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся</b>	Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание педагогического работника в случае плохого самочувствия, недомогания
<b>Воспитание культурно-гигиенических навыков</b>	Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность
<b>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</b>	Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений

**Дети 7-й-8-й год жизни**

<b>Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся</b>	Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения)
<b>Воспитание культурно-гигиенических навыков</b>	Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность
<b>Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни</b>	Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для здоровья

**Физическая культура – общие задачи:**

- развитие двигательных качеств (быстроты, силы, выносливости, координации): организация видов деятельности, способствующих гармоничному физическому развитию обучающихся; поддержание инициативы обучающихся в двигательной деятельности;
- совершенствование умений и навыков в основных видах движений и двигательных качеств: формирование правильной осанки; воспитание красоты, грациозности,

выразительности движений;

- развитие у обучающихся потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании: формирование готовности и интереса к участию в подвижных играх и соревнованиях; формирование мотивационно-потребностного компонента физической культуры. Создание условий для обеспечения потребности обучающихся в двигательной активности.

**Задачи**, актуальные для работы с детьми с ЗПР:

- Развитие общей и мелкой моторики.
- Развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка.
- Формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

#### Дети от 5 до 6 лет

<b>Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации)</b>	Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения - у мальчиков, гибкость - у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.
<b>Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями)</b>	Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Способен выполнить общеразвивающие упражнения с различными предметами, тренажерами. Доступны энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег на носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Выполняет разные виды прыжков: в длину, ширину, высоту, глубину, соблюдая возрастные нормативы. Прыгает через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Выполняет разнообразные движения с мячами: прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами, бросание мяча вверх, о землю и ловля

	<p>двумя руками, отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5-6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5-9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5-4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40-50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием, лазанием, метанием, играх-эстафетах. Участвует в спортивных играх: в городках, баскетболе по упрощенным правилам. В футболе доступно отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг ног. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности</p>
<p><b>Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</b></p>	<p>Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и грациозность движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях с другими детьми. Помогает педагогическим работникам готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне</p>

#### **Дети 7-й-8-й год жизни**

<p><b>Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации)</b></p>	<p>Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх. Высокие результаты при выполнении тестовых заданий</p>
<p><b>Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями)</b></p>	<p>Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения. Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами. Соблюдает требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге - энергичная работа рук; в прыжках - группировка в полете, устойчивое равновесие при</p>

	<p>приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании - ритмичность при подъеме и спуске. Освоены разные виды и способы ходьбы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Сохраняет динамическое и статическое равновесия в сложных условиях: в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок; перешагивая предметы; выполняя повороты кругом, перепрыгивание ленты, подпрыгивая. Может: стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх; кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. В беге сохраняет скорость и заданный темп, направление, равновесие. Доступен бег: через препятствия - высотой 10-15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения). Сочетает бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с преодолением препятствий в естественных условиях. Ритмично выполняет прыжки, может мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Доступны: подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом, смещая ноги вправо - влево, сериями с продвижением вперед, перепрыгиванием линии, веревки, продвижением боком. Выполняет прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170-180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см); прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами; прыжки через большой обруч как через скакалку. Освоены разные виды метания, может отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами: метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцоброс) разными способами. В лазании освоено: энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд; быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестницам; по канату (шесту) способом "в три приема". Может организовать знакомые подвижные игры с подгруппой обучающихся, игры-эстафеты, спортивные игры: городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит; баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы; футбол: знает способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр; настольный теннис, бадминтон: умеет правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. Может контролировать свои действия в соответствии с правилами. В ходьбе на лыжах осваивает: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойках. Может кататься на коньках: сохранять равновесие, "стойку конькобежца" во время движения, выполнять скольжение и повороты.</p>
--	--

	Умеет кататься на самокате: отталкиваться одной ногой; плавать: скользить в воде на груди и спине, погружаться в воду; кататься на велосипеде: по прямой, по кругу, "змейкой", умение тормозить; кататься на санках; скользить по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Управляет движениями осознанно
<b>Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании</b>	Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и комбинирует движения, проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и других детей. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Развит интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в

<b>Задачи и педагогические условия образовательной деятельности и коррекционно-развивающей работы</b>	
<i>Коррекционно-развивающая направленность образовательной деятельности по формированию начальных представлений о ЗОЖ</i>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- знакомить ребенка на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений;</li> <li>- систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования;</li> <li>- осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности ребенка;</li> <li>- проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений;</li> <li>- проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката;</li> <li>- учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений;</li> <li>- контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки;</li> <li>- осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей ребенка;</li> <li>- включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп;</li> <li>- осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у ребенка;</li> <li>- объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур;</li> <li>- учить ребенка элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит;</li> <li>- развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах;</li> <li>- побуждать ребенка рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья;</li> <li>- привлекать родителей к организации двигательной активности ребенка, к закреплению у ребенка представлений и практического опыта по основам ЗОЖ</li> </ul>	
<i>Коррекционно-развивающая направленность образовательной деятельности по физической культуре</i>	

- создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность ребенка;
- использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки; разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе;
- учить ребенка выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях;
- развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей; способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений;
- совершенствование качественной стороны движений - ловкости, гибкости, силы, выносливости;
- развивать точность произвольных движений, учить ребенка переключаться с одного движения на другое;
- учить ребенка выполнять упражнения по словесной инструкции взрослых и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырех движений;
- воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений;
- формировать у ребенка навыки контроля динамического и статического равновесия;
- учить ребенка сохранять заданный темп во время ходьбы;
- закреплять навыки в разных видах бега;
- закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику;
- учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;
- продолжать учить ребенка самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений;
- учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;
- включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств;
- совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;
- стимулировать потребность ребенка к точному управлению движениями в пространстве;
- формировать у ребенка навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;
- стимулировать положительный эмоциональный настрой ребенка и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции;
- развивать слухо-зрительно-моторную координацию движений под музыку;
- предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом

*Коррекционно-развивающая образовательная деятельность по преодолению недостатков и развитию ручной моторики*

- дифференцированно применять игры и упражнения для нормализации мышечного тонуса;
- развивать движения кистей рук по подражанию действиям педагога;
- развивать умения удерживать позу пальцев и кистей рук; развивать умение сгибать и разгибать каждый палец на руке;
- тренировать активные движения кистей;
- развивать движения хватания, совершенствовать разные виды захвата крупных и мелких

<p>предметов разной формы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять игровые упражнения для расслабления мышц пальцев и кистей рук при утомлении;</li> <li>- развивать практические умения при выполнении орудийных и соотносящих предметных действий;</li> <li>- развивать умения выполнять ритмичные движения руками под звучание музыкальных инструментов;</li> </ul> <p>развивать технику тонких движений в «пальчиковой гимнастике»; побуждать выполнять упражнения пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать у ребенка специфические действия пальцами рук в играх с мелкими предметами и игрушками разной фактуры;</li> <li>- развивать захват мелких или сыпучих материалов указательным типом хватания;</li> <li>- учить ребенка выкладывать мелкие предметы по заданным ориентирам;</li> <li>- развивать умения выполнять практические действия с водой;</li> <li>- учить выполнять определенные движения руками под звуковые и зрительные сигналы;</li> <li>- развивать динамический праксис;</li> <li>- учить ребенка выполнению элементов самомассажа каждого пальца от ногтя к основанию;</li> <li>- учить выполнять действия расстегивания и застегивания, используя различные виды застежек.</li> </ul> <p><i>Совершенствовать базовые графомоторные навыки и умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать базовые графические умения;</li> <li>- развивать зрительно-моторную координацию при проведении различных линий по образцу;</li> <li>- развивать точность движений, учить обводить по контуру различные предметы, используя трафареты, линейки, лекала;</li> <li>- развивать графические умения и целостность восприятия при изображении предметов, дорисовывая недостающие части к предложенному образцу;</li> <li>- развивать целостность восприятия и моторную ловкость рук при воспроизведении образца из заданных элементов;</li> <li>- учить ребенка заштриховывать штриховать контуры простых предметов в различных направлениях;</li> <li>- развивать умения раскрашивать по контуру сюжетные рисунки цветными карандашами, с учетом индивидуальных предпочтений при выборе цвета</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><i>Коррекционно-развивающая образовательная деятельность по преодолению недостатков и развитию артикуляционной моторики</i></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать моторный праксис органов артикуляции, зрительно-кинестетические ощущения для усиления перцепции артикуляционных укладов и движений;</li> <li>- вырабатывать самоконтроль за положением органов артикуляции;</li> <li>- формировать правильный артикуляционный уклад для всех групп звуков с помощью артикуляционной гимнастики;</li> <li>- развивать статико-динамические ощущения, четкие артикуляционные кинестезии;</li> <li>- формировать фонационное дыхание при дифференциации вдоха и выдоха через нос и рот;</li> <li>- развивать оральный праксис, мимическую моторику в упражнениях подражательного характера</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><i>Коррекционно-развивающая образовательная деятельность по преодолению недостатков и развитию психомоторной сферы</i></p>
<p><b><i>Использование музыкально-ритмических упражнений, логопедической и фонетической ритмики</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- продолжать развивать и корригировать нарушения сенсорно-перцептивных и моторных компонентов деятельности;</li> <li>- способствовать развитию у ребенка произвольной регуляции в ходе выполнения двигательных заданий;</li> <li>- при совершенствовании и преодолении недостатков двигательного развития использовать разные сигналы;</li> <li>- развивать зрительное внимание и зрительное восприятие с опорой на двигательную активность;</li> <li>- развивать слуховое восприятие, внимание, слухо-моторную и зрительно</li> </ul>

моторную координацию;

- формировать и закреплять двигательные навыки, образность и выразительность движений посредством упражнений психогимнастики, побуждать к выражению эмоциональных состояний с помощью пантомимики, жестов, к созданию игровых образов и т. п.;
- развивать у ребенка двигательную память, предлагая выполнять двигательные цепочки из четырех-шести действий; танцевальных движений;
- развивать у ребенка навыки пространственной организации движений;
- закреплять у ребенка умения анализировать свои движения, движения сверстников, осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе двигательных упражнений;
- подчинять движения темпу и ритму речевых и неречевых сигналов и сочетать их выполнение с музыкальным сопровождением, речевым материалом;
- предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, побуждать сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом;
- учить ребенка отстукивать ритмы по слуховому образцу, затем соотносить ритмическую структуру с графическим образцом

## **2.2. Программа коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР**

**Целью** программы коррекционной работы: создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

**Задачи:**

- выявление особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обусловленных недостатками в их физическом и (или) психическом развитии, индивидуально-типологических особенностей познавательной деятельности, эмоционально-волевой и личностной сфер;
- проектирование и реализация содержания коррекционно-развивающей работы в соответствии с особыми образовательными потребностями ребенка;
- выявление и преодоление трудностей в освоении общеобразовательной и коррекционной программ, создание психолого-педагогических условий для более успешного их освоения;
- формирование функционального базиса, обеспечивающего успешность когнитивной деятельности ребенка за счет совершенствования сенсорно-перцептивной, аналитико-синтетической деятельности, стимуляции познавательной активности;
- целенаправленное преодоление недостатков и развитие высших психических функций и речи;
- целенаправленная коррекция недостатков и трудностей в овладении различными видами деятельности (предметной, игровой, продуктивной) и формирование их структурных компонентов: мотивационного, целевого, ориентировочного, операционального, регуляционного, оценочного;
- создание условий для достижения детьми целевых ориентиров ДО на завершающих его этапах;
- выработка рекомендаций относительно дальнейших индивидуальных образовательных маршрутов с учетом индивидуальных особенностей развития и темпа овладения содержанием образования;
- осуществление индивидуально ориентированного психолого-педагогического сопровождения с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей обучающихся в соответствии с рекомендациями ПМПК и ППК.

**Содержание образовательной деятельности по профессиональной коррекции недостатков в развитии обучающихся с ЗПР**

Коррекционно-развивающая и профилактическая работа с детьми с ЗПР

пронизывает все образовательные области, предусмотренные Стандартом. Содержание коррекционной работы определяется как с учетом возраста обучающихся, так (и прежде всего) на основе выявления их достижений, образовательных трудностей и недостатков в развитии.

### **Коррекционно-развивающая работа в образовательной области «Физическое развитие»**

Коррекционно-развивающая направленность работы в области «Физическое развитие» обучающихся с ЗПР подразумевает создание условий: для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, физического развития, формирования у них полноценных двигательных навыков и физических качеств, применения 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 их физического развития и оздоровления.

**Задачи** коррекционно-развивающей работы в образовательной области «Физическое развитие»:

*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.

Разделы	Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы
Коррекционная направленность в работе по формированию начальных представлений о ЗОЖ	1) знакомить обучающихся на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании - для ног, рук, туловища); 2) систематически проводить игровые закалывающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости обучающихся, расслабление гипертонуса мышц; 3) осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности обучающихся; создавать условия для нормализации их двигательной активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных обучающихся (включать их в совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников, деликатно ограничивать их повышенную подвижность; 4) проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у обучающихся самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений ("сосулька зимой" - мышцы напряжены, "сосулька весной" - мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации; 5) проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности -

	<p>песку, мату; захват ступнями, пальцами ног предметов); 6) учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям обучающихся, но и несколько превышать их); 7) внимательно и осторожно подходить к отбору</p>
	<p>содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для обучающихся, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность); 8) контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений) в процессе коррекции недостатков моторного развития и развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкально-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения); 9) осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей обучающихся; 10) включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у обучающихся; 11) объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии педагогического работника); 12) учить обучающихся элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит; 13) развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах; 14) проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц; 15) побуждать обучающихся рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья; 16) привлекать родителей (законных представителей) к организации двигательной активности обучающихся, к закреплению у обучающихся представлений и практического опыта по основам ЗОЖ.</p>
<p>Коррекционная направленность в работе по физической культуре</p>	<p>1) создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность обучающихся (например, предлагать детям игровые задания: "пройди между стульями", "попрыгай как заяц"); 2) использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, "гимнастику" пробуждения после дневного сна, занятия ритмикой, подвижные игры на свежем воздухе; 3) учить обучающихся выполнять физические упражнения в коллективе, развивать способность пространственной ориентировки в построениях, перестроениях; 4) развивать двигательные навыки и умения реагировать на изменение положения тела во время перемещения по сложным конструкциям из полифункциональных мягких модулей (конструкции</p>

	<p>типа "Ромашка", "Островок", "Валуны"); 5) способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений; 6) совершенствование качественной стороны движений - ловкости, гибкости, силы, выносливости; 7) развивать точность произвольных движений, учить обучающихся</p>
	<p>переключаться с одного движения на другое; 8) учить обучающихся выполнять упражнения по словесной инструкции педагогических работников и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырёх движений; 9) воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений; 10) формировать у обучающихся навыки контроля динамического и статического равновесия; 11) учить обучающихся сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный); 12) закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера; 13) закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия; 14) учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча; 15) продолжать учить обучающихся самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои варианты игр, комбинации движений; 16) учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами; 17) включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников; 18) совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп; 19) стимулировать потребность обучающихся к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства); 20) формировать у обучающихся навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств; 21) стимулировать положительный эмоциональный настрой обучающихся и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции; 22) развивать слухо-зрительно-моторную координацию движений под музыку: побуждать двигаться в соответствии с темпом, ритмом, характером музыкального произведения), 23) предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (обучающиеся могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал или один ребенок проговаривает, остальные выполняют или педагогический работник проговаривает, обучающиеся выполняют).</p>

<p>Коррекция недостатков и развитие ручной моторики</p>	<p>1) дифференцированно применять игры и упражнения для нормализации мышечного тонуса; 2) развивать движения кистей рук по подражанию действиям педагогического работника; формировать дифференцированные движения кистями и пальцами рук: сгибание и разгибание, отведение в стороны пальцев; выполнять согласованные действия пальцами обеих рук. 3) развивать умения удерживать позу пальцев и кистей рук; развивать умение сгибать и разгибать каждый палец на руке; 4) тренировать активные движения кистей (вращения, похлопывания); 5) развивать движения хватания, совершенствовать разные виды захвата крупных и мелких предметов разной формы; 6) применять игровые упражнения для расслабления мышц пальцев и кистей рук при утомлении; 7) развивать практические умения при выполнении орудийных и соотносящих предметных действий; 8) развивать умения выполнять ритмичные движения руками под звучание</p>
	<p>музыкальных инструментов; 9) развивать технику тонких движений в "пальчиковой гимнастике"; побуждать выполнять упражнения пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением; 10) формировать у обучающихся специфические действия пальцами рук в играх с мелкими предметами и игрушками разной фактуры: кручение, нанизывание, щелчки, вращение, формировать дифференцированные движения пальцев рук при нанизывании бус, пуговиц, колечек на шнурок в определенной последовательности, представленной на образце; 11) развивать захват мелких или сыпучих материалов указательным типом хватания; 12) учить обучающихся выкладывать мелкие предметы по заданным ориентирам: точкам, пунктирным линиям; 13) развивать умения выполнять практические действия с водой: переливание воды из одной емкости в другую при использовании чашки, деревянной ложки, половника, воронки; пересыпать сыпучие материалы; 14) учить выполнять определенные движения руками под звуковые и зрительные сигналы (если я подниму синий флажок - топни, а если красный-хлопни в ладоши; в дальнейшем значение сигналов изменяют); 15) развивать динамический праксис, чередование позиций рук "кулак - ладонь", "камень - ножницы"); 16) учить обучающихся выполнению элементов самомассажа каждого пальца от ногтя к основанию; 17) учить выполнять действия расстегивания и застегивания, используя различные виды застежек (липучки, кнопки, пуговицы). Совершенствовать базовые графомоторные навыки и умения: 1) формировать базовые графические умения: проводить простые линии - дорожки в заданном направлении, точки, дуги, соединять элементы на нелинованном листе, а затем в тетрадах в крупную клетку с опорой на точки; 2) развивать зрительно-моторную координацию при проведении различных линий по образцу: проводить непрерывную линию между двумя волнистыми и ломаными линиями, повторяя изгибы; проводить сплошные линии с переходами, не отрывая карандаш от листа; 3) развивать точность движений, учить обводить по контуру различные предметы, используя графареты, линейки, лекала; 4) развивать графические умения и целостность восприятия при изображении предметов, дорисовывая недостающие части к предложенному образцу; 5) развивать целостность восприятия и моторную ловкость рук при воспроизведении образца из заданных элементов; 6) учить обучающихся заштриховывать штриховать контуры простых предметов в различных направлениях; 7) развивать умения раскрашивать по контуру сюжетные рисунки цветными карандашами, с учетом индивидуальных предпочтений при выборе цвета.</p>

<p>Коррекция недостатков и развитие артикуляционной моторики</p>	<p>1) развивать моторный праксис органов артикуляции, зрительно-кинестетические ощущения для усиления перцепции артикуляционных укладов и движений; 2) вырабатывать самоконтроль за положением органов артикуляции; 3) формировать правильный артикуляционный уклад для всех групп звуков с помощью артикуляционной гимнастики; 4) развивать статико-динамические ощущения, четкие артикуляционные кинестезии; 5) формировать фонационное (речевое) дыхание при дифференциации вдоха и выдоха через нос и рот; 6) развивать оральный праксис, мимическую моторику в упражнениях подражательного характера (яркое солнышко - плотно сомкнули веки, обида - надули щеки).</p>
<p>Коррекция недостатков и развитие психомоторной сферы</p>	<p>Использование музыкально-ритмических упражнений, логопедической и фонетической ритмики: 1) продолжать развивать и корригировать нарушения сенсорно-перцептивных и моторных компонентов деятельности (слухо-зрительно-моторную координацию, мышечную выносливость, способность перемещаться в пространстве на основе выбора объекта для движения по заданному признаку); 2) способствовать развитию у обучающихся произвольной регуляции в ходе выполнения двигательных заданий; 3) при совершенствовании и преодолении недостатков двигательного развития использовать разные сигналы (речевые и неречевые звуки; наглядность в соответствии с возможностями зрительного восприятия); 4) развивать зрительное внимание и зрительное восприятие с опорой на двигательную активность; 5) развивать слуховое восприятие, внимание, слухо-моторную и зрительно-моторную координации; 6) формировать и закреплять двигательные навыки, образность и выразительность движений посредством упражнений психогимнастики, побуждать к выражению эмоциональных состояний с помощью пантомимики, жестов, к созданию игровых образов (дворник, повар...); 7) развивать у обучающихся двигательную память, предлагая выполнять двигательные цепочки из четырех-шести действий; танцевальных движений; 8) развивать у обучающихся навыки пространственной организации движений; совершенствовать умения и навыки одновременного выполнения детьми согласованных движений, а также навыки разноименных и разнонаправленных движений; 9) учить обучающихся самостоятельно перестраиваться в звенья, передвигаться с опорой на ориентиры разного цвета, разной формы; 10) формировать у обучающихся устойчивый навык к произвольному мышечному напряжению и расслаблению под музыку; 11) закреплять у обучающихся умения анализировать свои движения, движения других детей, осуществлять элементарное двигательное и словесное планирование действий в ходе двигательных упражнений; 12) подчинять движения темпу и ритму речевых и неречевых сигналов и сочетать их выполнение с музыкальным сопровождением, речевым материалом; 13) предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, побуждать сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (обучающиеся могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок, или педагогический работник, проговаривает его, остальные выполняют); 14) учить обучающихся отстукивать ритмы по слуховому образцу, затем соотносить ритмическую структуру с графическим образцом.</p>

### 2.3. Физическое и оздоровительное направление программы

**Цель:** сформировать навыки здорового образа жизни, где безопасность жизнедеятельности лежит в основе всего. Физическое развитие и освоение ребенком с ОВЗ своего тела, происходит в виде любой двигательной активности: выполнение бытовых обязанностей, игр, ритмики и танцев, творческой деятельности, спорта, прогулок (ценность – «здоровье»).

**Задачи по формированию здорового образа жизни:**

- обеспечение построения образовательного процесса физического воспитания обучающихся с ОВЗ (совместной и самостоятельной деятельности) на основе здоровьесберегающих и здоровьесоблюдающих технологий, и обеспечение условий для гармоничного физического и эстетического развития ребенка;
- закаливание, повышение сопротивляемости к воздействию условий внешней среды;
- укрепление опорно-двигательного аппарата; развитие двигательных способностей, обучение двигательным навыкам и умениям;
- формирование элементарных представлений в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни;
- организация сна, здорового питания, выстраивание правильного режима дня;
- воспитание экологической культуры, обучение безопасности жизнедеятельности.

**Направления деятельности инструктора по ФК:**

- организация подвижных, спортивных игр, в том числе традиционных народных игр, дворовых игр на территории детского сада;
- создание детско-педагогических работников проектов по здоровому образу жизни;
- введение оздоровительных традиций в МБДОУ.

*Формирование у дошкольников культурно-гигиенических навыков* является важной частью воспитания культуры здоровья. Воспитатель формирует у дошкольников с ОВЗ понимание того, что чистота лица и тела, опрятность одежды отвечают не только гигиене и здоровью человека, но и социальным ожиданиям окружающих людей. Особенность культурно-гигиенических навыков заключается в том, что они должны формироваться на протяжении всего пребывания ребенка с ОВЗ в МБДОУ.

В формировании культурно-гигиенических навыков режим дня играет одну из ключевых ролей. Привыкая выполнять серию гигиенических процедур с определенной периодичностью, ребенок с ОВЗ вводит их в свое бытовое пространство, и постепенно они становятся для него привычкой.

#### Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ

Блок физкультурно-оздоровительной работы	Содержание физкультурно-оздоровительной работы
Создание условий для двигательной активности	<ul style="list-style-type: none"> <li>• режим дня;</li> <li>• совместная деятельность взрослого и ребенка;</li> <li>• оснащение (спортивным инвентарем, оборудованием, наличие музыкально-спортивного зала, спортивных площадок, спортивных центров в группах);</li> <li>• индивидуальный режим пробуждения после дневного сна.</li> </ul>
Система двигательной активности, система психологической помощи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• утренняя гигиеническая гимнастика;</li> <li>• прием детей на улице в теплое время года;</li> <li>• совместная деятельность инструктора по физической культуре и детей;</li> <li>• двигательная активность на прогулке;</li> <li>• физкультура на улице;</li> <li>• подвижные игры;</li> <li>• физкультминутки во время совместной деятельности;</li> <li>• бодрящая гимнастика после дневного сна</li> </ul>

Система закаливания, оздоровления	<ul style="list-style-type: none"> <li>• усиление утреннего фильтра;</li> <li>• утренний прием на свежем воздухе в теплое время года;</li> <li>• утренняя гигиеническая гимнастика (разные формы: оздоровительный бег, ритмические движения, игры); <ul style="list-style-type: none"> <li>• облегченная форма одежды;</li> <li>• ходьба босиком до и после сна;</li> <li>• контрастные воздушные ванны (перебежки);</li> <li>• солнечные ванны (в летнее время)</li> </ul> </li> </ul>
Организация рационального питания	<ul style="list-style-type: none"> <li>• организация второго завтрака (соки, фрукты);</li> <li>• введение овощей и фруктов в обед и полдник;</li> <li>• строгое выполнение норм питания;</li> <li>• питьевой режим;</li> <li>• С-витаминация третьих блюд;</li> <li>• гигиена приема пищи;</li> <li>• индивидуальный подход к детям во время приема пищи;</li> <li>• правильность расстановки мебели</li> </ul>
Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья, физической подготовленности, психоэмоционального состояния	<ul style="list-style-type: none"> <li>• диагностика уровня физического развития;</li> <li>• диспансеризация детей детской поликлиникой;</li> <li>• диагностика физической подготовленности;</li> <li>- обследование психоэмоционального состояния детей педагогом-психологом</li> </ul>

#### **2.4. Особенности образовательной деятельности разных видов и культурных практик**

Образовательная деятельность основана на организации педагогом видов деятельности, заданных ФГОС дошкольного образования. Игровая деятельность является ведущей деятельностью ребенка дошкольного возраста. В организованной образовательной деятельности она выступает в качестве основы для интеграции всех других видов деятельности ребенка дошкольного возраста. В младшей и средней группах детского сада игровая деятельность является основой решения всех образовательных задач. Игровая деятельность представлена в образовательном процессе в разнообразных формах — это подвижные игры, игры-путешествия, игровые проблемные ситуации, спортивные игры, игры-эстафеты.

При этом обогащение двигательного опыта в играх детей тесно связано с содержанием непосредственно организованной образовательной деятельности.

*Познавательно-исследовательская деятельность включает в себя широкое познание детьми объектов предметного и социального мира (собственное тело, спортивная жизнь мира, страны, региона и т.д.), безопасного поведения, освоение средств и способов познания (моделирования, экспериментирования):*

- Использование художественной литературы и фольклора организуется педагогом как логоритмики, помогающий лучше освоить предлагаемый материал.
- Двигательная деятельность организуется в процессе занятий физической культурой, требования к проведению которых согласуются дошкольным учреждением с положениями действующего СанПин.

*Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов, требует особых форм работы в соответствии с реализуемыми задачами воспитания, обучения и развития ребенка:*

- двигательную деятельность детей, активность которой зависит от содержания организованной образовательной деятельности в первой половине дня;
- работу по воспитанию у детей культурно-гигиенических навыков и культуры здоровья.

Образовательная деятельность, осуществляемая во время прогулки, включает:

– подвижные игры и упражнения, направленные на оптимизацию режима двигательной активности и укрепление здоровья детей;

На протяжении образовательной деятельности организуются разнообразные культурные практики, ориентированные на проявление детьми самостоятельности и творчества в двигательной деятельности. В культурных практиках педагогом создается атмосфера свободы выбора, творческого обмена и самовыражения, сотрудничества взрослого и детей. Организация культурных практик носит преимущественно подгрупповой характер:

- Совместная деятельность детей (подвижные игры и игровые упражнения) направлена на обогащение её новыми движениями, элементами, освоение детьми двигательных умений, необходимых для выполнения заданий.
- Рефлексивная деятельность: анализ своих чувств, мыслей, взглядов (что узнали? что порадовало? и пр.). Результатом работы в творческой мастерской является создание обыгрывания песен.
- Организация спортивных игр - подгрупповая форма проведения образовательной деятельности по ознакомлению со спортивными играми с мячом, правилами игр и историей их возникновения и развития. Дети (старшие дошкольники) имеют возможность получить больше знаний, умений и навыков в двигательной деятельности с разными видами мячей.
- Детский досуг - вид деятельности, целенаправленно организуемый взрослыми для игры, развлечения, отдыха.

#### Физкультурно-массовая работа

Перспективный план физкультурных досугов и спортивных праздников МБДОУ д/с № 83 на 2023-2024 учебный год

Группа	Название	
Комбинированная группа	I квартал	«Физкульт-ура!»
		«Красный, жёлтый, зелёный»
		«Весёлый мяч»
	II квартал	«Будем ёлку наряжать»
		«Весёлая физкультура»
		«День защитника Отечества»
		Праздник «Зимние забавы»
	III квартал	«Весёлые старты»
		«Морское путешествие»
		«Путешествие к разноцветным планетам»
	I квартал	«Мы со спортом дружим».
		«Путешествие в Играй- город»
		«Физкульт - ура!»
	II квартал	«Мы мороза не боимся»
		«В гостях у Зимушки - зимы»
		«Масленица»
		Праздник «Весёлые старты с первоклашками»
	III квартал	«Туристический поход»
«Мы спортсмены»		
«Веселый стадион»		

Традиционным для дошкольного учреждения является проведение: на уровне МБДОУ:

- общественных праздников («День Победы», «День защитника Отечества», «Международный женский день», «День работников дошкольного образования»);
- сезонных праздников («Осень», «Новый год», «Колядки»);

- тематических мероприятий («День Здоровья», «Неделя безопасности», «Книжная неделя», «Театральная неделя»);
- социальных и экологических акций («День Защитника Отечества», «День космонавтики», «Открытка для ветерана», «Читаем детям о войне», «Бессмертный полк», «Окна Победы», «День птиц», «День воды», «Праздник эколят», «Посади дерево»).

Виды совместной деятельности: игровая, познавательная, коммуникативная, продуктивная, двигательная, трудовая, художественно-эстетическая.

Основные **формы и содержание** деятельности:

- Проекты. В настоящее время проекты являются самой распространенной формой взаимодействия всех участников образовательных отношений. Традиционные события оформляются в различные проекты, где предусматриваются различные виды детской деятельности и формы проведения. В конце каждого проекта проводится итоговое мероприятие.
- Совместные игры. Это одна из основных форм воспитательного воздействия в процессе проведения традиционных мероприятий. Применяются различные виды игр: сюжетно-ролевые, творческие, подвижные и малоподвижные, народные, игры-драматизации, квест-игры.
- Творческие мастерские. В свободное время дети занимаются рисованием, лепкой, аппликацией, конструированием. Делают различные макеты, коллажи, экологические знаки и стенгазеты, подарки, поделки для выставок, сюжетно-ролевых игр. Совместно с воспитателями и родителями изготавливают атрибуты для совместных мероприятий.
- Выставки. По тематике многих мероприятий проводятся выставки: информационные, фотовыставки, декоративно-прикладного искусства, экологические, социальные.

Традиционными в детском саду стали выставки детских работ «Мой любимый детский сад», «Мой город Таганрог», «Защитники Отечества», «Мама – солнышко мое», «День Победы».

Социальные и экологические акции. В акциях принимают участие сотрудники, родители и воспитанники МБДОУ. В ходе акций дошкольники получают природоведческие знания, социокультурные и экологические навыки, активную жизненную позицию.

Конкурсы, викторины. Эти мероприятия имеют познавательное содержание и проходят в развлекательной форме. Проводятся по всем направлениям развития дошкольников.

Музыкально-театрализованные представления. Данные представления проводятся в виде концертов, театральных постановок, развлечений.

Спортивные и оздоровительные мероприятия. В рамках многих традиционных событий предусматриваются различные виды двигательной деятельности (физкультурные досуги, соревнования, эстафеты), которые развивают у детей потребность в здоровом образе жизни и воспитывают любовь к спорту.

## **2.5. Взаимодействия инструктора по физической культуре с детьми с ОВЗ**

Формы, способы, методы и средства реализации программы, которые отражают следующие аспекты образовательной среды:

- характер взаимодействия с педагогическим работником;
- характер взаимодействия с другими детьми;
- система отношений ребенка к миру, к другим людям, к себе самому.

Формы, способы, методы и средства реализации Программы образования определены в соответствии с задачами воспитания и обучения, возрастными и индивидуальными особенностями детей, спецификой их особых образовательных потребностей и интересов.

Программа построена на реализации технологии деятельностного метода «Ситуация». Суть данной технологии заключается в организации развивающих ситуаций, в которых дети сталкиваются с затруднениями, фиксируют то, что у них пока не получается, выявляют причины затруднений, выходят на формулировку задач (детских целей), а затем в активной деятельности делают свои первые «открытия». Содержание образования проектируется как путь в общечеловеческую культуру. При этом педагог становится организатором, помощником, консультантом детей и выполняет свою профессиональную миссию — быть проводником в мир общечеловеческой культуры. Такие ситуации могут отличаться по форме организации (например, это могут быть сюжетно-ролевые и дидактические игры, прогулки, экскурсии, занятия, праздники и др.), а также по локализации во времени. Несмотря на все отличия, они имеют сходную структуру и включают следующие этапы, или «шаги»:

1. Введение в ситуацию. Создаются условия для возникновения у детей внутренней потребности (мотивации) включения в совместную деятельность. Дети фиксируют свою «детскую» цель.
2. Актуализация детского опыта (знаний, умений, способов). Воспитатель организует деятельность, в которой целенаправленно актуализируются знания, умения и способности детей, необходимые им для нового «открытия».
3. Затруднение в ситуации (проблематизация содержания). В контексте выбранного сюжета моделируется ситуация, в которой дети сталкиваются с затруднением в деятельности. Воспитатель помогает детям приобрести опыт фиксации затруднения и выявления его причины с помощью системы вопросов («Смогли?» — «Почему мы не смогли?»).
4. «Открытие» нового знания (способа действий). Используя различные приемы и методы (подводящий диалог, побуждающий диалог), педагог организует построение нового знания и способа действий, которое фиксируется детьми в речи и, возможно, в знаках.
5. Включение нового знания (способа действия) в систему знаний (способов интеллектуальной и практической деятельности). Воспитатель организует различные виды деятельности, в которых новое знание или способ действий используется в новых условиях.
6. Осмысление. Данный этап является необходимым элементом любой деятельности, так как позволяет приобрести опыт выполнения таких важных универсальных действий, как фиксирование достижения цели и определение условий, которые позволили добиться этой цели.

Реализация программы обеспечивается на основе форм, способов, методов и средств, соответствующих принципам и целям федерального государственного образовательного стандарта и выбираемых педагогическим работником с учетом возраста воспитанников, особенностей и интересов детей, запросов родителей (законных представителей).

Все формы вместе и каждая в отдельности реализуются через сочетание организованных взрослыми и самостоятельно иницилируемых свободно выбираемых детьми видов деятельности.

Виды и формы детской деятельности:

Двигательная деятельность – это форма активности ребенка, позволяющая ему решать двигательные задачи путем реализации двигательных функций.

Виды двигательной деятельности:

- гимнастика:
- основные движения (ходьба, бег, метание, прыжки, лазанье, равновесие);
- строевые упражнения (построения, перестроения);
- общеразвивающие упражнения;
- танцевальные упражнения
- подвижные игры  
    гимнастика;
- подвижные игры;
- подвижные игры с правилами;
- игры малой

- подвижности;
- сюжетные игры;
- игровые упражнения;
- соревнования;
- реализация проекта;
- физминутки;
- пальчиковые игры;
- спортивные развлечения, праздники

В рамках реализации Программы применяют формы организации образовательной деятельности

– индивидуальную, групповую, фронтальную.

При реализации Программы инструктор по физической культуре использует разнообразные методы и приемы работы с детьми. Выбор и сочетание методов и приемов зависит от содержания образовательных задач, видов деятельности и возрастных особенностей детей. В раннем возрасте ведущая роль принадлежит наглядным и игровым методам; в среднем дошкольном возрасте возрастает роль практических и словесных методов; в старшем дошкольном возрасте повышается роль словесных методов обучения.

#### **2.6. Особенности взаимодействия инструктора по физической культуре с семьями обучающихся с ОВЗ в процессе реализации программы**

В условиях работы с детьми с ЗПР перед педагогическим коллективом встают новые задачи по взаимодействию с семьями обучающихся, так как их родители (законные представители) также нуждаются в специальной психолого-педагогической поддержке. Одной из важнейших задач является просветительско-консультативная работа с семьей, привлечение родителей (законных представителей) к активному сотрудничеству, так как только в процессе совместной деятельности МБДОУ и семьи удастся максимально помочь ребенку в преодолении имеющихся недостатков и трудностей.

**Целью взаимодействия инструктора по физической культуре и семьи** является: содействие повышению двигательной активности и общего физического развития детей через организацию целенаправленной совместной деятельности педагога и родителей.

Задачи взаимодействия педагога с семьями дошкольников.

- Познакомить родителей с особенностями физического и психического развития ребенка, развития самостоятельности, навыков безопасного поведения, умения оказать элементарную помощь в угрожающих здоровью ситуациях
- Способствовать формированию потребности здорового образа жизни семьи, необходимости занятиях физической культурой.
- Ориентировать родителей на развитие познавательной деятельности ребенка, обогащение его кругозора, развитие произвольных психических процессов, элементов логического мышления в ходе игр, общения со взрослыми и самостоятельной детской деятельности.
- Помочь родителям создать условия для развития физических качеств ребенка, организованности, ответственности дошкольника, умений взаимодействия со взрослыми и детьми двигательной деятельности.
- Способствовать развитию партнерской позиции родителей в общении с ребенком, развитие положительной самооценки, уверенности в себе, познакомить родителей с со способами развития самоконтроля и воспитания ответственности за свои действия и поступки.

Содержание работы с семьями воспитанников по реализации Программы отражается в перспективном плане взаимодействия с родителями (законными представителями) воспитанников.

Необходимость взаимодействия инструктора по ФК с родителями традиционно признается важнейшим условием эффективности воспитания детей. Более того, в соответствии с ФГОС ДО сотрудничество с родителями является одним из основных принципов дошкольного образования. Личностные качества (патриотизм, доброжелательность, сострадание, чуткость, отзывчивость) воспитываются в семье, поэтому участие родителей в работе МБДОУ, в совместных с детьми мероприятиях, их личный пример – все это вместе дает положительные результаты в воспитании детей, приобщении к социокультурным нормам. Поэтому активное включение родителей в единый совместный воспитательный процесс позволяет реализовать все поставленные задачи и значительно повысить уровень партнерских отношений. Основные формы и содержание работы с родителями:

**Консультации.** Это самая распространенная форма психолого-педагогической поддержки и просвещения родителей. Проводятся индивидуальные и групповые консультации по различным вопросам воспитания ребенка. Активно применяются консультации-презентации с использованием ИК-технологий.

**Мастер-классы.** Форма сотрудничества, посредством которой педагог знакомит с практическими действиями решения той или иной задачи. В результате у родителей формируются педагогические умения по различным вопросам воспитания детей.

**Праздники, фестивали, конкурсы, соревнования.** Проводятся совместные с родителями мероприятия, которые включают в общее интересное дело всех участников образовательных отношений. Тем самым оптимизируются отношения родителей и детей, родителей и педагогов, педагогов и детей.

### **III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ**

#### **3.1. Психолого-педагогические условия, обеспечивающие развитие детей с ЗПР**

Направлениями деятельности МБДОУ, реализующей Программу, являются:

- развитие физических, интеллектуальных, нравственных, эстетических и личностных качеств;
- формирование предпосылок учебной деятельности;
- сохранение и укрепление здоровья;
- коррекция недостатков в физическом и (или) психическом развитии обучающихся;
- создание современной развивающей предметно-пространственной среды, комфортной как для обучающихся с ЗПР;
- формирование у обучающихся общей культуры.

Коррекционно-развивающая работа строится с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР и заключений ПМПК.

*Основные формы совместной деятельности взрослых и детей:*

- обдумывание и рассказывание об окружающих вещах и явлениях;
- экспериментирование;
- чтение художественной литературы, рассматривание картин, иллюстраций;
- разработка и участие в совместных проектах.

#### **Методы реализации Программы в МБДОУ**

*Словесные:* Передача информации детям

*Наглядные:*

- Метод иллюстраций – показ иллюстративных пособий (плакатов, картин, зарисовок)
- Метод демонстраций - показ мультфильмов, диафильмов и др.
- Компьютер индивидуального пользования, мультимедийный экран

*Практические:*

- Выполнение практических заданий проводится после знакомства детей с тем или иным содержанием и носит обобщающий характер. Упражнения могут проводиться не только в организованной образовательной деятельности, но и в самостоятельной деятельности.

*Информационно-рецептивный:*

- Сообщение готовой информации, ее восприятие, осознание и фиксация в памяти

*Репродуктивный:*

- Выполнении действий по образцу.

*Проблемное изложение:*

- Постановка перед детьми проблемы - сложного теоретического или практического вопроса, требующего исследования, разрешения

*Частично-поисковый:*

- Расчленение проблемной задачи на подпроблемы, и осуществление отдельных шагов поиска ее решения

*Исследовательский:*

- В процессе образовательной деятельности дети овладевают методами познания, формирования опыта поисково-исследовательской деятельности детей

*Активные методы:*

- Использование в образовательном процессе определенной последовательности выполнения заданий: анализ и оценка конкретных ситуаций, дидактические игры, специально разработанные игры, моделирующие реальность и приспособленные для целей обучения.

### **3.2. Организация развивающей предметно-пространственной среды**

Развивающая предметно-пространственная среда (РППС) МБДОУ соответствует требованиям ФГОС ДО и санитарно-эпидемиологическим требованиям и обеспечивает реализацию адаптированной основной образовательной программы.

Развивающая предметно-пространственная образовательная среда – часть образовательной среды, представленная специально организованным пространством (помещениями МБДОУ, прилегающими и другими территориями, предназначенными для реализации Программы), материалами, оборудованием, электронными образовательными ресурсами и средствами обучения и воспитания детей дошкольного возраста, охраны и укрепления их здоровья, предоставляющими возможность учета особенностей детей с ЗПР.

Предметно-пространственная развивающая образовательная среда (далее - ППРОС) МБДОУ обеспечивает реализацию программы, спроектирована с учетом психофизических особенностей обучающихся с ОВЗ.

Развивающая предметно-пространственная среда (далее – РППС) соответствует требованиям ФГОС ДО и санитарно-эпидемиологическим требованиям. РППС обеспечивает реализацию программы. РППС обладает свойствами открытой системы и выполняет образовательную, воспитывающую, мотивирующую функции. В МБДОУ имеются музыкально-спортивный зал, который оснащен необходимым спортивным оборудованием, атрибутами для спортивных игр и физических упражнений. Участок МБДОУ содержит объекты для спортивных и подвижных игр, имеется спортивная площадка. Спортивное оборудование участка и помещений безопасно, эстетически привлекательно. В группах созданы условия для самостоятельной двигательной активности детей, предусмотрена площадь, свободная от мебели и игрушек, наличие игрушек, побуждающих к двигательной игровой деятельности (мячи, обручи). Педагоги обеспечивают сменяемость игрушек, стимулирующих двигательную активность детей несколько раз в день.

Помещение	Основное предназначение	Оснащение
-----------	-------------------------	-----------

Музыкально-спортивный зал	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Утренняя гимнастика.</li> <li>— Образовательная деятельность.</li> <li>— Спортивные мероприятия с Родителями.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Спортивное оборудование для прыжков, метания, равновесия, ползания и лазания.</li> <li>— Кладовая для использования инструктором.</li> <li>— ФК пособий, атрибутов, спортивного инвентаря.</li> <li>— Пианино.</li> <li>— Музыкальный центр.</li> </ul>
Спортивная площадка	Организованная образовательная деятельность по физической культуре, спортивные игры, досуговые мероприятия, праздники	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Спортивное оборудование.</li> <li>— Оборудование для спортивных игр.</li> </ul>
Центры двигательной активности в групповых помещениях	Расширение индивидуального двигательного опыта в самостоятельной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> <li>— Оборудование для равновесия, для прыжков.</li> <li>— Для катания, бросания, ловли.</li> <li>— Для ползания и лазания.</li> <li>— Атрибуты к подвижным</li> </ul>

### *Физкультурное оборудование*

Тип оборудования	Наименование
Для ходьбы, бега и равновесия	Валик мягкий
	Коврики, дорожки массажные
	Шнур длинный
	Мешочек с песком
Для прыжков	Куб деревянный
	Мини-мат
	Обруч плоский цветной
	Шнур короткий
	Палка гимнастическая длинная
	Скакалки
Для катания, бросания, ловли	корзина для метания
	Мешочек с грузом большой
	Мяч резиновый
	Мяч-шар надувной
	Обруч малый
	Кегли (набор)
	Кольцеброс (набор)
	Серсо (набор)
	Шары цветные фибропластиковые
	Мяч набивной утяжеленный
Для ползанья и лазанья	Лабиринт игровой
	Ящики для влезания
Для общеразвивающих упражнений	Мяч резиновый
	Лента цветная (короткая)
	Мешочек с грузом малый
	Мяч массажный
	Обруч плоский
	Палка гимнастическая короткая
	Гантели
	Кольцо резиновое малое
	Кольцо резиновое малое

Колечко с лентой
Нестандартное физкультурное оборудование
Атрибуты к подвижным играм
Игрушки, стимулирующие двигательную активность (флажки, платочки, султанчики, кубики, шишки, ленты, шары, шарики на резинке, скакалки)
- оборудование для спортивных игр баскетбол, бадминтон, футбол, городки (биты, ворота, воланы, ракетки)

### 3.3. Режим двигательной активности детей

Правильный режим дня – это рациональная продолжительность и разумное чередование различных видов деятельности и отдыха в течение суток. Основным принципом правильного построения режима является его соответствие возрастным психофизиологическим особенностям детей дошкольного возраста. Организация жизнедеятельности детей дошкольного возраста в МБДОУ зависит от их возрастных и индивидуальных особенностей и предусматривает лично-ориентированный подход к организации всех видов детской деятельности. В МБДОУ используется гибкий режим дня, т.е. в него вносятся изменения исходя из особенностей сезона, индивидуальных особенностей детей. На гибкость режима влияет и окружающий социум.

Режим пребывания детей в образовательном учреждении разработан в соответствии с:

- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20)
- ФГОС дошкольного образования.

Особенности моделирования организации непосредственно образовательной деятельности. Непосредственно образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, проводится в первую половину дня. Для профилактики утомления детей ведётся сочетание её с образовательной деятельностью, направленной на физическое и художественно-эстетическое развитие детей.

Суммарный объем двигательной активности воспитанников предусмотрен в организованных формах образовательной деятельности не меньше 1 часа в день с учетом возраста, психофизиологических особенностей детей, времени года и режима работы. Непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию детей 6-7 лет организуют не менее 3 раз в неделю. 1 раз в неделю круглогодично организуется непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию на открытом воздухе (ППДА- прогулка с повышенной двигательной активностью).

#### Режим двигательной активности детей

Формы работы	Виды занятий	5 – 6 лет	6 – 7 лет
Физкультурные занятия	а) в помещении	2 раза в неделю по 25 мин.	2 раза в неделю по 30 мин.
	б) на улице	1 раз в неделю 25 мин.	1 раз в неделю 30 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	а) утренняя гимнастика	Ежедневно 8 – 10	Ежедневно 10 - 12
	б) подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 25 - 30	Ежедневно 2 раза (утром и вечером) 30 - 40
	в) физкультминутки (в середине статического	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и	3 – 5 ежедневно в зависимости от вида и

	занятия)	содержания занятий	содержания занятий
Активный отдых	а) физкультурный досуг	1 раз в месяц 30 - 45	1 раз в месяц 40
	б) физкультурный праздник	2 раза в год до 60 мин.	2 раза в год до 60 мин.
	в) день здоровья	1 раз в квартал	1 раз в квартал
Самостоятельная двигательная деятельность	а) самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования	Ежедневно	Ежедневно
	б) самостоятельные подвижные и спортивные игры	Ежедневно	Ежедневно

### **3.4. Перспективное планирование образовательной деятельности** **ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ** **СЕНТЯБРЬ**

Мотивация	Перестроение	Ходьба	Бег	ОРУ	Упр. На равновесие	Прыжки	Метание	Лазание	Подвижные игры
1. Традиционная структура занятия	Построение в колонну; игра «По местам» - по сигналу дети находят свои места в колонне	Обычная ходьба с заданием на движение рук. Игра «Будь внимательным»	Бег «змейкой», по сигналу – смены ведущего	Без предметов	Ходьба по гимнастич. скамейке боком, приставным шагом, руки за голову О	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед до обозначенного места П	Подбивание ракеткой волана как можно больше число раз без падения	Пролезание в обруч правым и левым боком З	«Ловишки с лентами»
2. «Мы волейболисты»	Построение в колонну. Повороты направо, налево	Обычная ходьба в сочетании с ходьбой гимнастич. шагом – мяч впереди, ходьба на носках – мяч за голову	Бег на носках в колонне с мячом под правой рукой, по сигналу мяч переложить под другую руку	С большим мячом	Ходьба гимнастич. шагом по скамейке с мячом, на каждый шаг, фиксирую положение мяча (вниз, вперед, вверх) П	Прыжки с мячом между кеглями, мяч зажат между колен З	Бросать мяч вверх, о землю и ловить его двумя руками, не менее 20 раз, а одной – не менее 10 раз подряд О	Лазание по гимнастич. стенке, перелезание с пролета на пролет	«Чья команда больше забросит мячей в корзину» (метание)
3. Традиционная структура занятия	Перестроение в три звена. Игра «Найди свое звено»	Обычная ходьба на пятках, на наружных сводах стопы, враспыну с нахождением своего	Бег на носках, с захлестыванием голени, с изменением темпа, с высоким подниманием коленей	С большим мячом	Ходьба по гимнастич. скамейке З	Прыжки через скакалку	Бросать мяч хлопками, поворотами и другими заданиями П	Ползание на четвереньках по гимнастич. скамейке О	«Лягушки и цапли» (прыжки)

		места в колонне							
4. . Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Построение в две колонны	Обычная ходьба, по сигналу - ходьба враспыну, на пятках	Бег в среднем темпе- 40сек., по сигналу, чередуя с ходьбой	С обручем	«Полоса препятствий». Бег по скамейке на носках	«Полоса препятствий»: прыжки через модули разной высоты (высота 15-20-30см)	«Кто больше бросит мячей в баскетбольную корзину»	«Пролетание в воротик и»	«Караси и щука»

### ОКТАБРЬ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традиционная структура занятия	Перестроение парами; 3-4 раза менять направление движения по команде «Кругом!»	Ходьба в колонне по одному, на сигнал смена направления. Ходьба через предмет	Легкий бег на носках, меняя темп бега, бег по сигналу – бег через предметы	С малым и обручами	Упражнение в ведении мяча правой и левой рукой, обходя поставленные в ряд предметы (6-8 кубиков, кеглей)	Прыжки и вверх из глубокого приседа, продвигаясь вперед	Перебрасывание мяча в парах из и.п. стоя и сидя на коленях, лицом друг к другу	Ползание на низких четвереньках по наклонной доске, по скамейке, спуск тоже по наклонной доске	«Быстро возьми, быстро положи» (бег с переносом игрушки к ориентиру)
2.. Занятие с элементами аэробики	Перестроение парами; 3-4 раза менять направление движения по команде «Кругом!»	Ходьба гимнастическим шагом с притопами, приставной шаг с приседанием	Легкий бег на носках, с захлестыванием голени назад, подскоком, боковым галопом	Аэробика	Бег в среднем темпе, во время которого дети пробегают по скамейкам	Прыжки и через скамейку по 3-5 раз подряд. Прыгают, продвигаясь от одной стороны площадки до другой	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди	На гимнастическом лестнице принять и.п. вис, разведение ног в стороны, сведение ног вместе, поднять ноги вверх, держать угол	«Пустое место»
3. Традиционная структура занятия	Повороты на месте направо, налево, кругом, в движении. Перестроение в три колонны	Ходьба широкими выпадами, спиной вперед, на высоких четвереньках, на носках	Обычный бег, бег «змейкой», по сигналу-смена направления движения	С малым и обручами	Ходьба по гимнастическим скамейкам на носках, приседая на одной ноге, другую прямую махом пронося сбоку вперед	Прыжки и вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие (высота 20см)	Стоя в двух колоннах, дети один за другим ударяют по мячу, стараясь сбить кегли с расстояния 2м (2-3раза)	Ползание на четвереньках, перешагивая через предмет на скамейке (кирпичики)	Элементы городков «Попади – сбей кеглю»

					О				
4. . Занятие, построенн ое на эстафетах, соревнова ниях и подвижны х играх	Построе ние в круг, в два круга	Ходьба на носках, на пятках, по сигналу – остановк а, на средних четверен ьках	Семенящи й бег, чередую с бегом широким шагом, по сигналу – перестрое ние в пары	«Сбей кегля» ; «Подб рость и пойма й»	Ходьба по гимнасти ч. скамейке боком, приставн ым шагом; прямо, перешаг ивая палку, которую держат дети поперек скамейки (2-3раза)	Эстафет а «Кто быстрее через препятс твия к флажку »: прыжки на двух ногах через скамейк у, обратно – бег по скамейк е	Элементы футбола – вести мяч ногой между кеглями «змейкой»	«Пропол зи и не задень»- подлезан ие в воротца (высота 40-50см)	«10 переда ч»

### НОЯБРЬ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традици онная структур а занятия	Построе ние в шеренгу , размыка ние пристав ным шагом	Ходьба с изменен ием направле ния по ориенти рам, остановк а по сигналу	Бег выбрасы вая прямые ноги вперед и широки м шагом	С лентами	Ходьба по гимнаст ич. скамейк е на носках, приседа я на одной ноге, другую прямую махом пронося сбоку, фиксиру я движени е руками П	Прыжки вверх из глубокого приседа, на мягкое покрытие (высота 20см) С	Отбива ние мяча о пол правой и левой рукой поочер едно, стоя на месте О	Лазание чередую щимся шагом по гимнасти ч. стенке, касание рукой верхней переклад ины, переход на соседний пролет и спуск вниз	«Не урони» (перебрас ывание через сетку)
2.. Занятие с элемента ми аэробики	Построе ние в шеренгу , колонну , равнени е на ведущег о, поворот ы на месте	Ходьба с ритмиче скими хлопкам и под правую ногу. Пружин истый шаг носка	Бег на носках в разных направле ниях, по сигналу – бег в колонне	С лентами	На гимнаст ич. кольцах: вис, раскачив ание, вис согнувш ись, соскок О	Подпрыгн вание до предмета, подвешен ного на 25-30см выше поднятой руки с места и разбега С	Ведени е мяча одной рукой в движен ии П	Лазание по 2-3 раза до верха гимнасти ч. стенки, ускоряя и замедляя темп передви жения	«Найди где спрятано»
3. Традици онная структур а занятия	Перестр оение в 2, 3 колонны на месте; расчет	Ходьба парами, тройкам и, по сигналу- ходьба врассып	Бег парами, тройкам и, по сигналу – бег врассып	С гимнасти ческой скакалкой	Ходьба по гимнаст ич. скамейк е, выполня	Прыжки через скакалку, продвига я между расставле нными на	Работа с мячом в движен ии одной	Ползание по гимнасти ч. скамейке на животе,	«Попрыгу нчики воробышк и»

	на 1,2,3 –й в движени и	ную	ную		я приседа ния на середин е, руки вперед З	площадке предмета ми	рукой, по сигнал у – перейт и на бег С	подтягив аясь руками и отталки ваясь ногами О	
4. . Занятие, построен ное на эстафета х, соревнов аниях и подвижн ых играх	Перестр оение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба по кругу, взявши ь за руки, ходьба с заданием для рук	Бег по кругу, по сигналу – смена направле ния	С гимнасти ческой скакалкой	«Перетя ни за черту» ( в парах перетяги вают за руки друг друга у черты)	Прыжки через скакалку, вращая ее вперед и назад; прыжки с ноги на ногу	«Ловис ь рыбка» ( водящи й ловит «рыбку » в обруче)	Ползание по гимнасти ч. скамейке на животе, подтягив аясь руками и отталки ваясь ногами	«Горелки»

### ДЕКАБРЬ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традицио нная структура занятия	Перестр оение из одной шеренги в две	Чередов ание ходьбы «змейко й» по залу с ходьбой врассып ную, с остановк ой по сигналу	Чередов ание бега «змейко й» в колонне с бегом врассып ную, с остановк ой по сигналу	С гантелям и	Ходьба по гимнаст ич. скамейк е, с поворот ом кругом на середин е С	Прыжки через скакалку, вращая ее вперед и назад; прыжки с ноги на ногу	Ведение мяча в разных направл ениях с останов кой на сигнал О	Ползан ие по гимнаст ич. скамейк е на спине, подтяги ваясь руками и отталки ваясь ногами	«Веселые парочки» ( передача мяча в движении по кругу)
2. «Смелые альпинист ы» ( предварит ельная работа- загадка)	Построе ние в 2 шеренги , 3 шеренги	Ходьба с ритмиче скими хлопкам и под правую ногу. Пружин истый шаг носка	Бег на носках в разных направле ниях, по сигналу – бег в колонне	С лентой	На гимнаст ич. кольцах: вис, раскачив ание, вис согнувш ись, соскок О	Подпрыг ивание до предмета, повешен ного на 25-30см выше поднятой руки с места и разбега С	Ведение мяча одной рукой в движени и П	Ползан ие по гимнаст ич. скамейк е на спине, подтяги ваясь руками и отталки ваясь ногами	«Найди, где спрятано»
3. Традицио нная структура занятия	Перестр оение в 2, 3 колонны на месте; расчет на 1,2,3 –й в движени и	Ходьба парами, тройкам и, по сигналу- ходьба врассып ную	Бег парами, тройкам и, по сигналу – бег врассып ную	С гимнасти ческой скакалкой	Ходьба по гимнаст ич. скамейк е, выполня я приседа ния на середин е, руки	Ведение мяча с высоким отскоком, свободно передвига ясь по залу, стараясь делать по 2-3 удара мяча о	Работа с мячом в движени и одной рукой , по сигналу – перейти на бег С	Ползан ие по гимнаст ич. скамейк е на животе, подтяги ваясь руками и отталки	«Попрыгу нчики воробьш ки»

					вперед 3	пол на каждый шаг		ваясь ногами	
4. . Занятие, построенн ое на эстафетах, соревнова ниях и подвижны х играх	Перестр оение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба по кругу, взявши сь за руки, ходьба с заданием для рук	Бег по кругу, по сигналу – смена направле ния	С гимнасти ческой скакалкой	«Перетя ни за черту» ( в парах перетяги вают за руки друг друга у черты)	Прыжки в длину с разбега	«Ловись рыбка» (водящий ловит «рыбку» в обруче)	Ползан ие по гимнаст ич. скамейк е на животе, подтяги ваясь руками и отталки ваясь ногами	«Горелки »

### ЯНВАРЬ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традицио нная структура занятия с мячом	Расчет на 1-й, 2-й; перестро ение из одной шеренги в две	Ходьба с мячом в руках со сменой положения рук и ног на 8 счетов	Бег с мячом в руках, с преодоле нием препятст вий ( воротики )	С мячам и	Ходьба по гимнас тич. скамей ке с мячом в руках на носках, на среди не поворо т вокруг себя О	Впрыги вать с разбега в 3 шага на предмет ы высото й до 40см; спрыги вать с них 3	«Попади в обруч»	Ползание по- пластунск и до ориентира , прокатыв ая перед собой мяч П	«Отбери у противник а мяч ногой» (элементы футбола)
2.. Занятие с элемент ами аэробики	Расчет на 1-й, 2-й; 3-й; перестро ение по расчету	Ходьба с ритмичны м притопыва нием, двигаясь в колонне и по кругу	Чередова ние обычного бега с бегом, высоко поднимая колени	Аэроб ика	Ходьба по гимнас тич. скамей ке с мячом в руках на носках, на среди не поворо т вокруг себя	Прыжк и в длину с места ( не менее 100см)	«Попади в кольцо»	Лазание по гимнасти ч. лестнице чередующ имся шагом О	Игра на внимание «Сумей изобразить спортсмен а»
3. Традицио нная структура занятия ( с обручами )	Перестро ение в 2, 3 колонны через середину	Ходьба с обручем в руках, по сигналу – смена положения рук	Обычный бег с обручем в руках чередова ть с бегом, захлесты	С обруч ами	Легкий бег на носках с обруче м в руках по	Прыжк и в длину с места ( не менее 100см)	Метание малого мяча в вертикал ьную цель ( обруч ) правой и	Ползание по- пластунск и под шнуром до ориентира (4-5м)	«Попрыгу нчики воробьишк и»

			вая голень назад, по сигналу – надеть обруч на себя		гимнастич. скамейке, сохраняя равновесие П		левой рукой (расстояние 3 м) О	3	
4. . Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Расчет на 1-й, 2-й; 3-й; перестроение по расчету	Чередование ходьбы в рассыпную по залу с ходьбой в парах и тройках (по желанию детей)	Чередование бега в рассыпную по залу с бегом «змейкой»	С лентами	«Брось мяч в корзину одной рукой от плеча» (баскетбол); «Проведи шайбу клюшкой вокруг предметов» (хоккей); «Отбери мяч у противника ногой» (футбол); «Подбрось и поймай мяч на ракетку после отскока от пола» (бадминтон) «Опиши свой любимый снаряд» (спортивные упражнения)				

### ФЕВРАЛЬ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традиционная структура занятия	Перестроение в 4 колонны через середину, расхождение парами налево, направо	Ходьба в сочетании с другими движениями: перешагивание через палку	Бег с палкой в чередовании с прыжками на одной ноге	С гимнастич. палками	Ходьба по гимнастич. скамейке с перешагиванием через палку З	Прыжки и через короткую скакалку разными способами (на двух ногах, с ноги на ногу, на одной ноге) О	Метание малого мяча в вертикальную цель, стоя на коленях П	Лазание по гимнастич. стенке с пролета на пролет	Игра «Перелет птиц»
2.. Занятие с элементами аэробики	Перестроение из одного круга в два	Ходьба с ритмичными хлопками вверху под правой ногой, ходьба гимнастич. шагом с носка	Бег, выбрасывание прямые ноги вперед; бег мелким и широким шагом	Аэробика	На кольцах: вис, раскачивание согнувшись, стойка, соскок О	Прыжки и через короткую скакалку П	Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3м)	Подлезание под дугу в группировке (40-50см)	Эстафета – бег со скакалкой
3. Традиционная структура занятия (с обручами)	Расчет на 1, 2, 3, 4, размыкание по расчету приставным шагом в правую и левую сторону	Ходьба с перекатом с пятки на носок; ходьба выпадами, спиной вперед, на низких четвереньках	Легкий бег на носках двумя кругами навстречу друг другу	С гимнастич. палками	Ходьба по гимнастич. скамейке навстречу друг другу, на середине разойтись, уступая дорогу С	Прыжки и через короткую скакалку на месте в парах З	Метание малого мяча в вертикальную цель (обруч) правой и левой рукой (расстояние 3м) П	Подлезание под дугу в группировке (40-50см) О	«Кого назвали, тот и ловит» (на внимание)
4. .	Перестро	Ходьба на	Бег	С	Эстафета:	«Сумей	Отбивать	Игра-	«Сову

Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	ение из одной шеренги в две; перестроение из двух шеренг в два круга	носок, по сигналу на низких четвереньках, ходьба спиной вперед	длинной «змейкой», по сигналу – присесть, быстро встать и продолжить бег	флажки	бег по гимнастической скамейке на носках, соскок в обозначенное место	допрыгать» - бег до ориентира, прыгая через короткую скакалку	волан бадминтонной ракеткой на месте правой и левой рукой поочередно	упражнение «Достань флажок» - лазание по гимнастической стенке до флажка и спуск по наклонной лесенке	шка»
--	--	--	--	--------	---	---	--	---	------

### МАРТ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традиционная структура занятия	Самостоятельно строиться в круг, в два круга	Ходьба приставным шагом вперед, назад, в приседе	Бег в сочетании с др. видами движений (прыжки, остановка, присед); бег в быстром темпе 10м (3-4раза)	С бадминтоном ракетками	Ходьба по гимнастической скамейке, поднимая поочередно ногу вперед и перекладывая ракетку под ногой из одной руки в другую	Прыжки через резинку с небольшого разбега; после прыжка высоту увеличивают на 1-2см	Отбивать ракеткой (3-5раз) волан, стоя на месте правой и левой рукой	Подлезание под дугу правым, левым боком за ракеткой	«Удерживать волан на ракетке»
2.. Занятие с элементами аэробики	Перестроение из одной колонны в две в движении	Ходьба скрестным шагом, перекатом с пятки на носок, на носках	Бег на носках, по сигналу – прыжок вверх с поворотом кругом	Аэробика	Ходьба по шнуру (8 – 10м) с мешочком на голове (500гр)	Прыжки через длинную скакалку: пробегать под вращающейся скакалкой, перепрыгнуть через нее с места, вбегать под вращающуюся скакалку	Отбивать ракеткой (3-5раз) волан, стоя на месте правой и левой рукой	Лазание по лестнице чередуясь способом	«Второй лишний»
3. Традиционная	Расчет на 1, 2, 3. Перестроение	Ходьба на высоких четвереньках	Обычный бег; спиной	С бадминтоном ракетками	Ходьба по гимнастической скамейке	Прыжок с разбега в высоту	Работа с ракеткой	Лазание по лестнице	«Поддай высоко»

структура занятия	ние из одной шеренги в две, три	ах; высоко поднимая колено; спиной вперед	вперед; «змейкой»; по сигналу – смена ведущего	ракетками	ич. скамейке, высоко поднимая ногу вперед, выполняя хлопок под ногой, соскок на мягкое покрытие П	на мягкое покрытие (не менее 50см) О	ой, отбивая волан в движении до ориентира 3	чередующимся способом	далеко» (элементы бадминтона)
4. . Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Размыкание, смыкание вправо, влево приставным шагом	Ходьба на носках, пятках; по сигналу – присесть и сгруппироваться	Бег широким и коротким шагом	С бадминтонными ракетками	Эстафеты: «Удержи волан на ракетке», «Бег до ориентира», «Движение без волана, имитируя удары справа, слева», «Удар сверху через сетку» ( работа в парах)				

### АПРЕЛЬ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традиционная структура занятия. «Мы – туристы»	Перестроение из одной колонны в две	Ходьба по узкой дорожке с заданиями и для рук. По муз. сигналу-остановка ( лечь на пол)	Бег в быстром темпе 20-30м (2-3раза)	С длинной веревкой	Ходьба в колонне по одному, по гимнастич. скамейке с мешочками на голове; по команде одновременно присесть, встать (10-12раз; подбрасывание мешочков и ловля одной рукой (10раз)	Прыжок с разбега в высоту на мягкое покрытие П	Метание в горизонт . Цель с расстояния 3,5-4м	Из виса на гимнастич. лестнице-развест и ноги в стороны , соедини ть, поднять вверх	Элементы тенниса : пронести и не уронить теннисный мяч на ракетке до ориентира
2.. Занятие с элементами и аэробики	Повороты направо, налево прыжком на месте	Ходьба парами на носках, гимнастич. шагом; ходьба с поворотом кругом	Бег в колонне «змейкой», изменяя темп движения	Аэробика	Ходьба по гимнастич. скамейке на носках, на середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие О	Прыжок с разбега в высоту на мягкое покрытие П	Метание в горизонт . Цель с расстояния 3,5-4м	Из виса на гимнастич. лестнице поднять ноги и удержать угол П	«Коршун и наседка»
3. Традиционная	Расчет на 1-й, 2-й, перестроение	Ходьба в глубоком приседе,	Бег в колонне по	С длинной	Ходьба по гимнастич. скамейке	Прыжок с разбега	Работа с ракеткой : на	Из виса на гимнаст	«Догони свою пару»

структура занятия	ние в две шеренги	скрестным шагом, по сигналу меняя направление движения	одному, по сигналу-бег парами	веревкой	на носках, на середине выполнить ласточку, соскок на мягкое покрытие	а в высоту на мягкое покрытие	месте отбивая шарик правой и левой рукой	ич. лестнице поднять ноги и удержать угол	
4. . Занятие, построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	Перестроение из одной шеренги в круг, в два круга	Ходьба с заданиями и для рук: за голову, за спину, вверх, в стороны; по кочкам	Бег с преодолением препятствий ( скамейка-прыжки)	Эстафета «Прыжки по гимнастич. скамейке на двух ногах с продвижением вперед»		Эстафета «Отбивание теннисного мяча ракеткой в движении»	Из виса на гимнастич. лестнице поднять ноги и удержать угол	«Ловишка, бери ленту»	

### МАЙ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Традиционная структура занятия.	Самостоятельное построение в круг	Ходьба приставным шагом назад, вперед, по сигналу – смена направления	Челночный бег 3x10м в медленном темпе (1,5-2мин)	С малыми мячами	Ходьба по гимнастич. скамейке, на середине выполнить ласточку	Прыжок с разбега в длину, обращая внимание на приземление ( не менее 180-190см)	Работа с теннисной ракеткой в парах ( подача снизу)	Лазание по канату в три приема	Игра «Перелет птиц»
2. Традиционная структура занятия.	Перестроение из шеренги в колонну по диагонали	Ходьба скрестным шагом, по сигналу-остановка; ходьба в глубоком приседе	Обычный бег в чередовании с ходьбой по диагонали	С малыми мячами	Ходьба по гимнастич. скамейке, на середине выполнить ласточку	Прыжок с разбега в длину, обращая внимание на толчок	Работа с теннисной ракеткой в парах ( удар сверху, отбивая о пол)	Лазание по канату в три приема	«Докати обруч до флажка»
3. Традиционная структура занятия.	Перестроение из одной колонны в три в движении	Ходьба перекатом с пятки на носок; ходьба спиной вперед на низких четвереньках	Бег в медленном темпе 350м по пересеченной местности	С обручем ( два ребенка с одним обручем)	Ходьба по гимнастич. скамейке, на середине выполнить ласточку	Прыжок с разбега в длину, обращая внимание на толчок	Метание на дальность на расстоянии 6-10м	Лазание по канату в три приема	«Охотники и звери»
4. . Занятие,	Размыкание из колонны	Ходьба шеренгой	Бег в медленном	С обруч	Ходьба по	Прыжки через	Метание на	Лазание по	«Пионербол»

построенное на эстафетах, соревнованиях и подвижных играх	приставным шагом вправо и влево	с одной стороны зала на другую	м темпе 350м по пересеченной местности	ем (два ребенка с одним обручем)	гимнастич. скамейке, на середине выполнить ласточку	длинную скакалку: прыгать несколько раз подряд, выбегать, пробегать под вращающейся скакалкой парами	дальность на расстоянии 6-10м	канату до середины на руках (развитие силы)	
---	---------------------------------	--------------------------------	--	----------------------------------	---	--	-------------------------------	---	--

### 3.5. Учебно-методический комплект к реализации Программы

#### Физическое развитие

- Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения. Для занятий с детьми 3-7 лет. — М.: Мозаика-Синтез, 2014
- Вареник Е.Н. Утренняя гимнастика в детском саду. — М.: ТЦ Сфера, 2008
- Кравченко И.В., Долгова Т.Л. Прогулки в детском саду. Старшая и подготовительная группы. — М.: ТЦ Сфера, 2010
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Средняя группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2014
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2014
- Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Подготовительная к школе группа. — М.: Мозаика-Синтез, 2014
- Пензулаева Л.И. Оздоровительная гимнастика для детей 3-7 лет. Комплексы оздоровительной гимнастики. — М.: Мозаика-Синтез, 2010
- Узорова О.В., Нефедова Е.А. Игры с пальчиками. — М.: АСТ: Астрель, 2007