

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

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

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

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

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре  
для обучающихся средней группы (4-5 лет)  
с ограниченными возможностями здоровья  
(с задержкой психического развития)  
Елисеенко Ольги Николаевны**

Срок реализации 2023– 2024 учебный год

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. Целевой раздел рабочей программы.....</b>	<b>3</b>
1.1. Пояснительная записка.....	3
<b>2. Содержательный раздел рабочей программы.....</b>	<b>4</b>
2.1. Содержание образовательной работы с детьми.....	4
2.2 Реализация компонента ДОУ: коррекционно-развивающая направленность физического развития детей с ОВЗ.....	5
2.3 Календарное планирование.....	8
2.4. Система педагогической диагностики достижения детьми планируемых результатов освоения образовательной программы дошкольного образования по физическому развитию обучающихся.....	19
2.5. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся.....	20
<b>3. Организационный раздел программы.....</b>	<b>20</b>
3.1. Структура реализации образовательной деятельности.....	20
3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка обучающихся группы (занятия по физическому развитию).....	21
3.3. Создание развивающей предметно – пространственной среды.....	21
3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (Список литературы, ЭОР, др.).....	21

## 1.Целевой раздел рабочей программы

### 1.1. Пояснительная записка

Цель	- создание благоприятных условий для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства, формирование основ базовой культуры личности, всестороннее развитие психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, подготовка к жизни в современном обществе, к обучению в школе, обеспечение безопасности жизнедеятельности дошкольника.
Задачи	-сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; - воспитание культурно гигиенических навыков; -формирование начальных представлений о здоровом образе жизни
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	- обеспечение охраны жизни, физического и психического здоровья детей; - организация системы физкультурно-оздоровительной работы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей развития детей; - обеспечение личностно-ориентированного и деятельностного подхода к физическому развитию обучающихся
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей физического развития детей	<p>В группе воспитываются дети в возрасте от 4 до 5 лет дети с задержкой психического развития, с умственной отсталостью легкой степени. У детей с легкой умственной отсталостью и с задержкой психического развития, как правило, имеются недостатки общей моторики. У данной категории детей отмечается запаздывание в сроках овладения основными видами движения (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, метание), отсутствие гибкости и плавности движений (скованность движений, их неритмичность), замедленность темпа движений, моторная неловкость недостаточность мышечной силы и др. Многие проявляют крайне низкую или чрезмерно высокую хаотичную двигательную активность.</p> <p>Дети с ЗПР отличаются пониженной, по сравнению с возрастной нормой, умственной работоспособностью, особенно при усложнении деятельности. Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений.</p> <p>Недостатки психомоторики проявляются в незрелости зрительно-слухомоторной координации, произвольной регуляции движений, недостатках моторной памяти, пространственной организации движений.</p>
Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)	<p>- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 ноября 2013 г. N 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный N 30384), с изменениями, внесенными приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. N 31 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный N 53776).</p> <p>- СП 2.4.3648-20 – Санитарно-эпидемиологические требования – Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и</p>

	<p>оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации</p> <p>18.12.2020, регистрационный № 61573), действующим до 1 января 2027 года.</p> <p>- СанПиН 1.2.3685-21 – Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 29.01.2021, регистрационный № 62296), действующим до 1 марта 2027 года.</p> <p>- Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее - Программа) разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. N 874 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный N 70809)</p> <p>- АОП ДО для обучающихся с задержкой психического развития Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 17 компенсирующего вида Красногвардейского района Санкт-Петербурга.</p>
Срок реализации рабочей программы	2023-2024 учебный год (Сентябрь 2023 - май 2024 года)
Целевые ориентиры освоения воспитанниками группы образовательной программы (по физическому развитию обучающихся)	Осваивает все основные движения, хотя их техническая сторона требует совершенствования. Практически ориентируется и перемещается в пространстве. Выполняет физические упражнения по показу в сочетании со словесной инструкцией инструктора по физической культуре (воспитателя). Принимает активное участие в подвижных играх с правилами. Осваивает координированные движения рук при выполнении действий с конструктором «Лего», крупной мозаикой, предметами одежды и обуви. Может контролировать свои движения и управлять ими; достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений; обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и др.); развита способность к пространственной организации движений; слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма; проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.

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

**Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни**

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

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

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

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

Дать представление о необходимости закаливания.

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

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

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

### **Физическая культура**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Вводить в игры более сложные правила со сменой видов движений.

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

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

У детей с легкой умственной отсталостью и с задержкой психического развития, как правило, имеются недостатки общей моторики. У данной категории детей отмечается запаздывание в сроках овладения основными видами движения (ходьба, бег, прыжки, ползание, лазанье, метание), отсутствие гибкости и плавности движений (скованность движений, их неритмичность), замедленность темпа движений, моторная неловкость недостаточность мышечной силы и др. Многие проявляют крайне низкую или чрезмерно высокую хаотичную двигательную активность. При относительно высоком среднем уровне развития ходьбу отличает: неуверенная, неустойчивая, шаркающая, неритмичная походка; большинство детей передвигаются семенящим шагом, с опущенной головой и плечами; мышцы ног, рук, спины в процессе ходьбы напряжены. Большинство детей бегают на полусогнутых ногах, шлепая ступнями о пол, раскачиваясь из стороны в сторону и нередко переходя на ходьбу. Дети с ЗПР двигаются более свободно, увереннее, но и они к 5 годам лишь приближаются к уровню двигательного развития

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

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

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

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

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

## 2.3 Календарное планирование

**Месяц:** сентябрь    **Тема:** «Здравствуй, детский сад»

неделя	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	1 сентября	свободное	Обычная, в колонне по периметру зала за воспитателем	Стайкой за воспитателем	С погремушкой	Подскоки на месте на двух ногах	Ходьба по дорожке	Прокатывание мяча 2-мя руками вперед на дальность	Подлезание под дугу высотой 40-50 см	«Матрешка»
2	Осень	В колонну по одному	В колонне по одному по периметру зала	В заданном направлении	С резиновой игрушкой	Прыжок в длину с места	Ходьба по линии	Прокатывание мяча друг другу (расстояние 1,5 м)	Проползание в воротики из модулей	«Пузырь»
3	Деревья. кустарники	В шеренгу по линии	С одной стороны зала на другую	С одной стороны зала на другую	б/п	Прыжки на двух ногах с небольшим продвижением	Ходьба по доске	Метание предметов на дальность	Ползание на четвереньках по прямой 3-6 м	«Птички в гнездышках»



4	Грибы	По ориентирам	Равномерная по кругу	Равномерный по кругу	С лентами	Прыжок в длину с места	Ходьба по малой гимнастической скамейке 2 м	Метание предметов в вертикальную цель с расстояния 1-1,5 м	Ползание «змейкой» между предметами	«Солнышко и дождик»
---	-------	---------------	----------------------	----------------------	-----------	------------------------	---	--	-------------------------------------	---------------------

**Итоговое мероприятие:** досуг «Здравствуй, детский сад»

**Месяц:** ноябрь **Тема:** «Осень»

неделя	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Домашние животные	парами	Шеренгой с одной стороны зала на другую	С остановками по сигналу	С мешочком	На 2-х ногах с продвижением вперед 2-3 м	Ползание по модулям на четвереньках	Броски и ловля мяча от воспитателя с расстояния 1-1,5 м	Лазание по гимнастической лестнице 1,5 м	«Скорее в круг»
2	Домашние птицы	В круг с помощью	За ведущим по ориентирам	«Стайкой», в рассыпную	С мячом	На месте	Балансировка (ходьба с предметом на ладошке)	Броски шариков из сухого бассейна в корзину с расстояния 1,5 м	Ползание на четвереньках по кругу	«Кот»

3	Поздняя осень	По ориентирам	В разных направлениях	В колонне по одному в медленном темпе	С кубиками	По мату с продвижением вперед	Ходьба между линиями, шнурами	Броски мешочков с песком в обруч с расстояния 1,5 м	Ходьба с опорой на ладони и стопы по прямой	«Найди цвет»
4	День матери	Свободное, в рассыпную	С заданиями	С ускорением	Без предметов	Спрыгивание с мягкого бревна	Перешагивание реек лестницы, лежащей на полу	Прокатывание цилиндра	Ползание по бревну	«Птички и автомобиль»

**Итоговое мероприятие:** досуг «Веселое путешествие»

**Месяц:** декабрь    **Тема:** «Новый год»

неделя	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Зима пришла	Одновременные и однонаправленные движения	Парами, с изменением темпа, на месте	«Змейкой» огибая ориентиры за воспитателем	С мячом	Через веревку	Ходьба по узкой доске	Подбрасывание мяча вверх и ловля	Ползание на четвереньках по прямой 6 м	Снежинки и ветер

2	Дикие животные	Построение в колонну по одному	С выполнением заданий	В медленном темпе	С кеглями	Из кружка в кружок	Перешагивание реек лестницы, лежащей на полу	Катание шаров др. др.	Перекатывание «бревнышком»	«Лиса»
3	Зимние забавы	Построение в круг	Обычная, на носках, с высоким подниманием бедра	С изменением темпа	С кольцами	В длину с места	Ходьба по наклонной доске	Перекатывание фитбольных мячей	Ползание в упоре сидя	«Сова и мыши»
4	Скоро Новый Год	Построение свободное, в рассыпную	«Змейкой», с остановками, приседаниями	Между предметами, в рассыпную	Без предметов	На месте и с продвижением вперед на 2-х ногах	Стойка на возвышении	Метание «снежков»	Подъем и скатывание с горки	«Снежки»

**Итоговое мероприятие:** досуг «Снеговик»

**Месяц:** январь    **Тема:** «Зима»

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

1	Рождество	Свободное, врассыпную	«змейкой» за направляющим, огибающим ориентиры	Врассыпную	С резиновыми игрушками	На месте и с продвижением вперед	Стойка на носках	Катание фитбольного мяча	Ползание на попе	«Зайка беленький сидит»
2	День здоровья	Построение по ориентирам	Обычная, на носках, с высоким подниманием бедра	В колонне по одному	С лентами	Вокруг предметов	Ходьба по наклонной доске	Метание в вертикальную цель	Перелезание через бревно	«Курочка и цыплята»
3	Зимующие птицы	В колонну по одному	По кругу с остановками, приседаниями	Длительный бег до 1 минуты	С султанчиками	В длину с места	Ходьба по гимнастической скамейке	Метание вдаль	Перелезание через скамейку	«Мы веселые ребята»
4	День снятия блокады Ленинграда (27 января)	В круг	С изменением направления по сигналу	С ускорением	Без предметов	Через веревку	Стойка на 1 ноге	Катание мяча в воротники шириной 50-60 см с расстояния 1-1,5 м	Лазание по гимнастической лестнице	«Собери мячики»

**Итоговое мероприятие:** досуг «Рождественские колядки»

Месяц: февраль    Тема: «Папин праздник»

неделя	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Посуда	Построение свободное, в рассыпную	Приставным шагом вперед, назад	В быстром темпе 6 м	С малым мячом	Перепрыгивание 4-6 параллельных линий	Ходьба по гимнастической скамейке 2 м	Метание вдаль	Лазание по наклонной лесенке	Найди цвет
2	Продукты питания	Построение в круг, в полукруг по линии	Ходьба в разных направлениях, за ведущим	В медленном темпе	С палками	На 2-х ногах на месте	Стойка на носках	Катание мяча 2-мя руками друг другу	Ползание в упоре стоя	Куры в огороде
3	День защитника отечества	Построение в колонну по одному, по два (парами)	Ходьба по кругу, «змейкой», с остановками, приседаниями	С изменением темпа	С кубиками	Из кружка в кружок	Раскачивание на кольцах со страховкой	Метание в цель	Ползание на четвереньках	Скорее в круг

4	Мебель Инструменты	Построение в 2-3 звена по ориентирам	Ходьба с изменением темпа, на носках, с высоким подниманием бедра	Змейкой между предметами	Без предметов	С продвижением вперед	Кружение с остановкой	Бросание мяча вверх, отбивание мяча об пол	Кружение на четвереньках	Карусель
---	-----------------------	--------------------------------------	---	--------------------------	---------------	-----------------------	-----------------------	--	--------------------------	----------

**Итоговое мероприятие:** досуг «Славные защитники»

**Месяц:** март    **Тема:** «Мамин праздник»

неделя	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	8 марта	Построение свободное, в рассыпную	Приставным шагом вперед и назад	С ловлей и убеганием	С б. мячом	Через предмет высотой 5-10 см	Ходьба между линиями, шнурами	Броски мяча о землю и ловля двумя руками	Лазание по наклонной доске	Лохматый пес
2	Одежда, обувь, головные уборы	Построение в полукруг, в круг	Ходьба обычная, на носках, с высоким подниманием бедра	В медленном темпе	На модулях	На месте и с продвижением вперед на 2-х ногах	Ходьба по узкой доске (ширина 10-15 см)	Броски мяча в кольцо от груди 2-мя руками	Ползание на четвереньках по прямой	Поросята и волк

3	Весна	Построение в колонну по одному, по два (парами), в звенья	Ходьба с изменением темпа, остановками	С ускорением и замедлением темпа	Без предметов	На месте ноги вместе, ноги врозь	ходьба между линиями, шнурами с перешагиванием предметов (высота 10-15 см)	Броски мяча взрослому в руки и ловля от него	Ползание на четвереньках змейкой между предметами	Зайцы и волк
4	Перелетные птицы	Сохранение заданного направления при выполнении упр.	Ходьба змейкой вокруг различных ориентиров	Враспынную не наталкиваясь	С обручами	Из обруча в обруч	Ходьба по узкой доске с перешагиванием предметов	Броски мяча другу и ловля с расстояния 1 м	Пролезание в обруч	Сова

**Итоговое мероприятие:** досуг «Весенние хлопоты»

**Месяц:** апрель **Тема:** «Весна»

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

1	Транспорт	Ориентировка по цвету пособий	Ходьба с остановками, приседаниями	Медленный в разных направлениях, не наталкиваясь	С мячом	В глубину с 5-10 см	Ходьба по канату	Броски бляхи в горизонтальную цель 2-мя руками снизу	Пролезание в обруч, не касаясь руками пола	Море волнуется
2	День космонавтики	Построение свободное в рассыпную	Обычная, на носках, с остановками, приседаниями	По прямой, «змейкой», в рассыпную	С кольцами	На 2-х ногах с продвижением вперед	Стойка на носках	Прокатывание мяча друг другу	Подлезание в воротаки	Гуси, гуси
3	День здоровья	Построение в 2 звена по ориентирам	На месте, в разных направлениях	В медленном темпе	С кеглями	Из обруча в обруч	Ходьба по бревну	Метание в цель	Ползание на четвереньках	Бездомный заяц
4	Пасха	Повороты переступая на месте	С изменением темпа	С изменением темпа	Без предметов	В длину с места	Стойка на 1 ноге	Метание в даль	Лазание по гимнастической лестнице	Белки и волк

**Итоговое мероприятие:** досуг «День птиц»

**Месяц:** май    **Тема:** «Скоро лето»



неделя	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Цветы	Построение в шеренгу	С изменением темпа	С изменением темпа	С флажками	В длину с места	Ползание по модулям на четвереньках	Броски мяча в вертикальную цель	Лазание по гимнастической лестнице	Курочка хохлатка
2	День Победы	Построение в колонну	С изменением направления движения	Со сменой направления	С палками	Вокруг предметов и между ними	балансировка	Метание вдаль	Ползание на четвереньках по прямой и «змейкой»	Солнечный зайчик
3	Насекомые	Построение свободное, в рассыпную, в полукруг	Обычная, на носках, с высоким подниманием бедра	Стайкой, в рассыпную	С массажерами	В высоту с места через линии, шнур, предмет	Ходьба по линии, шнуру змейкой	Катание мяча 2-мя руками друг другу	Подлезание под препятствие	Бабочки и лягушка
4	День города (27 мая)	Построение парами	С остановками, с заданиями	По прямой и «змейкой»	На скамейке	В глубину (с высоты 20-30 см)	Ходьба с перешагиванием предметов	Ловля мяча, брошенного взрослым	Перелезание через бревно	Каравай

**Итоговое мероприятие:** досуг «Город твой и мой»

**Месяц:** июнь    **Тема:** «Родина»

неделя	интеграция обр. обл. мотивация	перестроения	ходьба	бег	О.Р.У.	прыжки	равновесие	метание	лазание	игры
1	Лето День защиты детей	Парами	На носках, пятках, с высоким подниманием колен	Равномерный по кругу	б/п под муз. «Три веселых зайчика»	На 2-х ногах через блинчики	Ходьба по узкой доске	Прокатывание мяча в воротики	Пролезание, проползание в воротики	Зайки и волк
2	День рождения А.С. Пушкина (6 июня)	Врассыпную	Приставным шагом боком	Субегание в домики	б/п под муз. «Три поросенка»	На 2-х ногах вокруг ёлочек	Ходьба перешагивая пенёчки на каждый шаг	Броски мешочков с песком в горизонтальную цель	Ползание по релаксационной подушке	Поросята и волк
3	День России	В колонну	Имитация движений робота, ходьба на пятках, кружение	По кругу, держась за парашют	б/п под муз. «33 короаы»	Подскоки на месте («мячики»)	Ходьба по мягким бревнам приставным шагом	Прокатывание мячей друг другу из разных и.п.	Ползание на четвереньках по бревну и в кольцо	Карусель

							боком			
4	Мои любимые сказки	По ориентирам	С захлестом голени, с изменением направления	С ускорением и замедлением темпа	С мячами	В глубину с высоты 20-30 см	Перешагивание игрушек на каждый шаг	Прокатывание мячей в воротики	Перекатывание бревнышкoм по мату	Солнечные зайчики

**Итоговое мероприятие:** досуг «Здравствуй лето»

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

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

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

месяц	тема	Формы работы
Сентябрь	Гигиеническое назначение спортивной формы	Родительские собрания Информационные стенды
Ноябрь	Приобщение ребенка к ЗОЖ	Папки – передвижки Анкетирование, опросники
Январь	Обеспечение потребности ребенка в движении в зимний период	Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум
Май	Анализ изменения физического состояния детей за год.	Педагогическая беседа индивидуальное консультирование
Июнь	Двигательная активность ребенка летом.	Групповые, индивидуальные и тематические консультации. Практикум

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

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии
Занятия по физическому развитию - 3 раза в неделю. Спортивные развлечения, досуги 1 раза в месяц	Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах	Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами.

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

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию в неделю
средняя	20 минут	3

**3.3 Создание развивающей предметно- пространственной среды**

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

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

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа дошкольного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья (с интеллектуальной недостаточностью) Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 17 компенсирующего вида Красногвардейского района Санкт –Петербурга

2. Диагностика – развитие – коррекция: программа дошкольного образования детей с интеллектуальной недостаточностью. Санкт – Петербург ЦДК проф. Л.Б. Баряевой 2012 Баряева Л.Б. Гаврилушкина О.П. Зарин А.П., Соколова Н.Д.
3. Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях. Минск «Універсітэцкае» 1998 В.Н. Шебеко В.А. Шишкина Н.Н. Ермак
4. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста. ГИЦ «Владос» 1999 Л.Д. Глазырина В.А. Овсянкин
5. Сборник игр к «Программе воспитания в детском саду». Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1974 Е.Г. Батурина
6. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста. Москва «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 1986 Тимофеева Е.А.
7. Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии. Методическое пособие. Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2002 Под редакцией Л.В. Шапковой
8. 300 подвижных игр для дошкольников. Практическое пособие. Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2011 Власенко Н.Э.
9. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 3 – 5 лет. Москва. МОЗАИКА – СИНТЕЗ. 2011 Т.Е. Харченко
10. Утренняя гимнастика в детском саду. Упражнения для детей 5 – 7 лет. Москва. МОЗАИКА – СИНТЕЗ. 2011 Т.Е. Харченко
11. Комплексы утренней гимнастики для детей 3 – 4 лет. Методическое пособие. Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2009 Е.А. Сочеванова
12. Утренняя гимнастика для детей 2 – 7 лет. Практическое пособие Москва. АЙРИС ПРЕСС. 2010 Г.А. Прохорова
13. Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5 – 7 лет ГИЦ «Владос» 2001 Л.И. Пензулаева
14. Подвижные игры с бегом для детей 4 – 7 лет Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2009 Е.А. Сочеванова
15. Комплексы сюжетных утренних гимнастик для дошкольников Санкт – Петербург «ДЕТСТВОПРЕСС» 2013 Л.А. Соколова
16. Занятия по физкультуре с детьми 3 – 7 лет ТЦ «Сфера» Москва 2008 .Н. Вареник С.Г. Кудрявцева Н.Н. Сергиенко