

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 103 компенсирующего вида Невского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
ГБДОУ детского сада №103
компенсирующего вида
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 31.08. 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий ГБДОУ детским садом №103
компенсирующего вида Невского района
Санкт-Петербурга
_____(Е.В. Морковкина)
Приказ от 31.08.2023 г. № 140

**Рабочая программа
инструктора по физической культуре Лавровой Алёны Юрьевны**

**группы № 2 компенсирующей направленности для обучающихся с задержкой
психического развития старшего возраста**

**группы №4 компенсирующей направленности для обучающихся с задержкой
психического развития подготовительной**

Санкт-Петербург, 2023г.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Цель	-обеспечение условий для дошкольного образования,определяемых общими и особыми потребностями обучающегося дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.
Задачи	<ul style="list-style-type: none">-реализация содержания АОП ДО;-коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;-охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;-обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;-создание благоприятных условий развития в соответствии с их возрастными, психофизическими и индивидуальными особенностями, развитие способностей и творческого потенциала каждого ребенка с ОВЗ как субъекта отношений с педагогическим работником, родителями (законными представителями), другими детьми;-объединение обучения и воспитания в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества;-формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;-формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;-обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ;-обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.
Принципы и подходы к формированию рабочей программы	<ol style="list-style-type: none">1.Поддержка разнообразия детства.2. Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.3. Позитивная социализация ребенка.4. Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников ГБДОУ) и обучающихся.5. Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

	<p>6. Сотрудничество ГБДОУ с семьей.</p> <p>7. Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.</p> <p>Специфические принципы и подходы к формированию Программы для обучающихся с ЗПР:</p> <p>1. Принцип социально-адаптирующей направленности образования: коррекция и компенсация недостатков развития рассматриваются в образовательном процессе не как самоцель, а как средство наиболее полной реализации потенциальных возможностей ребенка с ЗПР и обеспечения его самостоятельности в дальнейшей социальной жизни.</p> <p>2. Этиопатогенетический принцип: для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения. У обучающихся с ЗПР, особенно в дошкольном возрасте, при различной локализации нарушений возможна сходная симптоматика. Причины и механизмы, обуславливающие недостатки познавательного и речевого развития различны, соответственно, методы и содержание коррекционной работы должны отличаться.</p> <p>3. Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений: для построения коррекционной работы необходимо разобраться в структуре дефекта, определить иерархию нарушений. Следует различать внутрисистемные нарушения, связанные с первичным дефектом, и межсистемные, обусловленные взаимным влиянием нарушенных и сохраненных функций. Эффективность коррекционной работы во многом будет определяться реализацией принципа системного подхода, направленного на речевое и когнитивное развитие ребенка с ЗПР.</p> <p>4. Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений: психолого-педагогическая диагностика является важнейшим структурным компонентом педагогического процесса. В ходе комплексного обследования ребенка с ЗПР, в котором участвуют различные специалисты психолого-медико-педагогической комиссии (далее - ПМПК), собираются достоверные сведения о ребенке и формулируется заключение, квалифицирующее состояние ребенка и характер имеющихся недостатков в его развитии. Не менее важна для квалифицированной коррекции углубленная диагностика в условиях ГБДОУ силами разных специалистов. Комплексный подход в коррекционной работе означает, что она будет эффективной только в том случае, если осуществляется в комплексе, включающем лечение, педагогическую и психологическую коррекцию. Это предполагает взаимодействие в педагогическом процессе разных специалистов: учителей-дефектологов, педагогов-психологов, специально подготовленных воспитателей, музыкальных и физкультурных руководителей, а также сетевое взаимодействие с медицинскими учреждениями.</p> <p>5. Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития: коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу "замещающего онтогенеза". При реализации</p>
--	---

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

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

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

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

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

	<p>10. Принцип инвариантности ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы: Стандарт и Программа задают инвариантные ценности и ориентиры, с учетом которых ГБДОУ должна разработать свою адаптированную образовательную программу. При этом за ГБДОУ остается право выбора способов их достижения, выбора образовательных программ, учитывающих разнородность состава групп обучающихся с ЗПР, их психофизических особенностей, запросов родителей (законных представителей).</p>
<p>Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы)</p>	<p>-Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12.2012г. № 273-ФЗ); -Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (приказ МОиН РФ от 17.10.2013 № 1155г. с изм. от 08.11.2022г., Приказ Минпросвещения России №955); -Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; -Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"; -Адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с задержкой психического развития Государственного дошкольного образовательного учреждения детского сада №103 компенсирующего вида Невского района (Протокол № 1 от 31.08.2023 г.; приказ от 31.08.2023 г. №140);</p>
<p>Условия реализации программы по ФГОС</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях; ✓ использование в образовательной деятельности форм и методов работы с детьми, соответствующих их возрастным и индивидуальным особенностям (недопустимость как искусственного ускорения, так и искусственного замедления развития детей); ✓ построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослых с детьми, ориентированного на интересы и возможности каждого ребенка и учитывающего социальную ситуацию его развития; ✓ поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности; ✓ поддержка инициативы и самостоятельности детей в специфических для них видах деятельности; ✓ возможность выбора детьми материалов, видов активности, участников совместной деятельности и общения; ✓ защита детей от всех форм физического и психического насилия; ✓ поддержка родителей (законных представителей) в воспитании детей, охране и укреплении их здоровья, вовлечение семей непосредственно в образовательную деятельность. ✓ диагностики и коррекции нарушений развития детей и их

	<p>социальная адаптация;</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ оказания ранней коррекционной помощи на основе специальных психолого-педагогических подходов и наиболее подходящих для этих детей языков, методов, способов общения и условий, в максимальной степени способствующих получению дошкольного образования; ✓ обеспечение социального развития детей с ОВЗ; ✓ создание современной развивающей предметно-пространственной среды - содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной.
Определение эффективности освоения программы	Количественный мониторинг общего развития обучающихся, принятый решением педагогического совета ГБДОУ детского сада № 103 компенсирующего вида Невского района Санкт-Петербурга от 31 августа 2023года.
Срок реализации рабочей программы	2023-2024 учебный год (1 Сентября 2023 – 31 мая 2024 года)
Краткая психолого-педагогическая характеристика особенностей психофизиологического развития обучающихся группы	<p><u>Физическое развитие:</u> Обучающиеся с ЗПР отличаются пониженной, по сравнению с возрастной нормой, умственной работоспособностью, особенно при усложнении деятельности. Отставание в развитии психомоторных функций, недостатки общей и мелкой моторики, координационных способностей, чувства ритма. Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений. В связи с особенностями психического и физического развития у таких детей отмечаются нарушения пространственных и временных представлений, координации, точности движений; снижена способность к запоминанию и концентрации внимания. Отличительной чертой является замедленность темпов развития мышления, нарушение коры головного мозга, что приводит к трудности овладения двигательными действиями. Формирование двигательной памяти у них затруднено. Отмечается двигательная расторможенность или, наоборот, гиподинамия (они малоподвижны, не любят бегать, прыгать, предпочитают игру другим видам деятельности), недостаточность функции вестибулярного аппарата, характерно нарушение зрительно-слуховой ориентации в пространстве. Движения этих детей не соразмерны, они затрудняются в метании мяча, в выполнении тонких дифференцированных движений пальцами рук. Некоторые дети предпочитают предметы, издающие резкие звуки, шумы, и однообразно ими манипулируют. При ходьбе и беге дети излишне напрягают мышцы тела, чрезмерно размахивают руками, недостаточно координируют движения рук и ног. Недостатки в координации движений наблюдаются и в прыжках. Поэтому они долго не могут научиться прыгать на одной ноге, перепрыгивать с места на место на двух ногах и т. п. У детей с ЗПР моторная недостаточность обнаруживается в 90—100% случаев (Шипицына Л.М). Страдает согласованность, точность и темп движений. Они замедленны, неуклюжи, что препятствует формированию</p>

	<p>механизма бега, прыжков, метаний. Даже в подростковом возрасте школьники с трудом принимают и удерживают заданную позу, дифференцируют свои усилия, переключаются на другой вид физических упражнений. У одних детей двигательное недоразвитие проявляется в вялости, неловкости, низкой силе и скорости двигательных действий, у других — повышенная подвижность сочетается с беспорядочностью, бесцельностью, наличием лишних движений. Среди вторичных нарушений в опорно-двигательном аппарате отмечаются деформация стопы, нарушения осанки (сколиозы, кифо- сколиозы, кифозы, лордозы), диспропорции телосложения, функциональная недостаточность брюшного пресса, парезы, кривошея.</p> <p>Специфика работы с детьми с ЗПР состоит в снижении уровня возрастных требований к физическим упражнениям, кратковременности выполнения каждого отдельного движения по сравнению с нормально развивающимися детьми. В каждое занятие включается специальная работа по коррекции функции равновесия, укреплению мышц, формирующих правильную осанку, и мышц свода стоп (предупреждение и коррекция плоскостопия), развитию дыхательной мускулатуры и нормализации двигательной активности.</p>
<p><u>Целевые ориентиры</u> освоения обучающимися группы образовательной программы</p>	<p>Целевые ориентиры освоения Программы детьми дошкольного возраста с ЗПР к 5 годам:</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, крупной мозаикой, предметами одежды и обуви.</p> <p>Целевые ориентиры на этапе завершения освоения Программы детьми с ЗПР к 6 - 8 годам.</p> <p>у ребенка развита крупная и мелкая моторика, движения рук достаточно координированы, рука подготовлена к письму, подвижен, владеет основными движениями, их техникой, может контролировать свои движения и управлять ими, достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений, обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.</p>
<p>Планируемые результаты освоения программы</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,

	<p>выносливости и координации);</p> <p>-накопление и обогащение двигательного опыта детей;</p> <p>-овладение основными видами движения;</p> <p>-сформированность у обучающихся потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.</p>
--	--

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Цели, задачи и содержание представлены двумя разделами:

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

1.Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.

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

Старшая группа (от 5 до 6 лет): 1.Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание педагогического работника в случае плохого самочувствия, недомогания.

2.Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно и правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.

Подготовительная группа (7-й - 8-й год жизни): 1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения).

2. Воспитание культурно-гигиенических навыков. Самостоятельно правильно выполняет процессы умывания, мытья рук, помогает в осуществлении этих процессов другим детям. Следит за своим внешним видом и внешним видом других обучающихся. Помогает педагогическому работнику в организации процесса питания. Самостоятельно одевается и раздевается, помогает в этом другим детям. Элементарно ухаживает за вещами личного пользования и игрушками, проявляя самостоятельность.

3. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни. Знаком с понятиями «здоровье», «болезнь», может их трактовать. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены, режима дня, регламента просмотра телепередач, компьютерных игр. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений. Знает о факторах вреда и пользы для

здоровья.

2. Физическая культура.

Физическая культура - общие задачи: -развитие двигательных качеств (быстроты, силы, выносливости, координации): организация видов деятельности, способствующих гармоничному физическому развитию обучающихся; поддержание инициативы обучающихся в двигательной деятельности;

-совершенствование умений и навыков в основных видах движений и двигательных качеств: формирование правильной осанки; воспитание красоты, грациозности, выразительности движений;

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

Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР: 1. Развитие общей и мелкой моторики. 2. Развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка. 3. Формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

Старшая группа (от 5 до 6 лет): 1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Развитые физические качества проявляются в разнообразных видах двигательной деятельности. Стремится к выполнению физических упражнений, позволяющих продемонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения - у мальчиков, гибкость - у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств. 2. Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями). Техника основных движений соответствует возрастной норме. Осознанно и технично выполняет физические упражнения, соблюдает правильное положение тела. Выполняет четырехчастные, шестичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одновременным последовательным выполнением движений рук и ног, одноименной и разноименной координацией. Способен выполнить общеразвивающие упражнения с различными предметами, тренажерами. Доступны энергичная ходьба с сохранением правильной осанки и равновесия при передвижении по ограниченной площади опоры. Бег на носках, с высоким подниманием колен, через предметы и между ними, со сменой темпа. Выполняет разные виды прыжков: в длину, ширину, высоту, глубину, соблюдая возрастные нормативы. Прыгает через длинную скакалку, неподвижную и качающуюся, через короткую скакалку, вращая ее вперед и назад. Выполняет разнообразные движения с мячами: прокатывание мяча одной и двумя руками из разных исходных положений между предметами, бросание мяча вверх, о землю и ловля двумя руками, отбивание мяча не менее 10 раз подряд на месте и в движении (не менее 5 - 6 м). Перебрасывание мяча друг другу и ловля его стоя, сидя, разными способами (снизу, от груди, из-за головы, с отбивкой о землю). Метание вдаль (5 - 9 м) в горизонтальную и вертикальную цели (3,5 - 4 м) способами прямой рукой сверху, прямой рукой снизу, прямой рукой сбоку, из-за спины через плечо. Ползание на четвереньках, толкая головой мяч по скамейке. Подтягивание на скамейке с помощью рук; передвижение вперед с помощью рук и ног, сидя на бревне. Ползание и перелезание через предметы (скамейки, бревна). Подлезание под дуги, веревки (высотой 40 - 50 см). Лазание по гимнастической стенке чередующимся шагом с разноименной координацией движений рук и ног, лазание ритмичное, с изменением темпа. Участвует в подвижных играх с бегом, прыжками, ползанием,

лазанием, метанием, играх-эстафетах. Участвует в спортивных играх: в городках, баскетболе по упрощенным правилам. В футболе доступно отбивание мяча правой и левой ногой в заданном направлении; обведение мяча между и вокруг ног. Двигательный опыт обогащается в самостоятельной деятельности: свободно и вариативно использует основные движения, переносит в разные виды игр, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Ребенок проявляет стремление к двигательной активности. Получает удовольствие от физических упражнений и подвижных игр. Хорошо развиты самостоятельность, выразительность и грациозность движений. Умеет самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры и разнообразные упражнения. Испытывает радость в процессе двигательной деятельности; активен в освоении новых упражнений; замечает успехи и ошибки в технике выполнения упражнений; может анализировать выполнение отдельных правил в подвижных играх; сочувствует спортивным поражениям и радуется победам. Вариативно использует основные движения, интегрирует разнообразие движений с разными видами и формами детской деятельности, действует активно и быстро в соревнованиях с другими детьми. Помогает педагогическим работникам готовить и убирать физкультурный инвентарь. Проявляет интерес к различным видам спорта, к событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности. Объем двигательной активности на высоком уровне.

Подготовительная группа (7-й - 8-й год жизни): 1. Развитие двигательных качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости координации). Хорошо развиты сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость в соответствии с возрастом. Движения хорошо координированы. Стремится проявить хорошие физические качества при выполнении движений, в том числе в подвижных играх. Высокие результаты при выполнении тестовых заданий.

2. Накопление и обогащение двигательного опыта обучающихся (овладение основными движениями). Самостоятельно, быстро и организованно выполняет построение и перестроение во время движения. Доступны: четырехчастные, шестичастные, восьмичастные традиционные общеразвивающие упражнения с одноименными и разноименными, разнонаправленными, поочередными движениями рук и ног; упражнения в парах и подгруппах. Выполняет их точно, выразительно, с должным напряжением, из разных исходных положений в соответствии с музыкальной фразой или указаниями, с различными предметами. Соблюдает требования к выполнению основных элементов техники бега, прыжков, лазания по лестнице и канату: в беге - энергичная работа рук; в прыжках - группировка в полете, устойчивое равновесие при приземлении; в метании - энергичный толчок кистью, уверенные разнообразные действия с мячом, в лазании - ритмичность при подъеме и спуске. Освоены разные виды и способы ходьбы: обычная, гимнастическая, скрестным шагом; выпадами, в приседе, спиной вперед, приставными шагами вперед и назад, с закрытыми глазами. Сохраняет динамическое и статическое равновесия в сложных условиях: в ходьбе по гимнастической скамейке боком приставным шагом; неся мешочек с песком на спине; приседая на одной ноге, а другую махом перенося вперед сбоку скамейки; поднимая прямую ногу вперед и делая под ней хлопок; перешагивая предметы; выполняя повороты кругом, перепрыгивание ленты, подпрыгивая. Может: стоять на носках; стоять на одной ноге, закрыв по сигналу глаза; то же, стоя на кубе, гимнастической скамейке; поворачиваться кругом, взмахивая руками вверх; кружиться с закрытыми глазами, останавливаться, сделать фигуру. В беге сохраняет скорость и заданный темп, направление, равновесие. Доступен бег: через препятствия - высотой 10 - 15 см, спиной вперед, со скакалкой, с мячом, по доске, по бревну, из разных стартовых положений (сидя, сидя по-турецки, лежа на спине, на животе, сидя спиной к направлению движения). Сочетает бег с ходьбой, прыжками, подлезанием; с

преодолением препятствий в естественных условиях. Ритмично выполняет прыжки, может мягко приземляться, сохранять равновесие после приземления. Доступны: подпрыгивание на двух ногах на месте с поворотом кругом, смещая ноги вправо - влево, сериями с продвижением вперед, перепрыгиванием линии, веревки, продвижением боком. Выполняет прыжки в длину с места (не менее 100 см); в длину с разбега (не менее 170 - 180 см); в высоту с разбега (не менее 50 см); прыжки через короткую скакалку разными способами: на двух ногах с промежуточными прыжками и без них, с ноги на ногу; бег со скакалкой; прыжки через длинную скакалку: пробегание под вращающейся скакалкой, перепрыгивание через нее с места, вбегание под вращающуюся скакалку, перепрыгивание через нее; пробегание под вращающейся скакалкой парами; прыжки через большой обруч, как через скакалку. Освоены разные виды метания, может отбивать, передавать, подбрасывать мячи разного размера разными способами: метание вдаль и в цель (горизонтальную, вертикальную, кольцесброс) разными способами. В лазании освоено: энергичное подтягивание на скамейке различными способами: на животе и на спине, подтягиваясь руками и отталкиваясь ногами; по бревну; проползание под гимнастической скамейкой, под несколькими пособиями подряд; быстрое и ритмичное лазание по наклонной и вертикальной лестницам; по канату (шесту) способом "в три приема". Может организовать знакомые подвижные игры с подгруппой обучающихся, игры-эстафеты, спортивные игры: городки: выбивать городки с полукона и кона при наименьшем количестве бит; баскетбол: забрасывать мяч в баскетбольное кольцо, вести и передавать мяч друг другу в движении, вбрасывать мяч в игру двумя руками из-за головы; футбол: знает способы передачи и ведения мяча в разных видах спортивных игр; настольный теннис, бадминтон: умеет правильно держать ракетку, ударять по волану, перебрасывать его в сторону партнера без сетки и через нее; вводить мяч в игру, отбивать его после отскока от стола; хоккей: ведение шайбы клюшкой, умение забивать в ворота. Может контролировать свои действия в соответствии с правилами. В ходьбе на лыжах осваивает: скользящий попеременный двухшаговый ход на лыжах с палками, подъемы и спуски с горы в низкой и высокой стойках. Может кататься на коньках: сохранять равновесие, "стойку конькобежца" во время движения, выполнять скольжение и повороты. Умеет кататься на самокате: отталкиваться одной ногой; плавать: скользить в воде на груди и спине, погружаться в воду; кататься на велосипеде: по прямой, по кругу, "змейкой", умение тормозить; кататься на санках; скользить по ледяным дорожкам: после разбега стоя и присев, на одной ноге, с поворотами. Управляет движениями осознанно.

3. Формирование потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании. Сформирована потребность в ежедневной двигательной деятельности. Любит и может двигаться самостоятельно и с другими детьми, придумывает варианты игр и комбинирует движения, проявляет творческие способности. Участвует в разнообразных подвижных играх, в том числе спортивных, показывая высокие результаты. Активно осваивает спортивные упражнения и результативно участвует в соревнованиях. Объективно оценивает свои движения, замечает ошибки в выполнении, как собственные, так и других детей. Может анализировать выполнение правил в подвижных играх и изменять их в сторону совершенствования. Сопереживает спортивные успехи и поражения. Может самостоятельно готовить и убирать физкультурный инвентарь. Развит интерес к физической культуре, к различным видам спорта и событиям спортивной жизни страны. Проявляет положительные нравственные и морально-волевые качества в совместной двигательной деятельности.

2.1. Содержание образовательной работы с детьми.

Перспективный план по физической культуре на 2023-2024 учебный год

Группы компенсирующей направленности старшего возраста 5-6 лет:

Основные задачи:

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта	Формирование потребности в двигательной активности	Развитие умения играть в подвижные игры с простыми несложными движениями	Формировать выразительность движений, умения передавать простейшие движения некоторых персонажей
<p>-формирование правильной осанки; -закрепление и развитие умения выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног. -закрепление умения ползать, лазать, пролезать, перелезать. -формирование умения прыгать в высоту на месте. -развитие физических качеств (гибкость, ловкость, быстрота, выносливость), чувство равновесия. -развитие пространственной ориентировки.</p>	<p>-продолжать поощрять и поддерживать двигательную активность детей. -поддержание интереса к физическим упражнениям. -продолжать формировать у детей произвольные движения головой, туловищем, ногами, руками.</p>	<p>-совершенствовать умение взаимодействовать в подвижных играх, проявлять внимание друг к другу. -продолжать учить соблюдать правила игры. -закреплять умение проговаривать короткие стихи в подвижных играх и упражнениях.</p>	<p>-совершенствовать выразительность движений детей: понимать и выражать в движении радость, огорчение; -выполнять движения ритмично, под музыку, подражать движениям животных.</p>

Группы компенсирующей направленности подготовительной группы 6-8 лет:

Основные задачи:

Развитие физических качеств, накопление и обогащение двигательного опыта	Формирование потребности в двигательной активности	Развитие умения играть в подвижные игры с простыми несложными движениями	Формировать выразительность движений, умения передавать простейшие движения некоторых персонажей

<p>-формирование правильной осанки; Закрепление и развитие умения выполнять ходьбу и бег, согласовывая движения рук и ног. -закрепление умения ползать, лазать, пролезать, перелезть.</p> <p>-формирование умения прыгать в высоту на месте.</p> <p>-развитие физических качеств (гибкость, ловкость, быстрота, выносливость), чувство равновесия.</p> <p>-развитие пространственной ориентировки.</p>	<p>-продолжать поощрять и поддерживать двигательную активность детей.</p> <p>-поддержание интереса к физическим упражнениям.</p> <p>-продолжать формировать у детей произвольные движения головой, туловищем, ногами, руками.</p>	<p>-совершенствовать умение взаимодействовать в подвижных играх, проявлять внимание друг к другу.</p> <p>-продолжать учить соблюдать правила игры.</p> <p>-закреплять умение проговаривать короткие стихи в подвижных играх и упражнениях.</p>	<p>-совершенствовать выразительность движений детей: понимать и выражать в движении радость, огорчение; выполнять движения ритмично, под музыку, подражать движениям животных.</p>
--	---	--	--

Примерный перечень основных движений, спортивных игр и упражнений в группах компенсирующей направленности для детей с задержкой психического развития:

Основные виды движения	Общеразвивающие упражнения	Подвижные игры
<p>Ходьба: Ходьба обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием колена, парами за воспитателем, в колонне по одному, враспынную, змейкой между предметами.</p> <p>Ходьба с выполнением заданий, с перешагиванием через предметы, в чередовании с бегом, с изменением темпа, змейкой.</p> <p>Ходьба между линиями, по линии, по доске, по гимнастической скамейке, с мешочком песка на голове.</p> <p>Кружение в медленном темпе с предметом в руках, в обе стороны.</p>	<p>Упражнения для кистей рук, мышц плечевого пояса: Поднимание рук вперед, вверх, в стороны. Отведение рук назад, за спину, сгибание и разгибание рук. Выполнение круговых движений руками, согнутых в локтях. Хлопки руками перед собой, над головой, размахивание вперед-назад, вверх-вниз. Сжимание и разжимание кистей рук.</p> <p>Упражнения для развития мышц спины: Повороты вправо-влево, держа руки на поясе. Наклоны вперед и в стороны, с выполнением</p>	<p>«Ловишки», «Уголки», «Парный бег», «Мышеловка», «Мы весёлые ребята», «Гуси-лебеди», «Сделай фигуру», «Караси и щука», «Перебежки», «Хитрая лиса», «Бездомный заяц», «Кто лучше прыгнет», «С кочки на кочку», «Классы», «Медведь и пчелы», «Попади в обруч», «Сбей кеглю», «Школы мяча», «Эстафеты», «Забрось мяч в кольцо», «Дорожка препятствий», «Гори, гори ясно».</p>

<p>Бег: Бег обычный, на носках, с высоким подниманием колена, мелким и широким шагом, в колонне по одному, в разных направлениях, бег с изменением темпа. Бег на скорость, бег приставным шагом.</p> <p>Ползание, лазание: Ползание на четвереньках по прямой, между предметами, по гимнастической скамейке на животе, подтягиваясь руками. Подлезание под воротца (высота 30-40см), пролезание в обруч, перелезание через несколько предметов подряд. Лазание по гимнастической стенке. Перелезание с одного пролета на другой.</p> <p>Катание, бросание, метание: Бросание мяча вверх, о землю и ловля его двумя руками, бросание мяча вверх и ловля его с хлопками. Отбивание мяча о землю на месте с продвижением вперед, прокатывание мяча по полу, бросание мяча вперед двумя руками снизу друг другу. Метание набивных мешочков на дальность в цель, правой и левой рукой. Перебрасывание мяча из одной руки в другую.</p> <p>Прыжки: Прыжки на двух ногах на месте, с продвижением вперед, в чередовании с ходьбой. Прыжки на одной ноге (правой, левой) на месте, с продвижением вперед.</p>	<p>задания. Поочередное сгибание и разгибание ног, сидя и лежа на полу. Повороты, разводя руки в сторону, из положений руки перед грудью, руки за голову. Приподнимание вытянутых вперед рук, плеч и головы.</p> <p>Упражнения для укрепления мышц брюшного пресса и ног:</p> <p>Ходьба на месте. Поднимание и опускание ног, лежа на спине.</p> <p>Приседания, держа руки на поясе, полуприседания, поднимая руки вверх, отводя их за спину.</p> <p>Поочередное выставление ноги вперед на пятку, на носок. Ходьба по канату, опираясь носками об пол. Захват предметов пальцами ног, приподнимая и опуская их.</p> <p>Статические упражнения: Сохранение равновесия, стоя на гимнастической скамейке, стоя на одной ноге, руки на поясе.</p>	
---	--	--

<p>Прыжки через линию. Прыжки с высоты (20см), в длину с места, в длину с разбега. Прыжки через скакалку.</p> <p>Перестроения: Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Равнение по ориентирам, размыкание и смыкание в колонне на вытянутые руки. Повороты направо и налево.</p> <p>Ритмическая гимнастика: Выполнение знакомых, ранее разученных движений под музыку. Согласовывание ритма движений с музыкальным сопровождением.</p>		
---	--	--

2.2. Система педагогической диагностики (мониторинга) достижения обучающимися планируемых результатов освоения адаптированной программы дошкольного образования

Система мониторинга в соответствии с ФГОС ДО осуществляется в форме педагогической диагностики и обеспечивает комплексный подход к оценке индивидуальных достижений обучающихся, позволяет осуществлять оценку динамики их достижений. В соответствии с реализуемой адаптированной программой дошкольного образования для детей с ограниченными возможностями с задержкой психического развития разработан Количественный мониторинг общего развития обучающихся (решение педагогического совета от 31 августа 2023 года.).

В процессе диагностики оцениваются достижения обучающихся по образовательной области – «Физическое развитие» – согласно возрастным индивидуальным развитием. Формы педагогической диагностики: наблюдение, анализ. Проводится 2 раза в год: 1-2 неделя сентября, 3-4 неделя мая. Результаты наблюдений отображаются в протоках ППк ГБДОУ.

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	-Наблюдение	2 раза в год	2 недели в каждой группе	Сентябрь Май

развитие»				
-----------	--	--	--	--

2.3. Организация и формы взаимодействия со специалистами

Формы работы	Содержание	Время в режиме дня
ППк ГБДОУ	Заполнение документации ППк Координация действий специалистов Составление ИОМ	Плановое – сентябрь, май Внепланово – по запросу семьи
Консультации	Просвещение по вопросам физического воспитания	По запросу

2.4. Организация и формы взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся

Месяц	Темы	Формы работы	Дополнительная информация
IX-2023 г.	Организационные родительские собрания	Общие рекомендации для родителей	
X-2023г.	Физическое развитие ребенка: с чего начать?	Индивидуальные консультации	Наглядная памятка. Презентация
XI-2023г.	Пальчиковая гимнастика в детском саду. Почему проводится пальчиковая гимнастика в детском саду.	Консультации	Наглядная памятка Презентация
XII-2023г.	«Игры интересные и полезные дома»	Консультации	Домашняя картотека игр
I-2024 г.	Взаимодействие детского сада и родителей для развития физических качеств у ребёнка дошкольного возраста	Беседы и консультации родителей	Наглядная памятка Презентация
II-2024г.	Зимний спортивный праздник	Проведение спортивного праздника для детей	Фотоотчет
III-2024 г.	«Роль утренней гимнастики в режиме дня дошкольника»	Общие рекомендации для родителей	Наглядная памятка Презентация
IV-2024г.	Профилактика плоскостопия у детей	Консультации	Наглядная памятка Презентация
V-2024г.	«Подвижные и малоподвижные игры в летний период на свежем воздухе»	Рекомендации для родителей спортивного досуга в летний период	Наглядная памятка
В течении года	Индивидуальные рекомендации	Беседы, консультации	Инструктор по физической культуре

3. Организационный раздел рабочей программы.

Коррекционно - образовательный процесс с детьми по физической культуре рассчитан на пятидневную рабочую неделю. Продолжительность учебного года с 1 сентября август.

Четыре недели в году (2- в начале сентября и 2- в конце мая) отводятся на проведение комплексной педагогической диагностики.

3.1. Структура реализации образовательной деятельности

Организационная образовательная деятельность в ходе режимных моментов	
Базовый вид деятельности	Периодичность
Физкультурные занятия	2 раза в неделю
Физкультура на прогулке	1 раз в неделю
Самостоятельная деятельность детей	
Базовый вид деятельности	Периодичность
Игра	Ежедневно

3.2. Максимально-допустимый объем образовательной нагрузки (занятия по физическому развитию) Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

Группа	Продолжительность одного занятия по физическому развитию	Количество образовательных занятий по физическому развитию <u>в неделю</u>
старшая группа	25 мин – зал/улица	3
подготовительная группа	30 мин - зал/улица	3

3.3. Создание развивающей предметно - пространственной среды

Помещение	Обогащение (пополнение) развивающей предметно-пространственной среды	
	Содержание	Срок (месяц)
Спортивный зал	-наличие игрушек, предметов – заместителей для подвижных игр, -наглядная информация для родителей -наличие пособий, сделанных педагогами. -наличие атрибутов для подвижных игр -наличие спортивных игр (ракетки, кольцобросы, мячи-ёжики и т.д.)	В течении учебного года
Спортивная площадка	-наличие спортивных игр (ракетки, кольцобросы, мячи-ёжики и т.д.) -наличие выносного материала для проведения подвижных игр и занятия на прогулке	В течении учебного года

3.4 Особенности традиционных событий, праздников, мероприятий:

Месяц	Мероприятие:	Место проведения	Ответственный
Сентябрь	Физкультурный досуг: «ВизгКультура»	Физкультурный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Октябрь	Физкультурный досуг: «Спортландия»	Физкультурный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Ноябрь	Физкультурный досуг: «Веселая физкультура»	Физкультурный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Декабрь	Физкультурный досуг: «Зима для ловких и смелых»	Физкультурный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Январь	Физкультурный досуг: «Зимняя олимпиада»	Физкультурный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Февраль	Спортивный праздник, посвященный Дню Защитника Отечества	Музыкальный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Март	Физкультурный досуг: «Мы веселые ребята»	Физкультурный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Апрель	Физкультурный досуг: «Веселые эстафеты»	Физкультурный зал	Инструктор по физической культуре, воспитатели
Май	Физкультурный досуг: «Форд Боярд»	Площадка д/с	Инструктор по физической культуре, воспитатели

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

Образовательная область, направление образовательной Деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физическое развитие	-«Диагностика — развитие — коррекция: Программа дошкольного образования детей с интеллектуальной недостаточностью /Л. Б. Баряева, О. П. Гаврилушкина, А. Зарин, Н. Д. Соколова. — СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2012.
Педагогическая диагностика	- Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования; -От рождения до школы. Примерная образовательная программа дошкольного образования (пилотный вариант) / Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой; -«Программы воспитания и обучения дошкольников с задержкой психического развития /Под ред. Л.Б. Баряевой, Е.А. Логиновой. – СПб. ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2010.

	<p>-Ноткина Н. А. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста (СПб.,1995);</p> <p>-Печора К. Л., Пантюхина Г. В. Дети раннего возраста в дошкольных учреждениях (М.: Владос, 2003);</p> <p>-«Как развивается ваш ребенок?»-таблицы сенсомоторного и социального развития: От рождения до 4х лет / Эрнст Й.кипхард; (пер. с нем.Л.В.Хариной).-Изд.5-е- М.:Теревинф, 2019.-112с</p>
<p>Электронно-образовательные ресурсы</p>	<p>http://nsportal.ru/</p> <p>http://www.maam.ru/</p> <p>http://fizinstruktor.ru/</p>