

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №70 комбинированного вида Приморского района  
Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**

на Педагогическом совете  
ГБДОУ детского сада №70  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
протокол №1 от 29.08.2023

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом ГБДОУ детского сада №70  
Приморского района  
Санкт-Петербурга  
от 30.08.2023 №40/2

**Рабочая программа  
инструктора по физической культуре (в зале)  
старшей компенсирующей группы (ЗПР)  
(5-6 лет)**

Инструктор по физической культуре:  
Пегарькова Е.А.

Санкт-Петербург  
2023

## Содержание

№п/п	Название раздела	Стр.
<b>1</b>	<b>Целевой раздел</b>	<b>2</b>
1.1	Пояснительная записка	2
	Цели и задачи рабочей программы	2
	Принципы и подходы к формированию рабочей программы	2
	Психолого-педагогическая характеристика детей группы	4
	Основания разработки рабочей программы. Срок реализации программы.	4
1.2.	Планируемые результаты освоения рабочей программы	6
1.3.	Педагогическая диагностика воспитанников	7
<b>2</b>	<b>Содержательный раздел</b>	<b>8</b>
2.1	<b>Содержание образовательной деятельности</b>	8
	Содержание образовательной деятельности «Физическое развитие» (плавание)	8
2.2	Интеграция с другими образовательными областями	13
2.3	Культурно-досуговая деятельность	14
2.4	Модель организации образовательного процесса	14
	Формы, способы, методы и средства организации музыкальной деятельности	14
	Структура реализации музыкальной деятельности	14
	Взаимодействие с детьми	15
2.5	Взаимодействие с семьями воспитанников	15
<b>3</b>	<b>Организационный раздел</b>	<b>16</b>
3.1	Организация развивающей предметно-пространственной среды	16
3.2	Материально-техническое обеспечение рабочей программы	16
3.3	Методические материалы и средства обучения и воспитания	17
3.4	Система образовательной деятельности: расписание занятий	18
<b>4</b>	<b>Приложения</b>	<b>19</b>
4.1	Педагогическая диагностика	19

## 1. Целевой раздел

### 1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с Адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с задержкой психического развития ГБДОУ №70 Приморского района Санкт-Петербурга в соответствии с требованиями ФАОП ДО и ФГОС ДО. Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса с воспитанниками 5-6 лет группы компенсирующей направленности для детей с задержкой психического развития в образовательной области «Физическое развитие» (физическая культура).

<b>Цель</b>	Реализация содержания Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с задержкой психического развития ГБДОУ №70 Приморского района Санкт-Петербурга (образовательная область «Физическое развитие» (физическая культура).
<b>Задачи</b>	коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ЗПР;
	охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ЗПР, в том числе их эмоционального благополучия;
	обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ЗПР 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 ЗПР 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 ЗПР, 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 ЗПР;
	обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ЗПР;
	обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.
<b>Принципы и подходы к формированию рабочей программы</b>	Поддержка разнообразия детства
	Сохранение уникальности и самоценности детства как важного этапа в общем развитии человека.
	Позитивная социализация ребенка.
	Личностно-развивающий и гуманистический характер взаимодействия педагогических работников и родителей (законных представителей), педагогических и иных работников

	ДОУ) и обучающихся.
	Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.
	Сотрудничество с семьей.
	Возрастная адекватность образования (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития);
<b>Специфические принципы и подходы к формированию рабочей программы для обучающихся с ЗПР</b>	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.
	Этиопатогенетический принцип: для правильного построения коррекционной работы с ребенком необходимо знать этиологию (причины) и патогенез (механизмы) нарушения.
	Принцип системного подхода к диагностике и коррекции нарушений, направленного на речевое и когнитивное развитие ребенка с ЗПР.
	Принцип комплексного подхода к диагностике и коррекции нарушений.
	Принцип опоры на закономерности онтогенетического развития: коррекционная психолого-педагогическая работа с ребенком с ЗПР строится по принципу "замещающего онтогенеза".
	Принцип единства в реализации коррекционных, профилактических и развивающих задач.
	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.
	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.
	Принцип вариативности коррекционно-развивающего образования.
Принцип инвариантности ценностей и целей при вариативности средств реализации и достижения целей Программы.	

<p><b>Психолог педагогическая характеристика особенностей развития детей группы</b></p>	<p>Характеристика воспитанников группы старшей компенсирующей на 2023-2024 учебный год:  Общее количество детей – 7 человек  1 девочка – 1 %  6 мальчиков – 99 %  <b>ОПИСАНИЕ</b>  У большинства детей с ЗПР наблюдается:  <i>Недостаточная познавательная активность нередко в сочетании с быстрой утомляемостью и истощаемостью.</i>  <i>Отставание в развитии психомоторных функций, недостатки общей и мелкой моторики, координационных способностей, чувства ритма.</i> Двигательные навыки и техника основных движений отстают от возрастных возможностей, страдают двигательные качества: быстрота, ловкость, точность, сила движений. Недостатки психомоторики проявляются в незрелости зрительно-слухо-моторной координации, произвольной регуляции движений, недостатках моторной памяти, пространственной организации движений.  Также наблюдаются эмоционально-волевая незрелость, снижение познавательной активности, слабость произвольной регуляции поведения, недоразвитие и качественное своеобразие игровой деятельности.  <i>Незрелость эмоционально-волевой сферы и коммуникативной деятельности</i> отрицательно влияет на поведение и межличностное взаимодействие дошкольников с ЗПР. Дети не всегда соблюдают дистанцию со взрослыми, могут вести себя навязчиво, бесцеремонно, или, наоборот, отказываются от контакта и сотрудничества. Трудно подчиняются правилам поведения в группе.</p>
<p><b>Основания для разработки рабочей программы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 11.01.2023)</li> <li>• Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” и статью 1 Федерального закона “Об обязательных требованиях в Российской Федерации”»</li> <li>• Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон “Об образовании в Российской Федерации” по вопросам воспитания обучающихся»</li> <li>• Приказ Минпросвещения России от 24.11.2022 №1022 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;</li> <li>• Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки России от 17 октября 2013г. № 1155 (с изм. на 08.11.2022);</li> <li>• Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20</li> </ul>

	<p>«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования по обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;</li> <li>• Образовательная программа дошкольного образования;</li> <li>• Устав;</li> </ul> <p>Локально-нормативные акты ДОУ;</p>
<b>Срок реализации рабочей программы</b>	2023-2024 учебный год

### 1.2. Планируемые результаты освоения рабочей программы

<b>Физическое развитие</b>	Ребенок подвижен, владеет основными движениями, их техникой, может контролировать свои движения и управлять ими, достаточно развита моторная память, запоминает и воспроизводит последовательность движений, обладает физическими качествами (сила, выносливость, гибкость и другое), развита способность к пространственной организации движений, слухо-зрительно-моторной координации и чувству ритма, проявляет способность к выразительным движениям, импровизациям.
----------------------------	--

### 1.3 Педагогическая диагностика воспитанников

Реализация программы предполагает оценку индивидуального развития детей. Педагогическая диагностика (мониторинг) проводится в ходе наблюдений детей за активностью детей в спонтанной и организованной деятельности.

Инструментарий для педагогической диагностики – диагностические карты физического развития, позволяющие фиксировать индивидуальную динамику и перспективы развития каждого ребенка.

Результаты педагогической диагностики используются для:

- индивидуализации образования (в том числе поддержки ребенка);
- оптимизации работы с группой детей.

Общая картина по группе позволяет выделить воспитанников, которые нуждаются в особом внимании педагога и в отношении которых необходимо скорректировать, изменить способы взаимодействия.

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" (физическая культура)	Наблюдение  игровые задания;  упражнения;	2 раза в год	2 недели	Сентябрь Май

## 2. Содержательный раздел

### 2.1 Содержание образовательной деятельности

<b>1.Раздел образовательной деятельности</b> <b>«Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни»</b>
<b>Общие задачи образовательной деятельности</b>
сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся: в том числе обеспечение их эмоционального благополучия; повышение умственной и физической работоспособности, предупреждение утомления; создание условий, способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы и других систем организма; создание условий для овладения детьми элементарными нормами и правилами питания, закаливания.
<b>Задачи, актуальные для работы с детьми с ЗПР дошкольного возраста:</b>
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.
<b>Содержание образовательной деятельности с детьми 5-6 лет</b>
<b>1. Сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся.</b> Легко выполняет и осваивает технику разучиваемых движений, их элементов. Отсутствуют признаки частой заболеваемости. Может привлечь внимание педагогического работника в случае плохого самочувствия, недомогания. <b>2. Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.</b> Знаком с понятиями "здоровье", "болезнь", может дать их толкование в доступном возрастным возможностям объеме. Имеет представление о составляющих ЗОЖ: правильном питании, пользе закаливания, необходимости соблюдения правил гигиены. Знает о пользе утренней гимнастики и физических упражнений.
<b>Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• знакомить детей на доступном их восприятию уровне с условиями, необходимыми для нормального роста тела, позвоночника и правильной осанки, и средствами физического развития и предупреждения его нарушений (занятия на различном игровом оборудовании — для ног, рук, туловища);</li><li>• систематически проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования, направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, подвижности суставов, связок и сухожилий, преодоление нервно-психической возбудимости детей, расслабление гипертонуса мышц и т. п.;</li><li>• осуществлять контроль и регуляцию двигательной активности детей; создавать условия для нормализации их двигательной активности: привлекать к активным упражнениям и играм пассивных детей (включать их в совместные игры, в выполнение хозяйственно-бытовых поручений) и к более спокойным видам деятельности расторможенных дошкольников,</li></ul>

деликатно ограничивать их повышенную подвижность;

- проводить упражнения, направленные на регуляцию тонуса мускулатуры, развивая у детей самостоятельный контроль за работой различных мышечных групп на основе контрастных ощущений («сосулька зимой» — мышцы напряжены, «сосулька весной» — мышцы расслабляются); использовать упражнения по нормализации мышечного тонуса, приёмы релаксации;
- проводить специальные игры и упражнения, стимулирующие формирование пяточно-пальцевого переката (ходьба по следам, разной поверхности — песку, мату...; захват ступнями, пальцами ног предметов);
- учитывать при отборе содержания предлагаемых упражнений необходимость достижения тонизирующего и тренирующего эффекта в ходе выполнения двигательных упражнений (нагрузка должна не только соответствовать возможностям детей, но и несколько превышать их);
- внимательно и осторожно подходить к отбору содержания физкультурных занятий, упражнений, игр для детей, имеющих низкие функциональные показатели деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, нарушения зрения, особенности нервно-психической деятельности (повышенная утомляемость, чрезмерная подвижность или, наоборот, заторможенность и т. д.);
- контролировать и регулировать уровень психофизической нагрузки (снижая интенсивность движений, частоту повторений, требования к качеству движений и т.д.) в процессе коррекции недостатков моторного развития и развития разных видов детской деятельности, требующих активных движений (музыкально-ритмические занятия, хозяйственно-бытовые поручения и пр.);
- осуществлять дифференцированный подход к отбору содержания и средств физического воспитания с учетом возрастных физических и индивидуальных возможностей детей;
- включать упражнения по нормализации деятельности опорно-двигательного аппарата, коррекции недостатков осанки, положения стоп; осуществлять профилактику и коррекцию плоскостопия у детей;
- объяснять значение, формировать навыки и развивать потребность в выполнении утренней гимнастики, закаливающих процедур (при участии взрослого);
- учить детей элементарно рассказывать о своем самочувствии, объяснять, что болит;
- развивать правильное физиологическое дыхание: навыки глубокого, ритмического дыхания с углубленным, но спокойным выдохом; правильного носового дыхания при спокойно сомкнутых губах;
- проводить игровые закаливающие процедуры с использованием полифункционального оборудования (сенсорные тропы и дорожки, сухие бассейны), направленные на улучшение венозного оттока и работы сердца, улучшение тактильной чувствительности тела, увеличение силы и тонуса мышц, подвижности суставов, связок и сухожилий, расслабление гипертонуса мышц и т. п.;
- побуждать детей рассказывать о своем здоровье, о возникающих ситуациях нездоровья; привлекать родителей к организации двигательной активности детей, к закреплению у детей представлений и практического опыта по основам ЗОЖ.

## **1. Направление образовательной деятельности «Физическая культура»**

### **Общие задачи образовательной деятельности**

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 дошкольного возраста:**

Развитие общей и мелкой моторики.

Развитие произвольности (самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции) двигательных действий, двигательной активности и поведения ребенка.

Формирование двигательных качеств: скоростных, а также связанных с силой, выносливостью и продолжительностью двигательной активности, координационных способностей.

### **Содержание образовательной деятельности с детьми 5-6 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 демонстрировать физические качества в соответствии с полом (быстроту, силу, ловкость, гибкость и красоту исполнения). Проявляется соотношение некоторых физических упражнений с полоролевым поведением (силовые упражнения - у мальчиков, гибкость - у девочек). Показатели тестирования показывают высокий возрастной уровень развития физических качеств.

**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 работником 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.

#### **Задачи и педагогические условия реализации программы коррекционной работы**

- создавать условия для овладения и совершенствования техники основных движений: ходьбы, бега, ползания и лазанья, прыжков, бросания и ловли, включать их в режимные моменты и свободную деятельность детей (например, предлагать детям игровые задания: «пройди между стульями», «попрыгай как зайка» и т. д.);
- использовать для развития основных движений, их техники и двигательных качеств разные формы организации двигательной деятельности: физкультурные занятия, физкультминутки (динамические паузы); разминки и подвижные игры между занятиями, утреннюю гимнастику, «гимнастику» пробуждения после дневного сна, подвижные игры на свежем воздухе;
- учить детей выполнять физические упражнения в коллективе сверстников, развивать способность пространственной ориентировке в построениях, перестроениях;
- способствовать развитию координационных способностей путём введения сложно-координированных движений;
- совершенствование качественной стороны движений — ловкости, гибкости, силы, выносливости;
- развивать точность произвольных движений, учить детей переключаться с одного движения на другое;
- учить детей выполнять упражнения по словесной инструкции взрослых и давать словесный отчет о выполненном движении или последовательности из двух-четырёх движений;
- воспитывать умение сохранять правильную осанку в различных видах движений;
- формировать у детей навыки контроля динамического и статического равновесия;
- учить детей сохранять заданный темп во время ходьбы (быстрый, средний, медленный);
- закреплять навыки в разных видах бега: быть ведущим в колонне, при беге парами соизмерять свои движения с движениями партнера;
- закреплять навыки в разных видах прыжков, развивать их технику: энергично отталкиваться и мягко приземляться с сохранением равновесия;
- учить координировать движения в играх с мячами разных размеров и с набивным мячом, взаимодействовать с партнером при ловле и бросках мяча;
- продолжать учить детей самостоятельно организовывать подвижные игры, предлагать свои

варианты игр, комбинации движений;

- учить запоминать и проговаривать правила подвижных игр, последовательность действий в эстафетах, играх со спортивными элементами;
- включать элементы игровой деятельности при закреплении двигательных навыков и развитии двигательных качеств: движение по сенсорным дорожкам и коврикам, погружение в сухой бассейн и перемещение в нем в соответствии со сценарием досугов и спортивных праздников;
- совершенствовать общую моторику, используя корригирующие упражнения для разных мышечных групп;
- стимулировать потребность детей к точному управлению движениями в пространстве: в вертикальной, горизонтальной и сагиттальной плоскостях (чувство пространства);
- формировать у детей навыки выполнения движений и действий с предметами по словесной инструкции и умение рассказать о выполненном задании с использованием вербальных средств;
- стимулировать положительный эмоциональный настрой детей и желание самостоятельно заниматься с полифункциональными модулями, создавая из них различные высотные и туннельные конструкции;
- развивать слухо-зрительно-моторную координацию движений под музыку: побуждать двигаться в соответствии с темпом, ритмом, характером музыкального произведения), предлагать задания, направленные на формирование координации движений и слова, сопровождать выполнение упражнений доступным речевым материалом (дети могут одновременно выполнять движения и произносить речевой материал, или же один ребенок или взрослый проговаривает его, остальные — выполняют)

### Задачи воспитания

Ценности	«Жизнь», «Здоровье»
Задачи воспитания	<ul style="list-style-type: none"><li>• Воспитание осознанного отношения к жизни как основоположной ценности и здоровью как совокупности физического, духовного и социального благополучия человека.</li><li>• Формирование у ребёнка возрастосообразных представлений и знаний в области физической культуры, здоровья и безопасного образа жизни.</li><li>• Становление эмоционально-ценностного отношения к здоровому образу жизни, физическим упражнениям, подвижным играм, закаливанию организма, гигиеническим нормам и правилам.</li><li>• Воспитание активности, самостоятельности, самоуважения, коммуникабельности, уверенности и других личностных качеств.</li><li>• Приобщение детей к ценностям, нормам и знаниям физической культуры в целях их физического развития и саморазвития</li><li>• Формирование у ребёнка основных гигиенических навыков, представлений о здоровом образе жизни.</li></ul>

## 2.2 Интеграция с другими образовательными областями

Принцип интеграции образовательных областей выступает как основополагающий принцип работы ДОУ. Интегративный подход даёт возможность развивать в единстве познавательную, эмоциональную и практическую сферы личности.

Образовательная область «Социально – коммуникативное развитие»	Создание на физкультурных занятиях педагогических ситуаций и ситуаций морального выбора, развитие нравственных качеств, поощрение проявлений смелости, находчивости, взаимовыручки, выдержки и пр., побуждение детей к самооценке и оценке действий и поведения сверстников. Побуждение к проговариванию действий и называнию упражнений, поощрение речевой активности детей в процессе двигательной деятельности, обсуждение пользы закаливания и занятий физической культурой.
Образовательная область «Познавательное развитие»	Обогащать знания о двигательных режимах, видах спорта. Развивать интерес к изучению себя и своих физических возможностей: осанка, стопа, рост, движение. Формировать представления о здоровье, его ценности, полезных привычках, укрепляющих здоровье, о мерах профилактики и охраны здоровья. Измерение (измерение расстояний условными мерками, подсчёт количества движений, ориентировка в пространстве, придумывание новых образных названий упражнением, выполнение различных упражнений, отражающих сезонные явления, объекты природы, выполнение упражнений под музыку).
Образовательная область «Речевое развитие»	Обогащать активный словарь на занятиях по физкультуре (команды, построения, виды движений и упражнений); развивать звуковую и интонационную культуру речи в подвижных и малоподвижных играх. Развивать умение понимать обращенную речь с опорой и без опоры на наглядность при выполнении физических упражнений и в подвижных играх; обогащать словарь детей за счет расширения представлений о физических упражнениях, и.п., зимних и летних видах спорта, подвижных игр и эстафет; развивать умение соблюдать этику общения в условиях коллективного взаимодействия.
Образовательная область «Художественно – эстетическое развитие»	Организация игр и упражнений под тексты стихотворений, потешек, считалок; сюжетных физкультурных занятий на темы прочитанных сказок, потешек. Отражение впечатлений детей о прослушанных и знакомых произведениях, литературных героях и событиях на физкультурных занятиях и вечерах досуга; использование различных жанров фольклора (загадки, заклички, считалки) на физкультурных занятиях, вечерах досуга, спортивных праздниках и подвижных играх; освоение элементов танца и ритмопластики для создания танцевальных композиций спортивного направления.

## 2.3 Культурно-досуговая деятельность

Месяц	Виды деятельности (праздники, досуги, дни здоровья, соревнования и др.)	Тема
Январь	Досуг	«Зимние олимпийские игры».
Февраль	Физкультурно-музыкальный праздник	«День Защитника Отечества»

## 2.4 Модель организации образовательного процесса Формы, способы, методы и средства организации образовательной деятельности

Физическое развитие детей осуществляется на физкультурных занятиях, в самостоятельной игровой деятельности.

Занятия	Индивидуальная работа с детьми	Самостоятельная деятельность детей
Общеразвивающие упражнения; Музыкально-ритмические движения; Подвижные игры;	Индивидуальная работа по закреплению выполнения основных движений: подвижные игры, спортивные упражнения, коррекционные упражнения	Создание условий для самостоятельной деятельности детей по физическому развитию: Занимательная игра Игровые упражнения Подражательные движения Подвижные игры Коррекционные упражнения Двигательные действия

## Структура реализации образовательной деятельности

Образовательный процесс в группе предусматривает решение программных образовательных задач в соответствии с АООП ДО. В старшей группе с сентября по май (включительно) проводятся физкультурные занятия продолжительностью 25 минут, что не превышает рекомендованную СанПиНом недельную нагрузку

Образовательная область	Вид деятельности	Периодичность	
		в неделю	месяц
Физическое развитие	Физкультурные занятия (инструктор по физической культуре)	1	4
	Физкультурные занятия (воспитатель)	1	4

## Взаимодействие с детьми

Одним из основных принципов дошкольного образования является поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.

Детская инициатива – спонтанное, самостоятельное проявление ребёнком своей активности, его включение в тот или иной вид деятельности по собственной воле.

Задача педагога – **поддержать инициативу** во всех её сферах и специфичных видах деятельности. Поддержка детской инициативы осуществляется путём:

**Создания развивающей предметно-пространственной среды.** Образовательная и игровая среда, должна стимулировать развитие познавательной деятельности детей. Дети должны приобретать опыт творческой, деятельности, выдвижение новых идей, актуализации прежних знаний при решении новых задач.

**Обеспечения психолого-педагогической поддержки ребёнка.** Педагог занимает позицию уважения к ребёнку, считается с ним, учитывает, насколько то или иное дело важно для него здесь и сейчас.

**Выбора педагогом культурных практик** с учётом возраста и индивидуальных особенностей детей.

Возрастная группа	Приоритетная сфера деятельности	Направления поддержки детской инициативы
5-6 лет	Ситуативно – личностное общение со взрослыми и сверстниками, а также информационно познавательная инициатива.	1. создавать на занятиях положительный психологический микроклимат, в равной мере проявляя любовь и заботу ко всем детям; 2. уважать индивидуальные вкусы и привычки детей; 3. поощрять желание создавать что-либо по собственному замыслу;

## 2.5 Формы взаимодействия с родителями

Месяц	Темы	Форма работы
Сентябрь	Задачи физического воспитания детей на новый учебный год»	Родительское собрание
Октябрь	«Гигиеническое значение физкультурной формы»	Консультация
Ноябрь	«Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей дошкольного возраста»	Информация на стенд
Декабрь	"Наши привычки – привычки наших детей"	Информация на стенд
Январь	«Играем вместе с ребенком на прогулке»	Консультация
Февраль	«День Защитника Отечества»	Физкультурно-музыкальный праздник
Март	«Спортивный уголок дома»	Беседа
Апрель	«Физкульт-Ура»	Информация на стенд
Май	«Использование атрибутов для повышения интереса у детей к физкультуре»	Информация на стенд

### 3. Организационный раздел

#### 3.1 Организация развивающей предметно-пространственной среды в физкультурном зале

Предметно-пространственная среда физкультурного зала предполагает специально созданные условия, такие, которые необходимы для полноценного проживания ребёнком дошкольного детства. Пространство зала приспособлено для удовлетворения ребёнком потребности в познании, общении, физическом развитии.

Образовательная область	Содержание
Физическое развитие (физическая культура)	Воланы для игры в бадминтон, ворота для мини-футбола пристенные (комплект из 2 ворот с сетками), гимнастическая палка пластмассовая, Доска с ребристой поверхностью, дуги для подлезания, жилетка игровая, канат для перетягивания, клюшки, кольцо баскетбольное, комплект гантелей, конус с втулкой, палкой и флажком, корзина для мячей, мат гимнастический (стандартный), мяч баскетбольный, мяч футбольный, мяч набивной, мяч фитбол, обруч (малого диаметра), обруч (среднего диаметра), ракетки для банбинтона, свисток, скакалки, скамейки гимнастические универсальные, стойка для гимнастических палок, стойка баскетбольное кольцо, султанчики для упражнений, щит баскетбольный, конусы, шайбы, кубики пластмассовые, домики палатка, мешочки для метания, набор мягких модулей, тоннель тканевый, самолеты, шарики пластиковые.

#### 3.2 Методическое обеспечение образовательной деятельности

Образовательная область, направление образовательной деятельности	Список литературы (учебно-методические пособия, методические разработки, др.)
Физкультурные занятия, праздники, досуговая деятельность	<ol style="list-style-type: none"><li>1. О. Ф. Горбатенко, Т. А. Кардаильская, Г. П. Попова Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ</li><li>2. А. А. Потанчук Как сформировать правильную осанку у ребенка</li><li>3. Н. И. Николаева Школа мяча: Учебно-методическое пособие для педагогов и специалистов ДОУ</li><li>4. О. Е. Громова Спортивные игры для детей</li><li>5. Ф. Железнова 150 эстафет для детей дошкольного возраста</li><li>6. И. С. Красикова Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки.</li><li>7. И. С. Красикова Плоскостопие у детей. Профилактика и лечение</li><li>8. Л. В. Яковлева Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений : в 3 ч./ Л. В. Яковлева, Р.</li></ol>

	<p>А. Юдина. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2014. – Ч. 1. Программа «Старт». Методические рекомендации. – 315 с.</p> <p>9.Л.В. Яковлева Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет: пособие для педагогов дошкол. учреждений: в 3 ч./ Л.В. Яковлева, Р. А. Юдина. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2014. – Ч. 2. Конспекты занятий для второй младшей и средней групп. – 207 с.</p> <p>10.Н.Л.Литовш Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии</p>
Педагогическая диагностика	Методические разработки ДОУ

### 3.3 Материально-техническое оснащение программы

Наименование помещения	Материалы и оборудование
<b>Физкультурный зал</b>	<p>Оснащен спортивным оборудованием, атрибутами для спортивных и подвижных игр, инвентарем для проведения физкультурных занятий и спортивных мероприятий.</p> <p>Пианино</p> <p>Музыкальный центр</p> <p>Гимнастическая стенка</p> <p>Стол, стул, скамейка гимнастическая, вешалка, тренажерно-информационная система «Тиса».</p>



**3.4 Система образовательной деятельности: расписание занятий**  
**Расписание занятий в физкультурном зале на 2023-2024 учебный год**

<b>Дни недели</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
<b>Группы</b>					
Группа раннего возраста «Котята»		9.00-9.10 ОО «Физическое развитие»	9.00-9.10 ОО «Физическое развитие»		
Младшая общеразвивающая группа «Здоровейка		9.15-9.30 ОО «Физическое развитие»	9.15-9.30 ОО «Физическое развитие»		
Средняя общеразвивающая группа «Лучики»		9.35-9.55 ОО «Физическое развитие»			9.00-9.20 ОО «Физическое развитие»
Средняя компенсирующая группа «Пчелки»	9.00-9.20 ОО «Физическое развитие»			9.00-9.20 ОО «Физическое развитие»	
Старшая общеразвивающая группа «Звездочки»	9.25-9.50 ОО «Физическое развитие»			16.00-16.25 ОО «Физическое развитие»	
Старшая компенсирующая группа «Цветик-семицветик»	10.00-10.25 ОО «Физическое развитие»		9.40-10.05 ОО «Физическое развитие»		
Старшая компенсирующая группа «Непоседы»	10.35-11.00 ОО «Физическое развитие»				16.00-16.25 ОО «Физическое развитие»
Подготовительная компенсирующая группа «Радуга»	11.10-11.40 ОО «Физическое развитие»				9.30-10.00 ОО «Физическое развитие»
Подготовительная компенсирующая группа «Почемучки»		10.00-10.30 ОО «Физическое развитие»			10.10-10.40 ОО «Физическое развитие»
Подготовительная компенсирующая группа «АБВГДейка»		10.40-11.10 ОО «Физическое развитие»			10.50-11.20 ОО «Физическое развитие»
Подготовительная общеразвивающая группа «Паровозик»		12.00-12.30 ОО «Физическое развитие»		9.40-10.10 ОО «Физическое развитие»	



