

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 17 комбинированного вида
Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Образовательного учреждения
протокол от 30.08.2022 г. № 1
с учётом мнения совета родителей
(законных представителей) воспитанников
протокол от 30.08.2022 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий  Л. А. Киселева
приказ от 31.08.2022 г. № 46



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
инструктора по физической культуре
для группы компенсирующей направленности
среднего возраста «Умники и умницы» с 4 до 5 лет,
на 2022 – 2023 учебный год

Программу разработали:
Инструктор по физической культуре
Федосова Е. В.

Санкт-Петербург
2022

Содержание

I. Целевой раздел рабочей программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
II. Содержательный раздел рабочей программы.....	11
2.1. Описание образовательной деятельности. Интеграция образовательных областей.....	11
Часть, формируемая участниками образовательных отношений.....	17
2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников для детей компенсирующей направленности.....	20
3. <u>Организационный раздел рабочей программы</u>	22
3.1. Структура реализации образовательной деятельности	22
3.2. Максимально допустимая образовательная нагрузка воспитанников группы (занятия по физическому развитию)	22
3.3. Создание развивающей предметно-пространственной среды.....	22
3.4. Методическое обеспечение образовательной деятельности (список литературы, ЭОР, др.).....	23

I. Целевой раздел рабочей программы

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа музыкального руководителя для детей 4-5 лет групп компенсирующей направленности составлена на основе образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжёлым нарушением речи); «Вариативной примерной адаптированной основной образовательной программы для детей с тяжелыми нарушениями речи (общим недоразвитием речи) с 4 до 5 лет Издание третье, переработанное и дополненное в соответствии с ФГОС ДО Н. В. Нищевой, - СПб.: Детство Пресс, 2015, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (Приказ № 1155 от 17.10.2013 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»). Определяет систему взаимодействия инструктора по физической культуре с участниками образовательного процесса, и направлена на достижение целей и задач образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжёлым нарушением речи) ГБДОУ детский сад № 17 Приморского района Санкт-Петербурга (4-5 лет) раздела «Физическое воспитание» образовательной области «Физическое развитие»

Кроме того, образовательная деятельность регулируется следующими нормативными документами: Рабочая программа инструктора по физической культуре разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» Приказа Министерства просвещения российской Федерации (Минпросвещения России) от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодежи».
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 31.07.2020 № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным

программам – образовательным программам дошкольного образования»;

- Конституцией Российской Федерации ст. 43, 72
- Уставом ДОУ;
- Образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжёлым нарушением речи).

Программа разработана на период **2022-2023** учебного года (Сентябрь 2022 – Август 2023)

Время реализации Программы. Программа реализуется в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком ГБДОУ детский сад № 17 Приморского района Санкт-Петербурга.

Рабочая Программа обеспечивает разностороннее развитие детей в возрасте 4-5 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей по основным направлениям – физическому, социально-коммуникативному, познавательному, речевому и художественно-эстетическому.

Рабочая Программа разработана для воспитания и обучения детей 4-5 лет с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Программой предусмотрена необходимость охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, обеспечения эмоционального благополучия каждого ребенка. Так она позволяет формировать оптимистическое отношение детей к окружающему миру, что дает возможность ребенку жить и развиваться, обеспечивает позитивное эмоционально-личностное и социально-коммуникативное развитие.

Объем учебного материала рассчитан в соответствии с возрастными физиологическими нормативами, что позволяет избежать переутомления и дезадаптации дошкольников. Для каждой возрастной группы предложено оптимальное сочетание самостоятельной, индивидуальной и совместной деятельности, сбалансированное чередование специально организованной и нерегламентированной образовательной деятельности.

Общий объем Программы рассчитан в соответствии с возрастом воспитанников, основными направлениями их развития, спецификой дошкольного образования и включает время, отведенное на:

- образовательную деятельность, осуществляемую в процессе организации деятельности по физическому развитию (занятия, праздники, развлечения);
- образовательную деятельность, осуществляемую в ходе режимных моментов;
- самостоятельную деятельность детей;
- взаимодействие с семьями детей по реализации образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с

ограниченными возможностями здоровья (с тяжёлым нарушением речи) ГБДОУ детский сад № 17 Приморского района Санкт-Петербурга.

Программа направлена на обеспечение образовательной деятельности в группах компенсирующей направленности для детей с ТНР в соответствии с образовательной программой дошкольного учреждения, адаптированной для детей с тяжелыми нарушениями речи с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающей коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию воспитанников с ограниченными возможностями здоровья.

В Программе определены задачи по физическому воспитанию, необходимые для развития интеллектуальных и личностных качеств ребенка средствами физического развития как одной из областей продуктивной деятельности детей дошкольного возраста, для формирования общей культуры, для сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста средствами логопедической ритмики.

Программа содержит материал для организации коррекционно-развивающей деятельности с каждой возрастной группой детей. Коррекционная деятельность включает логопедическую работу и работу по образовательным областям, соответствующим Федеральному государственному образовательному стандарту дошкольного образования (ФГОС ДО), представляющему собой совокупность обязательных требований к дошкольному образованию.

Вся работа проводится с учётом обеспечения права семьи на оказание ей помощи в воспитании и образовании детей дошкольного возраста на основе реализации Федерального государственного образовательного стандарта и приоритетных направлений образовательной деятельности дошкольного учреждения.

1.2 Цель и задачи программы:

Цель:	Развитие физических способностей ребенка в различных видах деятельности с учетом его индивидуальных возможностей. Оказание помощи детям с ТНР в освоении образовательной программы дошкольного образования, адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжёлым нарушением речи) ГБДОУ детский сад № 17 Приморского района Санкт-Петербурга.
Коррекционные цели:	Овладение детьми самостоятельной, связной, грамматически правильной речью и коммуникативными навыками, фонетической системой русского языка, элементами грамоты, что формирует психологическую готовность к обучению в школе и обеспечивает преемственность со следующей ступенью системы общего образования.

<p>Задачи:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • развивать физические качества — скоростные, силовые, гибкость, выносливость, координацию; • накапливать и обогащать двигательный опыт детей — овладение основными двигательными режимами (бег, ходьба, прыжки, метание, лазанье); • формировать потребность в двигательной активности. • Развивать интерес к участию в подвижных, спортивных играх и физических упражнениях, активность в самостоятельной двигательной деятельности; интерес и любовь к спорту; • Расширять представления о составляющих здорового образа жизни (правильное питание, движение, сон и солнце, воздух и вода) и факторах, разрушающих здоровье; • Знакомить с основами техники безопасности и правилами поведения в спортивном зале и на спортивной площадке.
<p>Коррекционные задачи:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Оздоровление психики: воспитание уверенности в своих силах, выдержки, волевых черт характера; • Нормализация психических процессов и свойств: памяти, внимания, мышления, регуляции процессов возбуждения и торможения; • Укрепление и тренировка двигательного аппарата: развитие равновесия, свободы движений, снятие мышечного напряжения, улучшение ориентировки в пространстве, координации движений; • Исправления речевых недостатков, невнятного произношения, проглатывания окончания слова.

<p>Принципы и подходы к формированию рабочей программы:</p>	<p>Программа разработана в соответствии со следующими методологическими подходами:</p> <ul style="list-style-type: none"> • полноценного проживания ребёнком этапов дошкольного детства, обогащение (амплификация) детского развития; • построения образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого ребенка, при котором сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образования (далее — индивидуализация дошкольного образования); • содействия и сотрудничества детей и взрослых, признания ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений; • поддержки инициативы детей в различных видах деятельности; • приобщения детей к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства; • формирования познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности; • возрастной адекватности (соответствия условий, требований, методов возрасту и особенностям развития); • учёта этнокультурной ситуации развития детей. <p>В содержании Программы учтены общие и специфические особенности психического развития детей дошкольного возраста, новые вариативные формы организации коррекции отклонений речевого развития, а также необходимость взаимодействия целей и задач дифференцированного и интегрированного обучения и воспитания детей с разными проявлениями речевой патологии.</p> <p>Объем учебного материала рассчитан в соответствии с возрастными физиологическими нормативами, что позволяет избежать переутомления и дезадаптации дошкольников. Основой Программы является создание оптимальных условий для коррекционно-развивающей работы и всестороннего гармоничного развития детей с ОНР. Это достигается за счет создания комплекса коррекционно-развивающей работы в группе с учетом особенностей психофизического развития детей данного контингента. Главная идея заключается в реализации общеобразовательных задач дошкольного образования с привлечением синхронного выравнивания речевого и психического развития детей с тяжёлыми нарушениями речи, то есть одним из основных принципов Программы является принцип природосообразности. Программа учитывает общность развития нормально развивающихся детей и детей с ОНР и основывается на онтогенетическом принципе, учитывая закономерности развития детской речи в норме.</p>
--	--

Кроме того, Программа имеет в своей основе следующие принципы:

1. Принцип гуманизации - ведущий принцип образования, предполагающий учет особенностей личности ребенка, индивидуальной логики его развития в процессе деятельности.

2. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей ребенка, объясняющий необходимость диагностики физического развития детей, уровня развития деятельности и учета ее результатов в единстве с возрастными новообразованиями в ходе физического воспитания и развития.

3. Принцип учета и развития субъектных качеств и свойств ребенка в организации физической деятельности, обозначающий учет интересов ребенка и его направленности на конкретный вид деятельности, опору на активность, инициативность и самостоятельность воспитанника, поощрение этих качеств в деятельности по физическому развитию.

4. Принцип партнерства - содействия и сотрудничества детей и взрослых.

5. Принцип поддержки инициативы детей в различных видах деятельности по физическому развитию и самостоятельной деятельности.

6. Принцип педагогической поддержки, направляющий действия педагога на оказание помощи ребенку, который испытывает те или иные затруднения в процессе деятельности по физическому развитию. Основной задачей педагогической поддержки становится совместный поиск адекватного решения возникшей проблемы. Основным показателем успешной реализации данного принципа являются удовлетворенность дошкольника своей деятельностью и ее результатами, снятие эмоциональной напряженности.

7. Принцип профессионального сотрудничества и сотворчества, означающий обязательное профессиональное взаимодействие инструктора по физической культуре и воспитателя в организации процесса физического воспитания и развития воспитанников ДОО. Этот принцип подразумевает также тесное сотрудничество с семьей ребенка и специалистами, работающими в детском саду.

8. Принцип систематичности и последовательности в организации деятельности по физическому развитию, предполагающий систематическую работу с детьми, постепенное усложнение содержания и задач воспитания и развития, сквозную связь предлагаемых содержания, форм, средств и методов работы.

	<p>9. Принцип продуктивности деятельности по физическому развитию в дошкольном детстве, означающий, что процессы восприятия – исполнительства – творчества дошкольников выражены в некоем продукте (например, в образе, воплощенном в рисунке, игре, слове и т.д.)</p> <p>10. Принцип синкретичности, подразумевающий объединение разнообразных методов активизации детской деятельности в рамках педагогической технологии, а также объединение различных способов деятельности дошкольников, позволяющее им наиболее полно и самостоятельно выражать себя, особенности своего физического развития.</p>
<p>Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей музыкального развития детей с ТНР:</p>	<p>Дошкольники с тяжелыми нарушениями речи - это дети с поражением центральной нервной системы (или проявлениями перинатальной энцефалопатии), что обуславливает частое сочетание у них стойкого речевого расстройства с различными особенностями психической деятельности.</p> <p>Учитывая положение о тесной связи развития мышления и речи (Л. С. Выготский), можно сказать, что интеллектуальное развитие ребенка в известной мере зависит от состояния его речи. Системный речевой дефект часто приводит к возникновению вторичных отклонений в умственном развитии, к своеобразному формированию психики.</p> <p>Физическое развитие детей с ТНР имеет свои особенности. Часто эти дети с ослабленным организмом, для которого характерны обменно - трофические нарушения, функциональный сбой сердечно - сосудистой деятельности, хронические заболевания. Дети с ТНР быстро утомляются, при</p>

	<p>выполнении двигательных заданий у них часто возникают произвольные лишние движения, наблюдается поверхностное и неритмичное дыхание, проявляются нарушения общей моторики. Часто дети не владеют даже простейшими двигательными навыками: не умеют хлопать в ладоши, прыгать, приседать. Особенно трудно детям с ТНР согласовывать и координировать движения рук и ног, при разучивании игр и перестроений.</p> <p>У дошкольников с общим недоразвитием речи наблюдается некоторое снижение процессов восприятия и внимания. Это обусловлено недостаточным развитием слухового восприятия в целом. У большинства детей с ТНР наблюдаются не всегда адекватные эмоциональные проявления. Это связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы дошкольника с логопедическими нарушениями, слабостью развития познавательных процессов.</p>
<p>Целевые ориентиры освоения программы детей с ТНР:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей; • Воспитание культурно-гигиенических навыков; • Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни; • Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации); • Накопление и обогащение двигательного опыта детей; • Овладение основными видами движения; • Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.

2. Содержательный раздел рабочей программы

2.1. Содержание образовательной работы с детьми

Группы: (содержание оформляется по возрастному принципу тех групп, которые ведет инструктор по физической культуре - для групп младшего дошкольного возраста, для групп среднего дошкольного возраста, для групп старшего дошкольного возраста)

Для группы среднего дошкольного возраста компенсирующей направленности

СЕНТЯБРЬ

Задачи	Формировать правильную осанку. Развивать ловкость ориентировку в пространстве. Формировать умение прокатывать мяч двумя руками. Развивать меткость, прыжки.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег врассыпную с музыкальным сопровождением			
ОРУ	бп	Ритмическая гимнастика	С мячом	Ритмическая гимнастика
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
Основные виды движений	1. Ходьба и бег друг за другом в прямом направлении за инструктором по физической культуре. 2. Подбрасывание мяча вверх и ловля его (расстояние 2 м)	1. Подбрасывание мяча вверх и ловля его (расстояние 2 м) 2. Прыжки – Подпрыгивание на месте.	1. Ходьба и бег в колонне по одному с выполнением задания по сигналу. 2. Метание – Прокатывание мяча в прямом направлении друг другу.	1. Прыжки из обруча в обруч 2. Лазание – Ползание на четвереньках с опорой на ладони и колени.
П/и	«Автомобили»	«Светофор»	«Автомобили»	«Светофор»

ОКТАБРЬ

Задачи	Формировать правильную осанку. Развивать равновесие, прыжки. Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе. Формировать прыжки, ползание, ловкость, равновесие.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег врассыпную с музыкальным сопровождением			
ОРУ	С мячом	Ритмическая гимнастика	С мячом	Ритмическая гимнастика
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8

Основные виды движений	1.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке (страховка инструктора по физической культуре). 2.Перебрасывание мяча друг другу (расстояние 2 метра)	1. Перебрасывание мяча друг другу (расстояние 2 метра) 2.Прыжки – Прыжки из обруча в обруч.	1. Прыжки – Прыжки из обруча в обруч. 2.Лазание – Ползание на четвереньках в прямом направлении по гимнастической скамейке.	1.Лазание – Подлезание под перекладину на четвереньках (40 см.). 2.Прыжки в длину с места
П/и	«По ровненькой дорожке»	«Найди свой домик»	«У медведя во бору»	«Самолеты»

НОЯБРЬ


Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки, ползание. Формировать правильную осанку.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег в рассыпную с музыкальным сопровождением			
ОРУ	С обручем	б/п	С мячом	Ритмическая гимнастика
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
Основные виды движений	1. Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке (страховка инструктора по физической культуре). 2. Прыжки – Перепрыгивание из обруча в обруч.	1. Прыжки – Перепрыгивание из обруча в обруч. 2. Бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками. Бросание мяча об пол и ловля его.	1. Метание – бросание мяча друг другу и ловля. 2.Бег змейкой между конусами.	1. Ходьба змейкой между конусами. 2. Лазание – Подлезание под перекладину на четвереньках.
П/и	«Зайка беленький»	«Кошки-мышки»	«Лохматый пес»	«Кошки-мышки»

ДЕКАБРЬ

Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег в рассыпную с музыкальным сопровождением			
ОРУ	С мячом	б/п	С мячом	Ритмическая гимнастика
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8

Основные виды движений	1.Отбивание мяча о землю правой и левой рукой (не менее 5 раз подряд). 2.Прыжки – Прыжки на двух ногах из обруча в обруч.	1. Прыжки – из обруча в обруч на двух ногах. 2.Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. Бросание мяча об пол и ловля его.	1. Метание – бросание мяча в кольцо. 2.Лазание – Подлезание под перекладину на четвереньках.	1. Лазание – Подлезание под перекладину на четвереньках. 2.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке на носочках, руки на поясе (страховка инструктора по физической культуре).
П/и	«Зайка в домике»	«Заморожу»	«Мыши в кладовой»	«Снежинки»

ЯНВАРЬ

Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег друг за другом с музыкальным сопровождением			
ОРУ	б/п	С мячом	б/п	Ритмическая гимнастика
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
Основные виды движений		1.Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. Бросание мяча об пол и ловля его. 2.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (страховка инструктора по физической культуре).	1.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове, руки на поясе (страховка инструктора по физической культуре). 2. Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно).	1. Прыжки на одной ноге (на правой и левой поочередно). 2.Метание – катание мяча друг другу.
П/и		«Зайка беленький»	«Снежки»	«Снежинки»

ФЕВРАЛЬ

Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки. Формировать умение ловить мяч двумя руками. Формировать представления о военной технике.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег друг за другом с музыкальным сопровождением			
ОРУ	б/п	Ритмическая гимнастика	б/п	Ритмическая гимнастика
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8

Основные виды движений	1.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке перешагивая предметы, руки в стороны (страховка инструктора по физической культуре). 2.Прыжки – Прыжки через перекладину	1.Прыжки – Спрыгивание со скамейки. 2.Лазание – проползание под перекладиной, не задев ее.	1.Лазание – проползание под перекладиной, не задев ее. 2.Метание – Перебрасывание мяча друг другу, ловля его двумя руками.	1. Прыжки – Прыжки через перекладину 2.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны (страховка инструктора по физической культуре).
П/и	«Летчики»	«Эстафета»	«Эстафета»	«Самолеты»

МАРТ

Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе и ползании по гимнастической скамейке. Развивать прыжки. Формировать умение ловить мяч двумя руками. Формировать правильную осанку.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег друг за другом с музыкальным сопровождением			
ОРУ	Ритмическая гимнастика	С мячом	Ритмическая гимнастика	б/п
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
Основные виды движений	1.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке боком приставным шагом. 2.Прыжки – Прыжки на двух ногах, из обруча в обруч	1.Прыжки – Прыжки в длину с места. 2. Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками (3-4 раза подряд).	1.Метание – Бросание мяча о землю двумя руками, и ловля его двумя руками. 2.Лазание – Ползание по гимнастической скамейке с опорой на ладони и колени (страховка инструктора по физической культуре).	1.Лазание – Ползание на животе по гимнастической скамейке, подтягиваясь руками. 2.Прыжки в длину с места
П/и	«Летчики»	«Светофор»	«Найди свой цвет»	«Найди свой цвет»

АПРЕЛЬ

Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, равновесие и ориентировку в пространстве при ходьбе и ползании по гимнастической скамейке. Развивать прыжки. Формировать правильную осанку.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег друг за другом с музыкальным сопровождением			
ОРУ	Ритмическая гимнастика	С м.мячом	Ритмическая гимнастика	С мячом
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8

Основные виды движений	1. Прыжки – Прыжки в длину с места. 2. Метание в вертикальную цель (с расстояния 1,5-2 м, высота центра мишени 1,5 м)	1. Метание в вертикальную цель (с расстояния 1,5-2 м, высота центра мишени 1,5 м). 2. Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке (страховка инструктора по физической культуре).	1. Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке (страховка инструктора по физической культуре). 2. Лазание – Ползание по гимнастической скамейке на четвереньках с мешочком на спине (страховка инструктора по физической культуре).	1. Лазание – залезание на гимнастическую стенку. 2. Метание – Бросание мяча вверх, и ловля его двумя руками.
П/и	«Летчики»	«Бездомный заяц»	«Летчики»	«Поймай комара»

МАЙ

Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки. Формировать правильную осанку.			
Вводная	Ходьба друг за другом; бег друг за другом с музыкальным сопровождением			
ОРУ	Ритмическая гимнастика	С мячом	Ритмическая гимнастика	С мячом
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
Основные виды движений	1. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно (5 раз подряд). 2. Прыжки – Перепрыгивание через перекладины.	1. Прыжки - Перепрыгивание через перекладины. 2. Метание – Подбрасывание мяча вверх двумя руками, и ловля его.	1. Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. 2. Лазание – Ползание по гимнастической стенке (на три перекладины вверх)	1. Лазание – Ползание по гимнастической стенке (на три перекладины вверх) 2. Отбивание мяча об пол правой и левой рукой поочередно (5 раз подряд).
П/и	«Поймай комара»	«С кочки на кочку»	«Поймай комара»	«Мыши и кот»

ИЮНЬ

Задачи	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки.			
Вводная	Ходьба друг за другом с разным положением рук; ходьба с высоким подниманием колена, бег друг за другом с выполнением заданий.			
ОРУ	Без предметов	Ритмическая гимнастика	Ритмическая гимнастика	С мячом
№ занятия	1-2	3-4	5-6	7-8
Основные виды движений	1. Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы (страховка инструктора по физической культуре). 2. Бросание и ловля мяча	1. Прыжки – Прыжки в длину с места. 2. Бег на выносливость.	1. Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. 2. Прыжки – прыжки из обруча в обруч	1. Прыжки – прыжки из обруча в обруч 2. Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. Бросание мяча о пол двумя руками, и ловля его.

<i>П/и</i>	«Светофор»	«Ловишка»	«Летчики»	«Море волнуется раз»

ИЮЛЬ

<i>Задачи</i>	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки.			
<i>Вводная</i>	Ходьба друг за другом с разным положением рук; ходьба с высоким подниманием колена, бег друг за другом с выполнением заданий.			
<i>ОРУ</i>	Без предметов	С мячом	Ритмическая гимнастика	С мячом
<i>№ занятия</i>	1-2	3-4	5-6	7-8
<i>Основные виды движений</i>	1.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом (страховка инструктора по физической культуре). 2.Прыжки – прыжки «Классики»	1.Прыжки «Классики» 2.Бег на выносливость	1.Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. 2.Прыжки – прыжки из обруча в обруч	1. Прыжки – прыжки из обруча в обруч 2. Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. Бросание мяча о пол двумя руками, и ловля его.
<i>П/и</i>	«Светофор»	«Ловишка с мячом»	«Летчики»	«Ловишка с мячом»

АВГУСТ

<i>Задачи</i>	Развивать умение ходить и бегать друг за другом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве при ходьбе по гимнастической скамейке. Развивать прыжки.			
<i>Вводная</i>	Ходьба друг за другом с разным положением рук; ходьба с высоким подниманием колена, бег друг за другом с выполнением заданий.			
<i>ОРУ</i>	Без предметов	С мячом	Ритмическая гимнастика	С мячом
<i>№ занятия</i>	1-2	3-4	5-6	7-8
<i>Основные виды движений</i>	1.Равновесие – Ходьба по гимнастической скамейке приставным шагом (страховка инструктора по физической культуре). 2.Прыжки – прыжки «Классики»	1.Прыжки «Классики» 2.Бег	1.Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. 2.Прыжки – прыжки из обруча в обруч	1. Прыжки – прыжки из обруча в обруч 2. Метание – Подбрасывание мяча вверх, и ловля его двумя руками. Бросание мяча о пол двумя руками, и ловля его.
<i>П/и</i>	«Светофор»	«Ловишка»	«Светофор»	«Ловишка»

Часть, формируемая участниками образовательных отношений

Приоритетное направление деятельности по физическому развитию дошкольников.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий, приобщение воспитанников к образовательной деятельности «Физическая культура», спортом, формирование потребности в здоровом образе жизни является приоритетным направлением деятельности. Одним из важнейших направлений развития и оздоровления детей дошкольного возраста является грамотная организация здоровьесберегающего педагогического процесса, соответствующего возрастным и индивидуальным возможностям детей, использующего адекватные технологии развития и воспитания и способствующего усвоению воспитанниками ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Дошкольное детство – это период способный обеспечить формирование важных сторон духовного и нравственного воспитания ребёнка (эмоциональная и социальная сфера, поведенческие навыки здорового образа жизни).

Здоровый, жизнерадостный, пылкий, активный ребёнок – результат взаимопонимания и единства усилий педагогического коллектива и родителей.

Описание здоровьесберегающей методики

Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Словосочетания «здоровьесберегающие технологии» и «формирование здорового образа жизни» заняли прочное место в планах воспитательной работы педагогов дошкольных учреждений. Но проблема по-прежнему остаётся актуальной.

Хорошее здоровье ребёнка определяет его работоспособность, возможность легко усваивать то, чему его учат, быть доброжелательным в общении со сверстниками, уметь управлять своим поведением. Таких результатов можно добиться лишь в том случае, если комплекс оздоровительных мероприятий, вся повседневная работа по охране и укреплению здоровья детей, реализация принципов оздоравливающей педагогики станут приоритетными в дошкольных учреждениях. Причём участниками этого процесса должны стать все взрослые, как в детском саду, так и в семье.

В нашем дошкольном учреждении охрана здоровья ребёнка опирается на его развитие. Педагогическим коллективом накоплен богатый опыт работы по физическому развитию и оздоровлению дошкольников. Но жизнь не стоит на месте, модернизируется система дошкольного образования. Поэтому возникает необходимость оптимизировать уже сложившуюся систему физкультурно-оздоровительной работы ДОУ.

Разработанная физкультурно-оздоровительная программа представляет собой систему мер, способных влиять на состояние здоровья ребёнка.

Цель программы: Оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направление физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребёнка во все периоды дошкольного детства.

Задачи программы:

- Обеспечить качественную работу дошкольного учреждения по укреплению и сохранению здоровья детей.
- Формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью.
- Привлекать родителей к формированию у детей ценностей здорового образа жизни.

В основе физкультурно-оздоровительной программы лежит комплекс разнообразных форм и видов деятельности, которые можно условно разделить на три направления

1. Сохранение и стимулирование здоровья

- Образовательная деятельность по физической культуре является основной формой развития двигательных навыков и умения детей. Перспективное планирование включает в себя разные формы организованной образовательной деятельности с дошкольниками:

- игровые – построены на основе подвижных игр, игр-эстафет, игр-аттракционов;
- сюжетные – любые физические упражнения, знакомые детям;
- учебно-тренирующего характера;
- тематические- с одним видом физических упражнений;
- комплексные—с элементами развития речи, математики, конструирования и т.д., но с включением дополнительной задачи, которая решается через движение;
- самостоятельная деятельность— дети приучаются к организаторским действиям, т.к. им поочерёдно поручают провести разминку, бег, организовать игру;
- контрольно-диагностические – проводятся 2 раза в год (сентябрь, май) для получения информации об овладении детьми основных движений

Релаксация

Это небольшие комплексы, состоящие из оздоровительных упражнений и элементов дыхательной гимнастики. Комплексы релаксационные (направлены на снятие эмоционального напряжения ребёнка, общее расслабление).

Есть возможность варьировать их в зависимости от поставленных целей, режимного момента

Корректирующая гимнастика

Это необходимая составляющая часть профилактики часто и длительно болеющих детей простудными заболеваниями, имеющими нарушения в осанке, плоскостопие и т.п. Для них предусматривается щадящий общий режим, более чуткое внимание к их психике, к двигательной активности.

2. Обучение здоровому образу жизни

Уроки здоровья и безопасности

Вопросы воспитания у детей навыков безопасного поведения являются для нашего дошкольного учреждения актуальными и требующими особого внимания. Начиная, со средней группы, работа по формированию основ безопасной жизнедеятельности проводится по пяти направлениям:

- «Ребёнок и его здоровье» (формирование ценностей здорового образа жизни);
- «Ребёнок дома» (пожарная безопасность и безопасность в быту);
- «Ребёнок и дорога» (правила дорожного движения);
- «Ребёнок и природа» (навыки безопасного поведения на природе);
- «Ребёнок и другие люди» (навыки личной безопасности)

3. Коррекционно-развивающая деятельность

- Технологии музыкального сопровождения

Широко известен целительный потенциал музыки. На своих занятиях я широко использую различные формы музыкального воздействия. Богатая фонотека позволяет подобрать музыкальное произведение либо для релаксации, либо, наоборот, позволяющее активизировать деятельность дошкольников.

Великая ценность каждой семьи – здоровье детей. Вырастить ребенка сильным, здоровым, крепким – это естественное желание каждого родителя и одна из ведущих задач нашего дошкольного учреждения. Наш детский сад работает как открытая система для

сотрудничества с родителями. Стремясь повысить родительскую компетентность, мы обращаем их внимание на следующие вопросы:

- уметь оценить ведущие показатели роста и гармонического развития ребенка;
- обеспечить ребенку правильный режим дня, систематичность и регулярность двигательных занятий и активных игр как основы жизнедеятельности и полноценного развития малыша;
- для укрепления здоровья ребенка в семье важно использовать комплекс мероприятий по закаливанию, организации физического воспитания активного отдыха ребенка как можно раньше;
- с раннего возраста необходимо приучать ребенка к соблюдению основных элементов здорового образа жизни: выполнение правил гигиены, дружить с физкультурой, осознанно относиться к сохранению своего здоровья и окружающих.

Чтобы организовать взаимодействие с семьями воспитанников по вопросам здоровьесбережения мы используем разные формы общения.

Особой популярностью у родителей и детей пользуются *ежегодные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья»*. Соревновательный задор, с которым папы и мамы принимают участие в играх, передаётся их сыновьям и дочерям. Атмосфера единения между взрослыми и детьми царит на таких мероприятиях всегда.

Таким образом, целостная система образования, оздоровления, психолого-педагогического сопровождения, основанная на классических образцах и педагогических инновациях способствует гармоничному физическому развитию детей. Это в конечном итоге положительно влияет на состояние здоровья, развитие двигательной активности, физических качеств наших воспитанников.

Прогнозируемый результат

- Снижение заболеваемости и укрепление здоровья воспитанников.
- Развитие у детей потребности в здоровом образе жизни.
- Создание атмосферы благоприятного социально-психологического микроклимата для каждого ребёнка.
- Формирование совместных традиций семьи и детского сада по физическому воспитанию ребёнка.

Условия реализации направления деятельности по физическому развитию дошкольников

1. Кадровое обеспечение физкультурно-оздоровительной работы в дошкольном учреждении
2. Методическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности
3. Сотрудничество детского сада и семьи в деле формирования здоровья ребёнка
4. Развитие материально-технической базы ДОУ по оздоровлению детей
5. Санитарно-гигиенические условия. Организация работы, согласно требований СанПин

Основные параметры оценки эффективности деятельности по физическому развитию дошкольников

1. Изучение физических, психологических и индивидуальных особенностей ребёнка (диагностические методики)
2. Основные параметры знаний и умений воспитанников по разделу «Физическая культура»

примерной основной общеобразовательной программы дошкольного образования «От рождения до школы» (под ред. М.А.Васильевой).

3. Медико-педагогический контроль за физкультурно-оздоровительной работой в дошкольном учреждении.

4. Мониторинг здоровья детей.

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения детьми планируемых результатов освоения программы дошкольного образования по физическому развитию воспитанников для детей компенсирующей направленности

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

В процессе мониторинга исследуются физические, интеллектуальные и личностные качества ребенка путем наблюдений за ребенком, бесед, экспертных оценок, анализа продуктов детских видов деятельности.

Данные о результатах мониторинга заносятся в диагностические карты (специальную карту развития ребенка) в рамках образовательной программы.

При необходимости используется психологическая диагностика развития детей (выявление и изучение индивидуально-психологических особенностей детей), которую проводит педагог-психолог.

Участие ребенка в психологической диагностике допускается только с согласия его родителей (законных представителей).

Рабочая программа предусматривает комплексное диагностическое обследование детей по всем образовательным областям в начале учебного года (сентябрь) и в конце учебного года (апрель-май).

Методика мониторинга представляет критерии оценки развития ребенка.

Сводные результаты представлены на начало и конец учебного года.

Исходя из результатов таблицы определяется уровень развития ребенка

Наименование	Сроки	Количество дней
Первичный мониторинг	12.09.2022-23.09.2022	10 дней
Вторичный мониторинг	02.05.2023-19.05.2023	12 дней

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

месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
-------	------	--------------	---------------------------

IX-2022 г.	«Физическое воспитание детей и приобщение их к здоровому образу жизни»	Наглядная информация (стенд)	Стенд
	Мониторинг	Ознакомление с результатами уровня физической подготовки ребёнка, рекомендации (в индивидуальном порядке).	
X-2022 г.	«Форма на занятиях по физической культуре»	Консультация - рекомендация	Стенд
XI-2022 г.	«Играйте с детьми!» «Здоровый образ жизни в семье»	Наглядно-информационная (статья)	Информация о программе по физической культуре, используемых в детском саду; перечень рекомендуемой литературы; игры и упражнения, которые можно делать в домашних условиях и др.
XII-2022 г.	«Опыт и проблемы взаимодействия дошкольного образовательного учреждения с семьей по физическому развитию»	Статья	формирование педагогической культуры родителей, способствующей возникновению интереса к физической культуре в ДОУ
I-2023 г	«Спортивная зима» «Новогодние приключения»	Выставка рисунков Развлечение	Совместная работа родителей и детей.
II-2023 г	«23 февраля»	Праздник – развлечение, посвященное 23 февраля	
III-2023 г	«Дома – не скучаем!!!»	Консультация	Развитие двигательных навыков и умений в домашних условиях
IV-2023 г	«Космонавтами мы будем»	Дни открытых дверей	Развлечение
V-2023 г.	«Закаляйся, если хочешь быть здоров!»	Консультация (рекомендации)	

3. Организационный раздел рабочей программы.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Совместная деятельность педагога с детьми	Самостоятельная деятельность детей	Виды деятельности, технологии	Индивидуальный маршрут развития ребенка
<p>Занятия по физическому развитию - 2 раза в неделю в каждой возрастной группе.</p> <p>Музыкально-физкультурный праздник, посвященный 23 февраля.</p> <p>Летние праздники.</p> <p>Спортивные развлечения- «В гости к снеговикам», «Космонавтами мы будем».</p> <p>Спортивные соревнования.</p>	<p>Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию в режимных моментах (центры двигательной деятельности в группах)</p>	<p>Здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии. ИКТ.</p> <p>Технологии проектной деятельности («Школа мяча», «Игры-эстафеты, как средство формирования основных движений»)</p>	<p>Дидактические игры по физической культуре.</p>

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

(в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2)

Группы	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u>
Средний возраст	20 минут	3

3.3. Создание развивающей предметно- пространственной среды

Образовательная область	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды
	Содержание
Физическое развитие	<p>Мячи (простые, баскетбольные)</p> <p>Мячи мякиши (большие и малые)</p> <p>Скакалки</p> <p>Конусы</p> <p>Кубики</p> <p>Кегли</p> <p>Обручи (большие и малые)</p> <p>Кольца пластиковые</p> <p>Султанчики</p> <p>Мягкие модули</p> <p>Баскетбольные кольца</p> <p>Гимнастические скамейки</p> <p>Гимнастические палки</p>

	Ключки для хоккея, шайбы Канаты Веревки «Дорожки здоровья» Музыкальный центр Набивные мешочки Шведская стенка Корзины для мячей Султанчики Флажки Картотеки Перспективное планирование на текущий год Рабочая программа Журнал инструктажа с детьми во время образовательного процесса Журнал посещаемости
--	--

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

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду Система работы в средней группе./М.Мозаика-Синтез, 2012. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду система работы в старшей группе./М.Мозаика-Синтез, 2012. Пензулаева Л.И. Физическая культура в детском саду система работы в подготовительной к школе группе. М. Мозаика-Синтез 2012. «Физическая культура дошкольникам» Л.Д.Глазыриной Степаненкова Э.Я.Методика физического воспитания. М. Издательский дом Воспитание дошкольника 2005. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр./М.Мозаика-Синтез, 2013. М.А. Васильева, В.В. Гербова, Т.С. Комарова. Программа воспитания и обучения в детском саду. 3- е издание./ М. «Мозаика - Синтез» 2005. А.И.Буренина «Ритмическая мозаика», О.Н.Моргунова «Физкультурно-оздоровительная гимнастика в ДОУ». М.М. Борисова. Малоподвижные игры и игровые упражнения для детей 3-7 лет./ М. Мозаика - Синтез, 2012. М.Ю. Картушина. Сценарии оздоровительных досугов для детей 3-4 лет. /М. «ТЦ Сфера» 2007. Е.И. Подольская. Спортивные занятия на открытом воздухе для детей 3-7 лет./ В. «Учитель» 2012. М.А. Давыдова. Спортивные мероприятия для дошкольников./М. «Вако» 2007
Педагогическая диагностика	Мониторинг