

**ПРИНЯТА**

Решением Педагогического совета  
Образовательного учреждения  
(протокол от 31.08.2022 № 1)

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом заведующего  
ГБДОУ детского сада № 6  
Василеостровского района  
Ю.В. Румянцевой  
(приказ от 31.08.2022 г. № 55-ОД)

**Рабочая программа инструктора по физической культуре**  
**Яценко Л.Г.**  
для разновозрастной группы компенсирующей направленности № 9  
по реализации  
**Образовательной программы**  
**дошкольного образования, адаптированной для обучающихся**  
**с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития)**  
Государственного бюджетного дошкольного  
образовательного учреждения  
детского сада № 6 комбинированного вида  
Василеостровского района Санкт-Петербурга  
на 2022 – 2023 учебный год

Санкт-Петербург  
2022 г.

## Содержание

1.	Целевой раздел рабочей программы	3
1.1.	Пояснительная записка	3
	Цель	
	Задачи	
	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	4
	Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития детей	5
	Срок реализации рабочей программы	5
	Целевые ориентиры освоения воспитанниками групп образовательной программы	5
2.	Содержательный раздел рабочей программы	6
2.1.	Содержание психолого-педагогической работы по физическому развитию	6
2.2.	Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников	8
2.3.	Взаимодействие с педагогами, специалистами, с семьей при реализации программы	11
2.4.	Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательных программ ОУ.	12
3.	Организационный раздел рабочей программы.	13
3.1.	Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	13
3.2.	Организация двигательного режима	13
3.3.	Создание развивающей предметно-пространственной среды	14
3.4.	Материально-техническое и методическое обеспечение образовательной деятельности	14
	Приложение № 1 Календарный план воспитательной работы на 2022 – 2023 учебный год	17
	Приложение № 2 Календарное планирование по физическому развитию на 2022-2023	18
	Приложение № 3 Диагностика по разделу «Физическое развитие» комплексного психолого-педагогического обследования ребенка с проблемами в развитии А. Зарин	20

# 1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

## 1.1. Пояснительная записка

Цель	- создание условий для развития детей с ЗПР дошкольного возраста, их физического развития на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками в соответствующих возрасту видах деятельности, с учетом их индивидуально-типологических особенностей и особых образовательных потребностей.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"><li>- поддерживать у детей интерес к движениям и желание самостоятельно их выполнить;</li><li>- развивать у детей соответствующую их индивидуально-типологическим особенностям динамическую и зрительно-моторную координацию;</li><li>- создавать условия для физической активности детей в подвижных играх с использованием физкультурного оборудования;</li><li>- развивать у детей двигательную память и зрительное внимание в процессе выполнения двигательных цепочек;</li><li>- формировать у детей навык владения телом в пространстве и сохранения равновесия;</li><li>- развивать одновременность и согласованность движений детей;</li><li>- стимулировать детей к выполнению разнонаправленных движений;</li><li>- учить детей выполнять построения и перестроения с опорой на ориентиры;</li><li>- учить детей выполнять повороты в сторону;</li><li>- развивать способность детей выполнять общеразвивающие упражнения в заданном темпе;</li><li>- учить детей соблюдать заданное направление, выполнять упражнения с напряжением (не сгибать руки в локтях, ноги в коленях);</li><li>- учить детей сохранять правильную осанку во время ходьбы, заданный темп (быстрый, средний, медленный);</li><li>- учить детей выполнять разные виды бега, быть ведущим в колонне; при беге парами согласовывать свои движения с движениями партнера;</li><li>- учить детей энергично отталкиваться для прыжка, мягко приземляться с сохранением равновесия;</li><li>- учить детей ловить мяч, отбивать его от пола;</li><li>- учить детей принимать исходное положение при метании;</li><li>- учить детей ползать разными способами;</li><li>- формировать умения детей лазать по гимнастической лестнице;</li><li>- развивать ритмичность, пластичность и выразительность движений детей в соответствии с вербальным и невербальным образом;</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- учить детей выполнять движения с речевым и музыкальным сопровождением (по образцу);</li> <li>- воспитывать у детей стремление действовать по правилам, соблюдая их на протяжении подвижной игры, эстафеты, общеразвивающих упражнений.</li> </ul>
<p>Принципы и подходы к формированию рабочей программы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Принцип научности.</li> <li>• Принцип связи теории с практикой.</li> <li>• Принцип активности и сознательности в обучении.</li> <li>• Принцип доступности.</li> <li>• Принцип последовательности и систематичности.</li> <li>• Принцип прочности усвоения знаний.</li> <li>• Принцип наглядности.</li> <li>• Принцип индивидуального подхода к обучению и воспитанию.</li> <li>• Дифференцированный подход в условиях коллективного образовательного процесса.</li> <li>• Принцип педагогического гуманизма и оптимизма.</li> <li>• Принцип социально-адаптирующей направленности образования.</li> <li>• Этиопатогенетический принцип.</li> <li>• Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений.</li> <li>• Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений.</li> <li>• Принцип коррекционно-компенсирующей направленности образования.</li> <li>• Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития.</li> <li>• Принцип единства диагностики и коррекции.</li> <li>• Принцип приоритетности коррекции каузального типа.</li> <li>• Принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач</li> <li>• Принцип реализации деятельностного подхода в обучении и воспитании.</li> <li>• Принцип ранней педагогической помощи.</li> <li>• Принцип комплексного применения методов педагогического и психологического воздействия.</li> <li>• Принцип развития коммуникации, речевой деятельности и языка, как средства, обеспечивающего развитие речи и мышления.</li> <li>• Принцип личностно-ориентированного взаимодействия.</li> <li>• Принцип необходимости специального педагогического руководства.</li> <li>• Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования.</li> <li>• Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к работе с ребенком.</li> </ul>
<p>Краткая психолого-педагогическая</p>	<p><b>Разновозрастная группа для детей с задержкой психического развития (с 3 до 7 лет)</b></p>

<p>характеристика особенностей психофизиологического развития детей</p>	<p>Отмечаются следующие основные черты детей с задержкой психического развития: повышенная истощаемость и в результате нее низкая работоспособность, незрелость эмоций, слабость воли, психопатоподобное поведение, ограниченный запас общих сведений и представлений, бедный словарь, трудности звукового анализа, несформированность навыков интеллектуальной деятельности.</p> <p>Игровая деятельность полностью не сформирована. Восприятие характеризуется замедленностью. У этих детей страдают все виды памяти, замедлено восприятие отсутствует умение использовать вспомогательные средства для запоминания. Необходим более длительный период для приема и переработки сенсорной информации. Внимание неустойчивое. Кроме этого, отмечается низкий навык самоконтроля, что особенно проявляется в процессе деятельности.</p>
<p>Срок реализации рабочей программы</p>	<p>2022-2023 учебный год (01 сентября 2022 – 30 июня 2023 года)</p>
<p>Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы</p>	<p><i>Целевые ориентиры (планируемые результаты) образовательной деятельности и профессиональной коррекции нарушений развития у детей дошкольного возраста с задержкой психического развития младшего дошкольного возраста (к 5 годам)</i></p> <p>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 «Лего», крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.</p> <p><i>Целевые ориентиры на этапе завершения дошкольного образования детьми с ЗПР (к 7-8 годам):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• у ребенка развита крупная и мелкая моторика; движения рук достаточно координированы; рука подготовлена к письму;</li> <li>• подвижен, владеет основными движениями, их техникой;</li> <li>• может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений;</li> <li>• обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и др.);</li> <li>• развита способность к пространственной организации движений; слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма;</li> <li>• проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.</li> </ul>

## 2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

### 2.1. Содержание психолого-педагогической работы по физическому развитию

#### Разновозрастная группа для детей с ЗПР (с 3 до 7 лет)

Физическое развитие и воспитание детей с задержкой психического развития осуществляется в разных формах, которые отражают тесную взаимосвязь между психолого-педагогическим и медицинским аспектами коррекционно-воспитательной работы. Это могут быть занятия физкультурой, утренняя зарядка в сочетании с воздушными ваннами, бодрящая зарядка после дневного сна, подвижные игры, физкультурные упражнения, прогулки, спортивные развлечения, лечебная физкультура, массаж и закаливание. И все же основной формой организации работы по физическому воспитанию детей являются комплексные игровые занятия, обеспечивающие реализацию основных задач, определенных «Программой». Особое внимание обращается на проведение в первой и второй половине дня прогулки, во время которой организуются совместные со взрослым подвижные игры и проводятся физические упражнения. Взрослые обучают детей правилам игр, воспитывают умение играть вместе, подражать взрослым в игре и выполнять игровые действия по образцу взрослого, а затем и самостоятельно.

*На первом этапе* обучения занятия организуются в форме увлекательных игр, удовлетворяющих потребность детей в двигательной активности, доставляющие им удовольствие и радость.

Длительность занятия и физические нагрузки строго индивидуальны и могут меняться в зависимости от особенностей психофизического состояния детей, метеоусловий, времени года.

На первом этапе обучения задачи и содержание занятий по физическому развитию детей тесно связаны задачами и содержанием занятий по формированию навыков самообслуживания и культурно-гигиенических навыков, по развитию ритмических движений под музыку, с образительными, подвижными и театрализованными играми. Коррекционно-развивающая работа с детьми младшего дошкольного возраста с ЗПР направлена, прежде всего, на преодоление у них двигательного негативизма. Поэтому на адаптационном этапе работы с детьми рекомендуется проводить подвижные игры и занятия, по возможности привлекая для этого родителей, а также других специалистов, работающих с детьми. Это могут быть совместные занятия детей и взрослых (родителей, педагогов группы) на комплексной основе.

*На втором этапе* коррекционно-развивающей работы основное внимание педагогов должно быть направлено на становление мотивации детей к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании. В подвижных играх и в ходе комплексных занятий в группе, в физкультурном зале поддерживается и развивается интерес детей к использованию специального оборудования. В этот период у детей формируются первичные представления о спортивных играх. Дети среднего дошкольного возраста участвуют в совместных с детьми старшего возраста спортивных праздниках и досугах, перенимая их опыт и расширяя свой кругозор. Взрослые принимают самое активное участие в играх, занятиях и других мероприятиях. Они показывают детям образцы инициативности, активности, произвольности во всех формах двигательной деятельности, демонстрируют примеры сотрудничества и помощи при выполнении основных движений, спортивных упражнений и подвижных игр. В совместной деятельности взрослые стремятся активизировать детей, развивать их двигательные способности, воспитывать у детей стремление действовать по правилам, соблюдать их по ходу всей игры.

Детям с ЗПР соматогенного генеза свойственны явления стойкой физической и психической астении, поэтому важно на втором этапе коррекционно-развивающей работы в процессе занятий по физическому воспитанию и подвижных игр обратить особое внимание на создание условий для преодоления таких черт личности, как робость, боязливость, тревожность.

Учитывая, что у детей с ЗПР психогенного генеза наблюдаются стойкие сдвиги в нервно-психической сфере, проявляющиеся в невротических и неврозоподобных нарушениях, нарушениях эмоционально-волевой сферы, в снижении работоспособности, в

несформированности произвольной регуляции поведения, содержание занятий и подвижные игры для этих детей должны быть умеренной нагрузки и сопровождаться четким визуальным и речевым алгоритмом действий.

При организации игр и занятий с детьми с ЗПР органического генеза прежде всего обращается внимание на формирование устойчивости интереса, целенаправленности двигательной деятельности детей, преодоление импульсивности их поведения. На этом этапе работы с детьми данной категории особенно важно направить физические упражнения и подвижные игры на развитие наглядных форм мышления. Следует отметить, что второй этап работы (возраст пять-шесть лет) в образовательной области «Физическое воспитание» является одним из основных для дальнейшего целостного развития детей. Это период воспитания культуры движений, становления физических качеств ребенка, период физической подготовки его к обучению в школе.

**Третий этап** коррекционно-развивающей работы посвящен в основном побуждению детей к самостоятельной двигательной деятельности, совершенствованию культуры движений детей и техники их выполнения. Детей продолжают обучать разнообразным подвижным играм на занятиях и в режимные моменты, вовлекают их в досуговые мероприятия, в игры-соревнования со взрослыми. При этом дети знакомятся с различными комбинациями подвижных игр (две-три игры по мере овладения). Особое внимание в этот период обращается на развитие мыслительной деятельности детей в процессе придумывания вместе со взрослыми новых игр, а затем и участия в этих играх. Это оказывается особенно трудно детям с ЗПР, но в то же время необходимо для развития их мыслительной деятельности, прежде всего для формирования операций программирования, аналитикосинтетической деятельности, развития связной речи и т. д. В занятия детей активно вводятся элементы спортивных игр (в городки, бадминтон, элементы баскетбола, футбола, хоккея, настольного тенниса). У детей расширяются и обогащаются представления о спортивных играх, об их многообразии.

Таким образом, в ходе физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ЗПР решаются развивающие, коррекционные и оздоровительные задачи, направленные на формирование у них представлений о здоровом образе жизни, на приобщение их к физической культуре.

**Задачи физического воспитания дошкольников с ЗПР решаются:**

- в ходе специально организованных занятий по физическому воспитанию, во время утренней гимнастики, прогулок, физкультурных досугов и праздников;
- в процессе проведения оздоровительных мероприятий (занятий лечебной физкультурой, массажа, закаливающих процедур);
- на музыкальных занятиях (музыкально-дидактических, в процессе имитационных игр, игр с реальными и воображаемыми объектами, ритмических движений под музыку и т. д.);
- в играх и упражнениях с использованием полифункционального оборудования, направленных на сенсомоторное развитие детей;
- в специальных играх и упражнениях, в процессе которых воспроизводятся основные движения, формируются естественные жесты, мимика;
- в подвижных играх, в том числе с музыкальным сопровождением;
- на занятиях, требующих правильного восприятия и воспроизведения выразительных движений по подражанию действиям взрослого и по образцу для понимания смысла ситуаций, характеров персонажей, их эмоциональных состояний и др.;
- в процессе выполнения трудовых поручений с помощью взрослого и в различных видах предметно-практической деятельности;
- в индивидуальной коррекционной работе с детьми с задержкой психического развития.

Наряду с общефизическими упражнениями, в работе с детьми с задержкой психического развития исходя из их индивидуально-типологических особенностей широко используются упражнения с элементами логоритмики, различные порядковые упражнения под музыку, общеразвивающие упражнения под музыку или в сопровождении стихотворных текстов, которые читает взрослый, простейшие упражнения пальцевой гимнастики.

Следует помнить, что в группах детей с ЗПР основной целью коррекционной работы является преодоление психомоторных нарушений. Поэтому в основе всех форм двигательной деятельности детей лежит игровой метод, который реализуется в использовании сюжетных подвижных игр, физкультминуток, спортивно-досуговой деятельности.

Перспективное планирование работы с детьми представлено в Календарном планировании по физическому развитию на 2021-2022 уч.г. (по Программе воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития/ Л. Б. Баряева, И.Г. Вечканова, О.П. Гаврилушкина и др.; Под. ред. Л.Б. Баряевой, Е.А. Логиновой — СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2010. (Приложение № 2)

## 2.2. Вариативные формы, способы, методы и средства реализации рабочей программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников

**Занятие тренировочного типа**, направлены на развитие двигательных функциональных возможностей детей. Тренировочные занятия включают многообразие движений (циклических, ритмических, акробатических и др.) и комплекс общеразвивающих упражнений с использованием тренажеров простого и сложного устройства. В занятие данного типа входят упражнения на спортивных комплексах, где дети выполняют такие движения, как лазанье по канату, шесту, веревочной лестнице и др.

**Тематические занятия**, направлены на обучение дошкольников элементам спортивных игр и упражнений (бадминтон, городки, хоккей, настольный теннис, футбол, ходьба на лыжах, езда на велосипеде). Данный тип занятия в основном проводится на воздухе в зависимости от сезона.

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

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

**Групповой способ**. Дети по указанию педагога распределяются на группы, каждая группа получает определенное задание и выполняет его. Одна группа занимается под руководством педагога, другие занимаются самостоятельно или в парах (с мячом). Индивидуальный способ. Применяется при объяснении нового программного материала, когда на примере одного ребенка (наиболее подготовленного) дается показ и объяснение задания, внимание детей обращается на правильность выполнения техники упражнения, на возможные ошибки и неточности.

**Контрольно-диагностические занятия**, целью которых является выявление состояния двигательных умений и навыков у детей в основных видах движений.

Задачи и содержание работы	Формы работы	Формы организации детей
<b>Занятия по физическому развитию</b>		
Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Беседа, рассказ, чтение Рассматривание Интегративная деятельность детей, дидактические игры, сюжетно – ролевые игры	фронтальная (групповая), индивидуальная



Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Утренняя гимнастика Совместная деятельность взрослого и детей преимущественно тематического, тренировочно-игрового и интегративного характера Контрольно-диагностическая деятельность	
Развитие физических качеств	Физкультурные досуги Соревновательные состязания	
Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям	Совместная деятельность взрослого и детей тематического характера Проектная деятельность дидактические игры, сюжетно – ролевые игры, подвижные игры (с элементами спортивных игр) Физкультурные досуги	
<b>Образовательная деятельность, осуществляемая в ходе режимных моментов</b>		
Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Аналогичные формы работы во всех компонентах режима дня	фронтальная (групповая), по подгруппам, индивидуальная
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений		
Развитие физических качеств		
Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям		
<b>Самостоятельная деятельность детей</b>		
Развитие мотивации к двигательной активности и развитие потребности в физическом совершенствовании	Во всех видах самостоятельной деятельности детей (в том числе в условиях исследовательских и игровых проектов, сюжетно – ролевых играх, дидактических играх, театрализованных играх)	по подгруппам, индивидуальная
Накопление и обогащение двигательного опыта (развитие основных движений), воспитание культуры движений	Двигательная активность: - в утренний прием - в период подготовки к образовательной деятельности - на прогулке - в ходе закаливающих процедур - во второй половине дня - в подвижных играх.	

Развитие физических качеств	Подвижные игры Двигательная активность (в том числе в сюжетно – ролевых играх, играх-драматизациях, музыкально двигательных и др.)
Развитие интереса к подвижным играм и упражнениям	Самостоятельные спортивные игры и упражнения

### Структура физкультурного занятия

Структура физкультурных занятий общепринята: занятие состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Выделение частей занятия обусловлено физиологическими, психологическими и педагогическими закономерностями. Вводная часть обеспечивает постепенное включение детей в двигательную деятельность. Основная часть (самая большая по объему и значимости) способствует достижению оптимального уровня работоспособности в соответствии с задачами занятия. Заключительная часть выравнивает функциональное состояние организма детей.

**Вводная часть.** В эту часть включают упражнения в построениях, перестроениях; различные варианты ходьбы, бега, прыжков с относительно умеренной нагрузкой; несложные игровые задания.

**Основная часть.** В эту часть включают упражнения на развитие опорно-двигательного аппарата, физических и морально – волевых качеств личности. Это общеразвивающие упражнения, проводимые с разным темпом и амплитудой движения, укрепляют крупные мышечные группы, способствуют формированию правильной осанки, умения ориентироваться в пространстве. Одно из ведущих мест в основной части занятия занимает обучение основным видам движений (ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье), обеспечивающим всестороннее воздействие на организм ребенка и его функциональные возможности. В содержание основной части занятия входят также подвижные игры большой и средней интенсивности.

**Заключительная часть.** В содержание этой части входят упражнения в ходьбе, игры малой подвижности, хороводы, несложные игровые задания.

**Физкультурно-оздоровительная деятельность** направлена на укрепление здоровья детей, коррекцию осанки, развитие двигательных навыков, занятия некоторыми видами спорта и на тренажерах, а также воспитание положительного отношения к своему здоровью и формирование стремления к здоровому образу жизни. По этому направлению разработаны:

- комплексы утренней гимнастики;
- комплексы физкультминуток;
- комплексы упражнений по профилактике нарушений осанки, стоп;
- комплексы дыхательных упражнений;
- гимнастика для глаз.

**Спортивно-оздоровительная деятельность** направлена на формирование у воспитанников, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации.

**Физкультурно-досуговые мероприятия** направлены на формирование у детей выносливости, смекалки, ловкости, умения жить в коллективе, усиление интереса к физическим упражнениям, двигательной активности, приобщают к спорту и здоровому образу жизни.

**Физкультурные досуги и праздники** проводятся в форме веселых игр, забав, развлечений. Упражнения, выполняемые с эмоциональным подъемом, оказывают благоприятное воздействие на организм ребенка. На физкультурных досугах и праздниках не только закрепляются двигательные умения и навыки детей, развиваются двигательные качества (быстрота, ловкость, ориентировка в пространстве и др.), но и способствуют воспитанию чувства коллективизма,

товарищества, дружбы, взаимопомощи, развивают выдержку и внимание, целеустремленность, смелость, упорство, дисциплинированность и организованность.

### **2.3. Взаимодействие с педагогами, специалистами, с семьей при реализации Программы**

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

#### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и медицинского работника***

Основными проблемами, требующими совместной деятельности прежде всего, являются:

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

#### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и учителя-логопеда (учителя-дефектолога)***

1. преодоление нарушений общей моторики, координации движений;
2. формирование правильного физиологического дыхания и фонационного выдоха с помощью специальных гимнастик;
3. включение в занятия элементов фонетической ритмики на закрепление навыков правильного произношения звуков;
4. использование текстовых игр и упражнений на согласование речи с движением;
5. речевое сопровождение всех спортивных заданий и движений;
6. развитие связности высказывания путём объяснения детьми правил игры, последовательности и способа выполнения упражнений;
7. обучение пространственным ориентировкам в играх и упражнениях.

#### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и музыкального руководителя***

Музыка воздействует:

1. на эмоции детей;
2. создает у них хорошее настроение;
3. помогает активировать умственную деятельность;
4. способствует увеличению моторной плотности занятия, его организации;
5. освобождает инструктора или воспитателя от подсчета;
6. привлекает внимание к жестам, осанке, позе, мимике.

#### ***Взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя***

Перед физкультурным занятием воспитатель прослеживает за спортивной одеждой детей и обувью, чтобы были сняты майки и у детей ничего не находилось в руках и во рту. Перестраивает детей по росту: от самого высокого ребенка до самого низкого. Умения, знания и навыки, полученные детьми на физкультурных занятиях, воспитатель умело должен применять на утренней гимнастике и в повседневной жизни детей. Воспитатель интегрирует образовательную область «Физическая культура» по содержанию на занятиях по физической культуре и в повседневной жизни детей:

➤ **«Здоровье»** — использование здоровьесберегающих технологий и специальных физических упражнений для укрепления органов, и систем (дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз), воздушное закаливание.

➤ **«Социализация»** — взаимодействие и помощь друг другу не только во время эстафет и спортивных мероприятий, а также в быту детского сада; справедливая оценка результатов игр, соревнований и другой деятельности.

➤ **«Безопасность»** — формирование навыков безопасного поведения во время подвижных игр, при пользовании спортивным инвентарем, во время самостоятельной деятельности.

➤ **«Труд»** — помощь в раздаче и уборке пособий, спортивного инвентаря, групповых игрушек и т.п.

➤ **«Познание»** — активизация мышления детей, подвижные игры и упражнения, закрепляющие полученные знания.

### ***Взаимодействие с родителями***

Самым благоприятным возрастом для формирования полезных привычек является дошкольный и младший школьный. В этот период ребенок значительную часть проводит дома, в семье, среди своих родных, чей образ жизни, стереотипы поведения становятся сильнейшими факторами формирования их представлений о жизни. Вот почему именно в семье закладываются основы многообразных отношений к себе и своему здоровью, к здоровью близких, к людям, к труду, к природе.

Цель работы инструктора по физической культуре с родителями воспитанников - консультативная помощь в физическом воспитании и развитии ребенка в семье, а также коррекционная работа в домашних условиях с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Чтобы убедить родителей в необходимости активного участия в процессе формирования физических качеств детей можно используются такие формы работы:

- выступления на родительских собраниях;
- индивидуальное консультирование;
- занятия – практикумы (занятия предусматривают участие воспитателей, специалистов, совместную работу с детьми).
- проведение праздников и развлечений.

В процессе работы с родителями можно использовать вспомогательные средства. В “родительском уголке” размещать полезную информацию, которую пришедшие за детьми родители имеют возможность изучить, пока их дети одеваются. В качестве информационного материала размещать статьи специалистов, взятые из разных журналов, книг, конкретные советы, актуальные для родителей по физическому развитию детей дошкольного возраста. Приглашать взрослых на индивидуальные занятия с их ребенком, где они имеют возможность увидеть, чем и как мы занимаемся, что можно закрепить дома.

### **План взаимодействия с родителями на 2022-2023 учебный год**

Месяц	Темы	Формы работы	Отметка о выполнении
сентябрь	«Совместная работа семьи и ДОУ по воспитанию здорового ребенка»	Выступление на родительских собраниях	
октябрь	«Особенности физического развития детей»	Индивидуальные консультации	
декабрь	«Красивая осанка - залог здоровья!»	Консультация	
январь	«Любимые зимние развлечения»	Консультация	
март	«Физические упражнения - как средство предупреждения плоскостопия»	Консультация	
апрель	«Двигательные предпочтения девочек и мальчиков!» «Наши будни»	Индивидуальные консультации Фоторепортаж	

июнь	«День защиты детей» «Лето – прекрасная и опасная пора!»	Тематический праздник Стендовое консультирование	
------	--	---	--

#### 2.4. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения образовательных программ ОУ.

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений детей, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений в соответствии с реализуемыми программами в ОУ.

Объект педагогической диагностики (мониторинга)	Формы и методы педагогической диагностики	Периодичность проведения педагогической диагностики	Длительность проведения педагогической диагностики	Сроки проведения педагогической диагностики
Индивидуальные достижения детей в контексте образовательной области: «Физическое развитие» (физическая культура)	Наблюдения, диагностические задания, упражнения	2 раза в год	1-2 недели	Сентябрь Май

*Диагностический инструментарий инструктора по физической культуре:* раздел «Физическое развитие»: Комплексное психолого-педагогическое обследование ребенка с проблемами в развитии/Учебно-методическое пособие. А. Зарин.- СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2015. (Приложение № 3)

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

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

Группа	Возраст	Длительность занятия (минут)	Количество раз в неделю
разновозрастная группа	3-7 лет	20	3

#### 3.2. Организация двигательного режима

Формы работы	Виды двигательной активности	Количество и длительность (в минутах)
		3-7 лет
НОД	Физкультурные занятия	3 раза в неделю
		20
	Музыкальные занятия	2 раза в неделю
		20
Физкультурно-оздоровительная	Утренняя гимнастика	ежедневно
		10

работа в режиме дня	Подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно: 2 раза (утром и вечером)
		20 - 25
	Двигательная разминка во время перерыва между видами образовательной деятельности	Ежедневно
		10
	Физкультминутки (в середине статического занятия)	3 – 5
		ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий
	Оздоровительный бег	Ежедневно во время утренней прогулки 3- 5
Совместные игры в помещении малой и средней активности	Ежедневно 20	
Гимнастика после сна в сочетании с воздушными ваннами	5 - 6	
	Ежедневно по мере пробуждения и подъема детей	
Активный отдых	Физкультурный досуг	1 раз в месяц
		20
	Музыкальный досуг	1 раз в неделю
		20 - 25
	Физкультурный праздник	1 раз в квартал
до 25 мин.		
День здоровья	1 раз в квартал	
Самостоятельная двигательная активность	Самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования; индивидуальная работа по развитию движений	Ежедневно
		20 - 25
	Самостоятельные подвижные и спортивные игры (на прогулке и в помещении)	Ежедневно 2 раза (утром и вечером)
		20 - 25
Всего в день		2 часа 41 мин 3 часа 41 мин

### 3.3. Создание развивающей предметно-пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) предметно-пространственной среды физкультурного зала	
	Содержание	Срок (месяц)
Физическое развитие	Изготовление атрибутов к подвижным играм	Сентябрь - октябрь
	Подготовка и изготовление пособий к совместному проекту с родителями	Октябрь-ноябрь
	Наглядный материал	Декабрь
	Пополнение наглядного материала «Зимние виды спорта»	Январь
	Пополнение оформления к проведению праздника, посвященному 23 февраля	Февраль

Изготовление пособий к спортивному досугу «Мы – юные космонавты!»	Март - апрель
Пополнение наглядного материала на тему: «Двигательные предпочтения мальчиков и девочек!»	Апрель
Изготовление атрибутов к летним досугам и пополнение наглядного материала	Май- Июнь

### 3.4. Материально-техническое и методическое обеспечение образовательной деятельности

#### Физкультурное оборудование и инвентарь спортивного зала

Наименование	Количество
Гимнастическая лестница	2 пролета
Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 1.5м)	2 шт.
Мячи:	
• маленькие (95мм),	12шт.
• маленькие (150мм),	15 шт.
• средние (23см)	20 шт.
Гимнастический мат (длина 100 см)	1 шт.
Палка гимнастическая (длина 76 см)	24шт.
Скакалка детская	
• для детей подготовительной группы (длина 170см)	15 шт.
Кольцеброс	1 шт.
Лента-гусеница №2	2шт.
Обруч пластиковый детский	
• большой (диаметр 100 см)	5 шт.
• средний (диаметр 60 см)	25 шт.
Конус для эстафет	4 шт.
Дуга для подлезания (высота 50 и 60см)	4 шт.
Кубики пластмассовые	16 шт.
Цветные ленточки (длина 60 см)	30 шт.
Бубен	1 шт.
Рибристая дорожка (длина 150 см, ширина 20 см)	2 шт.
Бревно для ходьбы, 3м	1шт.
Набор вертикальных стоек	2 шт.
Канат для перетягивания (12м)	1шт.
Стойки для прыжков в высоту	2шт.
Игровой комплекс «Набрось кольцо»	1шт.
Мягкие мешочки 3x15x15	24 шт.
Мешочек с песком (200гр.)	15 шт.
Мешочек с песком (250гр.)	15 шт.
Погремушки	10шт.

#### Учебно- методический комплекс

**Программа:** Программа воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития/ Л. Б. Баряева, И.Г. Вечканова, О.П. Гаврилушкина и др.; Под. ред. Л.Б. Баряевой, Е.А. Логиновой — СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2010.

1. Физическое воспитание в детском саду» / Э.Я. Степаненкова. – М.: Мозаика-синтез, 2006.
2. «Физическая культура – дошкольникам» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2004.
3. «Физическая культура в младшей (средней,) группе детского сада» / Л.Д. Глазырина. – М.: Владос, 2005.
4. «Физкультурные праздники в детском саду» / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – М.: Просвещение, 2003.
5. Литвинова М.Ф. Подвижные игры и упражнения с детьми. – М., 2005.
6. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы во второй младшей группе.
7. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду. Система работы в средней группе.
8. Борисова М.М. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3–7 лет.
9. Давидчук А.Н., Ивашко И.Н. Планирование образовательной работы в ДООУ: Младший дошкольный возраст. – М.: Мозаика – Синтез, 2003. -40с.
10. Филиппова С.О. Пономарев Г.Н. Теория и методика физической культуры дошкольников.



## Календарный план воспитательной работы на 2022 – 2023 учебный год

Месяц	Дата	Мероприятие/ событие/проект	Направление	Ценности	Группы реализации
октябрь	01.10	День музыки (ФК) Спортивный досуг «Веселый марш»	Этико- эстетическое	Культура	Все группы
	16.10	День отца (ФК) Досуг «Папа может все, что угодно!»	Социальное	Семья	Все группы
ноябрь	03.11	135 лет со дня рождения поэта, драматурга, переводчика Самуила Яковлевича Маршака (ФК) Логоритмическая разминка по стихам С.Я. Маршака	Этико- эстетическое	Культура	Все группы
	27.11	День Матери (ФК) Подвижные игры персонажем «мама»	Социальное	Семья	Все группы
декабрь	08.12	Международный день художника (ФК) Выставка репродукций картин о спорте	Этико- эстетическое Трудовое	Культура Труд	Все группы
февраль	23.02	День защитника Отечества (ФК) Беседа «Военные профессии» (ПКПВР) Игры «Танкисты», «Пограничники и нарушители», «Ловкие и смелые моряки» (ПКПВР) Праздник «Мой папа!» (ПКПВР)	Патриотическое Трудовое	Родина Труд	Все группы
март	08.03	Международный женский день (ФК) Спортивный досуг «Мамины помощники»	Социальное	Семья	Все группы
	13.03	110 лет со дня рождения писателя и поэта, автора слов гимнов Российской Федерации и СССР Сергея Владимировича Михалкова (ФК) Логоритмическая разминка по стихам С.В. Михалкова	Познавательное Патриотическое	Знание Родина	Все группы

май	01.05	Праздник Весны и Труда (ФК) Включение песен о весне и труде в структуру занятия Знакомство с пословицами и поговорками о труде (ПКПВР)	Трудовое	Труд	Все группы
июнь	01.06	День защиты детей (ФК) Праздничное мероприятие «Солнечное лето для детей планеты» (ПКПВР). Фоторепортаж праздничных событий в районе	Социальное	Дружба	Все группы

Календарное планирование по физическому развитию на 2022-2023

Месяц	Дата проведения	Тема	Основные задачи работы с детьми
сентябрь		«Осень»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Учить ходьбе по ребристой доске, положенной на пол, руки на поясе.</li> <li>2.Учить подлезанию под шнур, не касаясь руками пола.</li> <li>3.Учить прокатывание мяч друг другу двумя руками, исходное положение – стоя на коленях.</li> <li>4. Учить пролезать в обруч боком, не задевая за его край; перепрыгивать канат правым и левым боком.</li> </ol>
октябрь		«Золотая осень»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Учить ходьбе по скамейке с перешагиванием через кубики.</li> <li>2.Учить прыжкам на двух ногах из обруча в обруч.</li> <li>3.Учить подбрасывать мяча вверх двумя руками.</li> <li>4. Упражнять в ползание на четвереньках с переполнением через препятствия(скамейку)</li> </ol>
ноябрь		«Моя страна - Россия»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Учить ходьбе по шнуру (прямо), приставляя пятку одной ноги к носку другой, руки на поясе.</li> <li>2. Учить прыжкам на двух ногах, с продвижением вперед, перепрыгивая через шнуры.</li> <li>3.Учить прокатыванию мяча между предметами, поставленными в одну линию</li> <li>4.Учить отбивать мяч об пол с хлопком.</li> </ol>
декабрь		«Спортивная Зима!»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Учить ходьбе по гимнастической скамейке, на середине присесть, хлопок руками, встать и пройти дальше.</li> <li>2.Учить ползанию по наклонной доске на четвереньках, хват с боков (вверх, вниз).</li> <li>3.Учить перебрасыванию мяча друг другу стоя в шеренгах (2 раза снизу).</li> <li>4. Повторить ходьбу и бег по кругу; упражнять в лазанье на гимнастическую стенку, не пропуская реек.</li> </ol>
январь		«Зимние забавы»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Ходьба по гимнастической скамейке, на середине – приседание, встать и пройти дальше, спрыгнуть.</li> <li>2. Прыжки на двух ногах вдоль шнура, перепрыгивая через него слева и справа.</li> <li>3.Перебрасывание мячей друг другу (руки внизу).</li> <li>4.Учить катать мяч по наклонной доске.</li> </ol>

февраль		«Мы - будущие солдаты!»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ходьба с перешагиванием через мячи, высоко поднимая колени.</li> <li>2. Метание мешочков в вертикальную цель правой и левой руками (5–6 раз).</li> <li>3. Ползание по гимнастической скамейке на ладонях, коленях.</li> <li>4. Упражнять в сохранении равновесия при ходьбе на повышенной опоре; повторить задания в прыжках и с мячом.</li> </ol>
март		«Поздравляем наших мам!»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Лазание по наклонной лестнице, закрепленной за вторую рейку.</li> <li>2. Перебрасывание мешочков через шнур.</li> <li>3. Прокатывание мяча между кеглями, поставленными в один ряд (1м).</li> <li>4. Упражнять в метании в горизонтальную цель; в лазанье и равновесии.</li> </ol>
апрель		«22 апреля - День Космонавтики!»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки в длину с места (фронтально).</li> <li>2. Отбивание мяча о пол одной рукой несколько раз</li> <li>3. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через кубики.</li> <li>4. Упражнять в прыжках со скакалкой, в прыжках на возвышенность.</li> </ol>
май		«Первомай спортом встречай!»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Прыжки через скакалку на двух ногах на месте.</li> <li>2. Ползание на животе по гимнастической скамейке, хват с боков.</li> <li>3. Перебрасывание мячей друг другу – двумя руками снизу.</li> <li>4. Упражнять в кручении обруча на руке.</li> </ol>
июнь		«Здоровье нам дарит физкультура!»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!» (досуг)</li> <li>2. «Приключения Незнайки на дороге!» (спортивный праздник о ПДД)</li> <li>3. «Морское путешествие на необитаемый остров» (развлечение)</li> <li>4. Приключение зверей летом на полянке!» (развлечение)</li> </ol>

## Диагностика по разделу «Физическое развитие» комплексного психолого-педагогического обследования ребенка с проблемами в развитии А. Зарин

### Физическое развитие

Интерпретация результатов

Максимальная оценка каждого параметра составляет 4 балла.

Уровни развития:

I уровень (очень низкий) — 0 — 4 баллов;

II уровень (низкий) — 5 — 9 баллов;

III уровень (средний) — 10 — 13 баллов;

IV уровень (высокий) — 14 - 16 баллов.

### Параметры

#### *Понимание инструкций:*

0 — инструкции не понимает, не пытается подражать движениям, выполняемым взрослым;

1 — инструкции не понимает, но делает попытки подражать отдельным движениям, выполняемым взрослым;

2 — понимает и выполняет инструкцию, если она предъявляется поэлементно и подкрепляется выполнением каждого движения;

3 — понимает и выполняет инструкцию, если она предъявляется поэлементно, а отдельные движения демонстрируются;

4 — понимает и выполняет полную инструкцию, если она состоит из двух-трех элементов и способ выполнения движений предварительно демонстрируется.

#### *Координация движений при ходьбе:*

0 — движения рук и ног не координированы, делает несколько шагов и падает;

1 — движения рук и ног координированы очень слабо, что делает ходьбу неуверенной и нередко приводит к падению;

2 — движения рук и ног координированы слабо, что делает ходьбу неуверенной и нередко приводит к падению, ходьба неритмичная, неуверенная;

3 — движения рук и ног относительно координированы, ходьба не всегда уверенная, но равновесие сохраняет;

4 - движения рук и ног координированы слабо, ходьба не всегда уверенная, но равновесие сохраняет.

#### *Координация Движений при беге:*

0 — движения рук и ног не координированы, делает несколько шагов и падает;

1 — движения рук и ног координированы очень слабо, что делает бег неуверенным и нередко приводит к падениям;

2 — движения рук и ног координированы слабо, что делает бег неуверенным и иногда приводит к падениям, бег неритмичный, неуверенный;

3 — движения рук и ног относительно координированы, бег, как правило, неритмичный и неуверенный, но равновесие сохраняет;

4- движения рук и ног координированы, бег не всегда ритмичный и уверенный, но равновесие сохраняет.

#### *Координация движений при прыжках:*

0 — движения рук, ног и туловища не координированы, любая попытка прыгнуть заканчивается падением;

1— движения рук, ног и туловища координированы очень слабо, что делает прыжки крайне неуверенными и очень часто приводит к падениям;

2 — движения рук, ног и туловища координированы слабо, что дает прыжки неуверенными и часто приводит к падениям;

3 — движения рук, ног и туловища относительно координированы, прыжки не всегда уверенные, равновесие сохраняет с трудом и иногда падает;

4 — движения рук, ног и туловища координированы, прыжки не всегда уверенные, но равновесие, как правило, сохраняет.