

Казенное общеобразовательное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутская школа-детский сад для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

**РАССМОТРЕНА**

на заседании МО

протокол №1

от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Руководитель МО

\_\_\_\_\_ Л. А. Кудрина

**СОГЛАСОВАНА**

зам. директора по ВВВР

\_\_\_\_\_ В.А. Гулина

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом № \_\_\_\_

от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

Директор КОУ

«Сургутская школа-детский сад»

\_\_\_\_\_ А.Г. Плотников

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по образовательной области «Физическое развитие»

в разновозрастной группе «Солнышко»

для обучающейся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

с учетом психофизических особенностей (глухого и НОДА)

1 год обучения

срок реализации 1 год

Инструктор по физической культуре  
высшей квалификационной категории  
Гришина Л.И.

г. Сургут, 2023

## Содержание рабочей программы

<b>I. Целевой раздел</b>	3
1. Пояснительная записка	3
1.1. Цели и задачи реализации программы	4
1.2. Принципы и подходы к формированию программы	5
1.3 Характеристика, особенности развития детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)	6
1.4. Планируемые результаты освоения программы	6
<b>II Содержательный раздел</b>	8
2. Описание образовательной деятельности	8
2.1 Образовательная область «Физическое развитие»	8
2.2 Основные формы работы по возрасту	10
2.3 Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы	10
2.4 Виды, задачи и необходимые условия для двигательной деятельности ребенка	11
2.5 Основное содержание	12
2.6 Содержание раздела «Представления о здоровом образе жизни»	13
2.7 Перспективный план физкультурных занятий на год	14
2.8 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников	18
<b>III Организационный раздел</b>	19
3. Особенности ежедневной организации жизни и деятельности детей	19
3.1. Непосредственная образовательная область «Физическое развитие» в средней группе «Василек»	19
3.2 Расписание занятий по физической культуре	19
3.3. Режим двигательной активности	20
3.4 Тематическое планирование работы учителя - дефектолога	21
3.5 Особенности традиционных праздников, событий, мероприятий	22
3.6 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды	23
3.7 Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания	24

# І. Целевой раздел

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа определяет содержание и организацию воспитательно-образовательного процесса для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в группе 1 года обучения. Программа ориентирована на обучение, воспитание и развитие детей 3 – 7 (8) лет с учетом их индивидуальных, возрастных, физиологических, психологических, интеллектуальных и других особенностей, образовательных потребностей и возможностей.

Рабочая программа по образовательной области «Физическое развитие» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Приказ Минпросвещения России от [24.11.2022 № 1022](#) Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

2. В соответствии с [частью 6.5](#) статьи 12 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2022, № 39, ст. 6541), [пунктом 1](#) и [подпунктом 4.2.6\(2\)](#) пункта 4 Положения о Министерстве просвещения Российской Федерации, утвержденного [постановлением Правительства Российской Федерации от 28 июля 2018 г. № 884](#) (Собрание законодательства Российской Федерации, 2018, № 32, ст. 5343; 2022, № 46, ст. 8024)

3. Федеральная адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее - Программа) разработана в соответствии с Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных, утвержденным [приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874](#) (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 2 ноября 2022 г., регистрационный № 70809) и Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (далее - Стандарт).

4. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 ноября 2013 г. № 1155 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 14 ноября 2013 г., регистрационный № 30384), с изменениями, внесенными [приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 января 2019 г. № 31](#) (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 13 февраля 2019 г., регистрационный № 53776).

Срок реализации программы с 01.09.2023 по 31.05.2024.

### **1.1. Цели и задачи реализации программы.**

**Цель** – обеспечение условий для дошкольного образования, определяемых общими и особыми потребностями обучающегося дошкольного возраста с ОВЗ, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Программа содействует взаимопониманию и сотрудничеству между людьми, способствует реализации прав обучающихся дошкольного возраста на получение доступного и качественного образования, обеспечивает развитие способностей каждого ребенка, формирование и развитие личности ребенка в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями в целях интеллектуального, духовно-нравственного, творческого и физического развития человека, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов.

#### **Задачи:**

1. коррекция недостатков психофизического развития обучающихся с ОВЗ;
2. охрана и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с ОВЗ, в том числе их эмоционального благополучия;
3. обеспечение равных возможностей для полноценного развития ребенка с ОВЗ в период дошкольного образования независимо от места проживания, пола, нации, языка, социального статуса;
4. 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;
5. 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;
6. формирование общей культуры личности обучающихся с ОВЗ, развитие их социальных, нравственных, эстетических, интеллектуальных, физических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности ребенка, формирование предпосылок учебной деятельности;
7. формирование социокультурной среды, соответствующей психофизическим и индивидуальным особенностям развития обучающихся с ОВЗ;
8. обеспечение психолого-педагогической поддержки родителей (законных представителей) и повышение их компетентности в вопросах развития, образования, реабилитации (абилитации), охраны и укрепления здоровья обучающихся с ОВЗ;
9. обеспечение преемственности целей, задач и содержания дошкольного и начального общего образования.

### **1.2. Принципы и подходы к формированию программы.**

#### ***Принципы к формированию программы***

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) и обучающихся.

5. Содействие и сотрудничество обучающихся и педагогических работников, признание ребенка полноценным участником (субъектом) образовательных отношений.

6. Сотрудничество с семьей.

7. Возрастная адекватность образования. Данный принцип предполагает подбор образовательными организациями содержания и методов дошкольного образования в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

### *Специфические принципы и подходы к формированию программы*

#### **Принципы:**

1. Принцип учета единства диагностики и коррекции отклонений в развитии.

2. Принцип учета закономерностей развития ребенка, характерных для становления ведущей деятельности и психологических новообразований в каждом возрастном периоде.

3. Принцип определения базовых достижений ребенка с интеллектуальными нарушениями в каждом возрастном периоде с целью планирования и осуществления коррекционной работы, направленной на раскрытие потенциальных возможностей его развития.

4. Принцип учета развивающего характера обучения, основывающегося на положении о ведущей роли обучения в развитии ребенка, учета соотношения "актуального уровня развития" ребенка и его "зоны ближайшего развития".

5. Принцип учета приоритетности формирования способов усвоения общественного опыта ребенком (в том числе и элементов учебной деятельности) как одной из ведущих задач обучения, которое является ключом к его развитию и раскрытию потенциальных возможностей и способностей.

6. Принцип обогащения традиционных видов детской деятельности новым содержанием.

7. Принцип стимуляции эмоционального реагирования, эмпатии и использование их для развития практической деятельности обучающихся, общения и воспитания адекватного поведения.

8. Принцип расширения форм взаимодействия педагогических работников с детьми и создание условий для активизации форм партнерского сотрудничества между детьми.

9. Принцип учета роли родителей (законных представителей) или лиц, их заменяющих, в коррекционно-педагогической работе.

10. Принцип учета анализа социальной ситуации развития ребенка и его семьи.

#### **Подходы:**

1. деятельностный подход к организации целостной системы коррекционно-педагогической работы с ребенком;

2. личностно ориентированный подход к воспитанию и обучению обучающихся через изменение содержания обучения и совершенствование методов и приемов работы.

Содержание программы учитывает личностную направленность педагогического взаимодействия и приоритеты социализации ребенка. В связи с этим важнейшим компонентом общеразвивающей и коррекционной работы является преодоление социальной недостаточности ребенка.

### **1.3 Характеристика, особенности развития детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).**

По данной программе обучается ребенок, который имеет нарушение слуха – тугоухость II и III степени, нарушения опорно-двигательного аппарата и грубые нарушения всех психических процессов. Воспитанница имеют сложные дефекты развития.

На физическое развитие, двигательные способности, обучаемость и приспособляемость к физической нагрузке оказывают влияние тяжесть интеллектуального дефекта, сопутствующие заболевания, вторичные нарушения, особенности психической и эмоционально-волевой сферы детей.

Психомоторное недоразвитие детей с легкой умственной отсталостью проявляется в замедленном темпе развития локомоторных функций, непродуктивности движений, двигательном беспокойстве и суетливости. Движения бедны, угловаты, недостаточно плавны. Особенно плохо сформированы тонкие и точные движения рук, предметная манипуляция, жестикуляция и мимика.

#### **Нарушения в развитии двигательных способностей:**

- нарушение координационных способностей - точности движений в пространстве;
- координации движений;
- ритма движений;
- дифференцировки мышечных усилий;
- пространственной ориентировки;
- точности движений во времени;
- равновесия;
- отставания от здоровых сверстников в развитии физических качеств - силы основных групп мышц рук, ног, спины, живота на 15-30%;
- быстроты реакции, частоты движений рук, ног, скорости одиночного движения на 10-15%;
- выносливости к повторению быстрой динамической работы, к работе субмаксимальной мощности, к работе большой мощности, к работе умеренной мощности, к статическим усилиям различных мышечных групп на 20-40%; скоростно-силовых качеств в прыжках и метаниях на 15-30%; гибкости и подвижности в суставах на 10-20%.

#### **Нарушения основных движений:**

- неточность движений в пространстве и времени;
- грубые ошибки при дифференцировании мышечных усилий;
- отсутствие ловкости и плавности движений;
- излишняя скованность и напряженность;
- ограничение амплитуды движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях.

## 1.4. Планируемые результаты

В соответствии со Стандартом специфика дошкольного детства и системные особенности дошкольного образования делают неправомерными требования от ребенка дошкольного возраста конкретных образовательных достижений. Поэтому результаты освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования и представляют собой возрастные характеристики возможных достижений ребенка с ОВЗ к концу дошкольного образования.

Реализация образовательных целей и задач Программы направлена на достижение целевых ориентиров дошкольного образования, которые описаны как основные характеристики развития ребенка с ОВЗ. Они представлены в виде изложения возможных достижений обучающихся на разных возрастных этапах дошкольного детства.

### Целевые ориентиры для детей первого года обучения

- 1) здороваться при встрече с педагогическим работником и другими детьми, прощаться при расставании, пользуясь при этом невербальными средствами общения (смотреть в глаза, протягивать руку);
- 2) взаимодействовать со знакомым педагогическим работником в знакомой игровой ситуации;
- 3) самостоятельно ходить;
- 4) владеть элементарными навыками в быту;
- 5) подражать знакомым действиям педагогического работника;
- 6) проявлять интерес к другим детям.

### Целевые ориентиры воспитательной работы

Направление воспитания	Ценности	Показатели
Физическое и оздоровительное	Здоровье	Выполняющий действия по самообслуживанию самостоятельно или с помощью педагогического работника. Стремящийся быть опрятным. Проявляющий интерес к физической активности. Соблюдающий элементарные правила безопасности в быту, в группе, на природе.

**II. Содержательный раздел**  
**2 Описание образовательной деятельности**  
**2.1 Образовательная область «Физическое развитие»**

**Основная цель: Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.**

<b>Направления физического развития</b>			
<p><b>Приобретение опыта в следующих видах двигательной деятельности:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выполнение упражнений, направленных на развитие таких физических качеств:               <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ координация</li> <li>✓ гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма,</li> </ul> </li> <li>• развитию равновесия,</li> <li>• координации движения,</li> <li>• крупной и мелкой моторики обеих рук,</li> <li>• а также с правильным, не наносящим ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),</li> </ul>	<p><b>Становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере</b></p>	<p><b>Становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.)</b></p>	
<b>Средства физического развития</b>			
Физические упражнения	Эколого-природные факторы	Психогигиенические факторы	
<b>Задачи физического развития</b>			
<p><b>Оздоровительные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохранение, укрепление и охрана здоровья детей;</li> <li>-закрепление потребности в разных видах двигательной деятельности;</li> <li>- развитие движений, двигательных качеств, физической и умственной работоспособности;</li> <li>-тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной систем; закаливание организма.</li> </ul>	<p><b>Образовательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие физических качеств;</li> <li>- овладение ребенком элементарными знаниями о своем организме, роли физических упражнений в его жизни, способах укрепления собственного здоровья.</li> </ul>	<p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование потребности в ежедневной двигательной деятельности;</li> <li>- развитие интереса к участию в подвижных и спортивных играх и физических упражнениях, активности в самостоятельной двигательной деятельности;</li> </ul>	<p><b>Специальные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие речевого дыхания;</li> <li>- развитие общей моторики и мелкой моторики;</li> <li>- развитие ориентировки в пространстве;</li> <li>-профилактика простудных и инфекционных заболеваний;</li> <li>-осуществление системы коррекционно-</li> </ul>



			восстановительных мероприятий, направленных на развитие и совершенствование основных движений, физических качеств и на предупреждение вторичных отклонений в физическом развитии.
<b>Формы физического развития</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурные занятия в зале</li> <li>- физкультминутки</li> <li>- прогулки</li> <li>- самостоятельная двигательная деятельность воспитанников</li> <li>- физкультурные досуги и праздники</li> <li>- закаливающие процедуры</li> </ul>			
<b>Методы физического развития</b>			
<b>Наглядные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- показ физических упражнений;</li> <li>- использование наглядных пособий (рисунков, фотографий, диафильмов и др.);</li> <li>- имитации (подражания);</li> <li>- зрительные ориентиры (предметы, разметка зала)</li> </ul>	<b>Словесные:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- название упражнения, описание, проговаривание;</li> <li>- объяснения, пояснения, указания;</li> <li>- подача команд, распоряжений, сигналов;</li> <li>- вопросы к детям;</li> <li>- образный сюжетный рассказ, беседа;</li> </ul>	<b>Практические:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повторение упражнений без изменения и с изменениями;</li> <li>- проведение упражнений в игровой форме;</li> <li>- проведение упражнений в соревновательной форме.</li> </ul>	

## 2.2 Основные формы работы по возрастам

Образовательная область	Формы работы
Физическое развитие	метание, построение, ходьба, бег, ползание, лазание, перелазание, прыжки, общеразвивающие упражнения (упражнения без предметов, упражнения с предметами, упражнения, направленные на формирование правильной осанки, упражнения для развития равновесия, подвижные игры).

## 2.3 Комплексная система физкультурно-оздоровительной работы.

Создание условий для двигательной активности детей	Система двигательной деятельности + система психологической поддержки	Система закаливания	Организация рационального питания	Диагностика уровня физического развития, состояния здоровья
<ul style="list-style-type: none"> <li>- гибкий режим</li> <li>- занятия</li> <li>-создание условий (оборудование спортзала, спортивных уголков в группах, спортивный инвентарь)- пробуждение после дневного сна, подготовка специалистов по двигательной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- утренняя гимнастика</li> <li>- физкультурные занятия</li> <li>- музыкальные занятия</li> <li>- двигательная активность на прогулке</li> <li>- подвижные игры</li> <li>- гимнастика после дневного сна</li> <li>- физкультурные досуги, праздники</li> <li>- игры, хороводы, игровые упражнения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- облегченная форма одежды</li> <li>- воздушные ванны</li> <li>- элементы закаливания после дневного сна</li> <li>- дыхательные упражнения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организация второго завтрака (сок, фрукты)</li> <li>- строгое выполнение натуральных норм питания</li> <li>- соблюдение питьевого режима</li> <li>- гигиена приема пищи</li> <li>- индивидуальный подход к детям во время приема пищи</li> <li>- правильность расстановки мебели</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- диагностика уровня физического развития</li> <li>- диспансеризация детей с привлечением врачей детской поликлиники</li> <li>- диагностика физической подготовленности к обучению в школе</li> <li>- обследование психоэмоционального состояния детей психологом</li> </ul>

## 2.4 ВИДЫ, ЗАДАЧИ И НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ

### ДЛЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕБЕНКА

<b>Виды двигательной активности</b>	<b>Физиологическая и воспитательная задача</b>	<b>Необходимые условия</b>	<b>Ответственный</b>
<b>Движение во время бодрствования</b>	Удовлетворение органической потребности в движении. Воспитание свободы движений, ловкости, смелости, гибкости.	Наличие в групповых помещениях, на участках детского сада места для движения. Одежда, не стесняющая движения. Игрушки и пособия, побуждающие ребенка к движениям	Воспитатели, Инструктор по физической культуре
<b>Подвижные игры</b>	Воспитание умений двигаться в соответствии с заданными условиями, воспитывать волевое (произвольное) внимание через овладение умением выполнять правила игры	Знание правил игры	Воспитатели
<b>Движения под музыку</b>	Воспитание чувства ритма, умения выполнять движения под музыку	Музыкальное сопровождение	Музыкальный руководитель

## 2.5 Основное содержание.

Основные виды движений	Программный материал по группам
<b>Построения</b>	
Построение выполняется с помощью воспитателя. Дети строятся без равнения: в шеренгу, вдоль каната или веревки, положенной на пол по прямой линии; друг за другом, держась за веревку рукой; в колонну друг за другом; в круг вдоль каната или веревки.	
<b>Метание</b>	
Метание выполняется по подражанию действиям взрослого. При затруднениях используются совместные действия взрослого с ребенком. Дети берут мячи из корзины и бросают по крупной мишени, укрепленной на стене или находящейся на полу. Затем дети бросают мячи в цель (в корзину, обруч, доску) вначале одной рукой, затем двумя. Детям предлагаются мячи, разные по размеру и материалу.	
<b>Упражнения в ходьбе</b>	
Ходьба выполняется по показу и самостоятельно в сопровождении звуковых сигналов: стайкой вслед за воспитателем и к воспитателю; группой вдоль зала к противоположной стене, к воспитателю и самостоятельно — из исходного положения, стоя вдоль стены лицом к залу; друг за другом вдоль каната за воспитателем и самостоятельно друг за другом, держась руками за веревку.	
<b>Упражнения в беге</b>	
Бег выполняется по показу и самостоятельно с использованием звуковых сигналов: стайкой за воспитателем; группой вдоль зала к противоположной стороне - из исходного положения, стоя вдоль стены лицом к залу; по кругу вдоль каната за воспитателем и самостоятельно; с остановками по окончании звуковых сигналов.	
<b>Упражнения в прыжках</b>	
Прыжки - сначала выполняется спрыгивание с доски, с приподнятого края доски (высота 10 см) отдельными детьми по показу, со страховкой и с помощью воспитателя. Подпрыгивание - на носках на месте.	
<b>Упражнения в ползании и лазанье</b>	
Ползание, лазанье, перелезание выполняется со страховкой и с помощью воспитателя, по звуковому сигналу: ползание по ковровой дорожке, доске, положенной на пол (ширина 30—35 см), наклонной доске (высота 20—25 см) с проползанием под веревкой (высота 30—35 см), по скамейке; лазанье по гимнастической стенке произвольным способом; перелезание через одну-две скамейки (расстояние 1—1,5 м одна от другой); пролезание между рейками лестничной пирамиды, палатки или вышки.	
<b>Подвижные игры</b>	

Подвижные игры выполняются по подражанию действиям воспитателя, носят бессюжетный характер: «Лошадки», «Котята», «Зайчики прыгают», «Догони мяч», «Прокати мяч», «Курочки и петушки», «Птички полетели», «Маленькая змейка», «Проползи через палатку», «Побежим по дорожке», «Пройдем по камушкам», «Передай по кругу», «Спустись с горки», «Беги — ловлю!», «Поезд», «Солнышко и дождик», «Птички в гнездышках», «Догоню, догоню» и др.

### **Словарь**

привет, пока, сядьте, встаньте, идите, бегите, делайте так, прыгайте, шагайте, ползите, ловите, поймал, принеси мяч (флажок), возьми мяч (флажок), дай мяч (флажок), кати мяч, топайте, будем бегать (прыгать, ползать, играть в мяч), верно, неверно, играли (занимались) хорошо, плохо, барабан, мяч, флаг, палка, кубик, веревка, лента, доска.

## **2.6 Содержание раздела «Представления о здоровом образе жизни»**

### **Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни.**

Работа в разделе «Здоровье» включает два основных аспекта: с одной стороны, создание условий для охраны и укрепления здоровья воспитанников детского сада и формирования у них культурно-гигиенических навыков, с другой — формирование у них потребности быть здоровыми, вести здоровый образ жизни и развитие их представлений о своем здоровье и средствах его укрепления. Первый аспект работы касается всего периода нахождения ребенка в дошкольном учреждении, второй особенно значим для последнего года его пребывания в детском саду, поскольку именно для этого периода в программе выделяются специальные часы для проведения «занятий здоровья».

Все направления воспитательной работы в учреждении ориентированы на совершенствование духовного развития детей, укрепление их физического здоровья и создание условий для обеспечения базовых человеческих потребностей и индивидуального психологического комфорта. В целом у дошкольников должна быть сформирована установка на здоровый образ жизни и овладение правильными формами поведения в различных жизненных ситуациях.

## 2.7. Перспективный план физкультурных занятий на год

Месяц, неделя, дата	Задачи	ОРУ	Основные виды движений	Подвижные игры
<b>Сентябрь</b>	<p>1-ая неделя: 04.09; 06.09 2-ая неделя: 11.09; 13.09; 3-ая неделя: 18.09; 20.09 4-ая неделя: 25.09; 27.09</p> <p>Учить тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу по опорному знаку - стенке, веревке, ленте, палке. Развивать ориентировку в пространстве при ходьбе в разных направлениях; учить ходьбе по уменьшенной площади опоры, сохраняя равновесие. Развивать умение действовать по сигналу; учить энергично отталкивать мяч при прокатывании.</p>	<p>1-2 недели – без предметов, 3-ая неделя – с мячом, 4-ая неделя – с кубиками</p>	<p>Построение вдоль каната; Ходьба стайкой вслед за воспитателем и к воспитателю; Подпрыгивание - на носках на месте. Прокатывание мяча.</p>	<p>«Бегите ко мне», «Догони мяч», «Найди свой домик»</p>
<b>Октябрь</b>	<p>1-ая неделя: 02.10; 04.10 2-ая неделя: 09.10; 11.10 3-ая неделя: 16.10; 18.10 4-ая неделя: 23.10; 25.10 5-ая неделя: 30.10</p> <p>Учить тихо входить в спортивный зал и строиться в шеренгу по опорному знаку - стенке, веревке, ленте, палке. Учить детей ходить стайкой за воспитателем. Воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх. Развивать ориентировку в пространстве, ползание с опорой на ладони и колени.</p>	<p>1-я неделя – б/п 2-я неделя – с гимнастической палкой, 3-я неделя – с м. мячом, 4-я неделя – с обручем</p>	<p>Построение вдоль каната; Ходьба стайкой вслед за воспитателем и к воспитателю; Подпрыгивание - на носках на месте. Ползание с опорой на ладони и колени. Равновесие «пойдем по мостику».</p>	<p>«Котятки», «Куручки и петушки», «Птички полетели</p>

Ноябрь	<p>1-ая неделя: 01.10; 2-ая неделя: 08.11; 3-ая неделя: 13.11;15.11 4-ая неделя: 20.11;22.11 5-ая неделя: 27.11; 29.11</p>	<p>Учить внимательно смотреть на взрослого, поворачиваться к нему лицом, когда он говорит. Воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх.</p>	<p>1-я неделя – с малым мячом 2-я неделя – без предмета, 3-я неделя – с мячом, 4-я неделя – на гимнастической скамейке, 5-я неделя – на гимнастической скамейке</p>	<p>Дети берут мячи из корзины и бросают по крупной мишени, укрепленной на стене или находящейся на полу. Бег группой вдоль зала к противоположной стороне - из исходного положения, стоя вдоль стены лицом к залу</p>	<p>«Курочки и петушки», «Птички полетели», «Маленькая змейка»</p>
Декабрь	<p>1-ая неделя: 04.12;06.12 2-ая неделя: 11.12; 13.12 3-ая неделя: 18.12; 20.12 4-ая неделя: 25.12;27.12</p>	<p>Учить прыгивать с высоты (с гимнастической доски высотой 10-15 см). Учить детей ползать по ковровой дорожке, доске, наклонной доске, залезать на горку с поддержкой взрослого и самостоятельно спускаться с нее. Воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх.</p>	<p>1-я неделя – с обручем, 2-я неделя – с флажками, 3-я неделя – б/п, 4-я неделя – без предмета,</p>	<p>Бросание мяча в горизонтальную цель правой и левой рукой Перекладывание мяча из рук в руки перед собой Ползание на животе Спрыгивание с доски, с приподнятого края доски (высота 10 см) Подпрыгивание - на носках на месте.</p>	<p>«Курочки и петушки», «Птички полетели»</p>

<b>Январь</b>	<p>2-ая неделя: 10.01; 3-ая неделя: 15.01;17.01 4-ая неделя: 22.01;24.01 5-ая неделя: 29.01;31.01</p>	<p>Учить выполнять движения и действия по подражанию взрослому. Воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх.</p>	<p>1-я неделя – с кубиком, 2-я неделя – с веревкой (шнуром), 3-я неделя – на гимнастической скамейке, 4 – я неделя – с обручем,</p>	<p>Спрыгивание с доски, с приподнятого края доски (высота 10 см) Бег по кругу вдоль каната за воспитателем и самостоятельно Пролезание между рейками лестничной пирамиды, палатки или вышки.</p>	<p>«Найди свой домик» , «Найди свой цвет».</p>
<b>Февраль</b>	<p>1-ая неделя: 05.01; 07.02 2-ая неделя: 12.02;14.02 3-ая неделя: 19.02;21.02 4-ая неделя: 26.02; 28.02</p>	<p>Воспитывать интерес к участию в подвижных играх. Учить детей спрыгивать с высоты (с гимнастической доски высотой 10-15 см).</p>	<p>1-я неделя – с кубиком, 2-я неделя – с веревкой (шнуром), 3-я неделя – на гимнастической скамейке, 4 – я неделя – с обручем</p>	<p>Броски мяча в цель (в корзину, обруч, доску) вначале одной рукой, затем двумя. Спрыгивание с доски, с приподнятого края доски (высота 10 см) Бег по кругу вдоль каната за воспитателем и самостоятельно</p>	<p>«Курица и цыплята», «Птички в гнездах», «Цветные кегли», «Найди свой цвет».</p>



<b>Март</b>	<p>1-ая неделя: 04.03; 06.03 2-ая неделя: 11.03; 13.03 3-ая неделя: 18.03; 20.03 4-ая неделя: 25.03; 27.03</p>	<p>Учить выполнять движения и действия по подражанию взрослому. Учить детей ходить по дорожке и следам.</p>	<p>1-я неделя – с м. мячом, 2-я неделя – б/п,  3-я неделя – с кубиком, 4-я неделя – с обручем</p>	<p>Подпрыгивание - на носках на месте. Перелезание через одну-две скамейки (расстояние 1 —1,5 м одна от другой) Пролезание между рейками лестничной пирамиды, палатки или вышки.</p>	<p>«Курочки и петушки», «Птички полетели», «Маленькая змейка»</p>
<b>Апрель</b>	<p>1-ая неделя: 01.04; 03.04 2-ая неделя: 08.04; 10.04 3-ая неделя: 15.04;17.04 4-ая неделя: 22.04; 24.04; 27.04</p>	<p>Закреплять спрыгивание с высоты (с гимнастической доски высотой 10-15 см). Учить ползать по ковровой дорожке, доске, наклонной доске, залезать на горку с поддержкой взрослого и самостоятельно спускаться с нее. Воспитывать у детей интерес к участию в подвижных играх.</p>	<p>1-я неделя – с гимнастической палкой, 2-я неделя – с короткой скакалкой, 3-я неделя – с м. мячом, 4-я неделя – б/п</p>	<p>Ходьба по ритмический счет или хлопки инструктора, с чередованием на легкий бег Бросание мяча в цель Прыжки со скамейке при поддержки инструктора</p>	<p>«Птички в гнездышках», «Догоню, догоню»</p>
<b>Май</b>	<p>1-ая неделя: 06.05; 08.05 2-ая неделя: 13.05; 15.05 3-ая неделя: 20.05; 22.05 4-ая неделя: 27.05; 29.05</p>	<p>Совершенствовать ходьбу с перешагиванием через шнур Учить детей ползать по скамейке на животе Совершенствовать ходьбу по дорожке и следам.</p>	<p>1-я неделя – б/п, 2-я неделя – с флажками 3-я неделя – с мячом 4-я неделя – с обручем</p>	<p>Подпрыгивание - на носках на месте. Ходьба с перешагиванием через шнур Ползание по скамейке на животе Ползание по наклонной доске вверх</p>	<p>«Птички в гнездышках», «Догоню, догоню»</p>

## 2.8 Особенности взаимодействия педагогического коллектива с семьями воспитанников.

Сроки проведения	Мероприятия
Сентябрь	Консультация для родителей: «Как правильно подбирать обувь дошкольнику».
Октябрь	Тематическое занятие «День отца в России»
Ноябрь	Консультация на тему: «Мама, погуляй со мной...».
Декабрь	Консультация для родителей: «Весомые вопросы».
Январь	Консультация на тему: « Питание ».
Февраль	Музыкально-спортивный праздник «День защитника отечества».
Март	Консультация для родителей: «Упражнения и игры для профилактики и лечения плоскостопия»
Май	Международный день защиты детей «Чудеса случаются только в детстве»

### III. Организационный раздел

#### 3. Организация режима пребывания детей в ДОУ.

##### 3.1. Непосредственная образовательная область «Физическое развитие» в дошкольных группах

Дошкольная группа	Количество в неделю (2-занятия в зале)	Образовательная нагрузка в неделю	Количество НОД в год	Образовательная нагрузка в год (с 01.10.2023-31. 05.2024)
Средняя группа «Солнышко»	2	40 минут	73	24 часа 20 минут

##### 3.2 Расписание занятий по физической культуре

Понедельник	ВРЕМЯ	Вид деятельности
	9:00-9:20	Занятие в зале.
Среда	9:00-9:20	Занятие в зале.

### 3.3. Режим двигательной активности

№	Формы работы	Двигательная нагрузка
1	Утренняя гимнастика	Ежедневно 8 минут
2	Физкультурные занятия	3 раза в неделю 20 минут
3	Физкульт-минутки	На обучающих занятиях 2-3 минуты
4	Релаксация	После всех обучающих занятий 1-3 минуты
5	Музыкально-ритмические движения	На музыкальных занятиях 8-10 минут
6	Гимнастика, стимулирующая деятельность речевых центров	Ежедневно на всех обучающих занятиях 2-3 минуты
7	Фонетическая ритмика	1 раз в неделю 25 минут
8	Подвижные игры: ( сюжетные, бессюжетные, игры забавы, соревнования, эстафеты аттракционы)	Ежедневно не менее двух игр по 7-8 минут
9	Оздоровительные мероприятия: - элементы закаливания после дневного сна, - дыхательные упражнения	Ежедневно 4-6 минут
10	Элементы ЛФК (точечные массаж, самомассаж).	2 раза в неделю 3-5 минут
11	Физические упражнения и игровые задания с учителем - дефектологом: -упражнения, тренирующие речевые зоны, - игры с элементами логоритмики, -артикуляционная гимнастика, -пальчиковая гимнастика	Ежедневно упражнения по выбору дефектолога 6-18 минут
12	Физкультурный досуг	Раз в месяц 20 минут
13	Спортивный праздник	2 раза в год 25-30 минут
14	Самостоятельная двигательная деятельность детей в течение дня.	Ежедневно Характер и продолжительность зависит от индивидуальных данных и потребностей детей. Проводиться под руководством воспитателя

### 3.4 Тематическое планирование работы учителя – дефектолога

Месяц	Неделя	Число	Тема
Сентябрь	1 -2	1– 16	Диагностика
Сентябрь	3	19 - 23	Время года. Осень.
Сентябрь	4	26 – 30	Время года. Осень.
Октябрь	1	3 – 7	Овощи.
Октябрь	2	10 – 14	Фрукты.
Октябрь	3	17 – 21	Овощи и фрукты.
Октябрь	4	24- 28	Одежда.
Ноябрь	1	31 – 3	Обувь.
Ноябрь	2	7 – 11	Одежда и обувь.
Ноябрь	3	14 – 18	Игрушки.
Ноябрь	4	21 – 25	Семья и люди.
Ноябрь	5	28 - 2	Семья и люди.
Декабрь	1	5 – 9	Дикие животные.
Декабрь	2	12 – 16	Время года. Зима.
Декабрь	3	19 - 23	Время года. Зима.
Декабрь	4	26 – 31	Новый год.
Январь	1		Каникулы
Январь	2	9 – 13	Домашние животные.
Январь	3	16 – 20	Домашние животные.
Январь	4	23 – 27	Части тела.
Февраль	1	30 – 3	Части тела.
Февраль	2	6 – 10	Продукты питания.
Февраль	3	13 – 17	Продукты питания.
Февраль	4	20 – 24	Мебель.
Март	1	27 – 3	Мебель.
Март	2	6 – 10	Посуда.
Март	3	13 – 17	Посуда.
Март	4	20 – 24	Профессии.
Март	5	27 - 31	Профессии.
Апрель	1	3 – 7	Весна.

Апрель	2	10 – 14	Весна.
Апрель	3	17 – 21	Растения.
Апрель	4	24 – 28	Растения.
Май	1	2-5	Транспорт.
Май	2	10 – 12	Транспорт.
Май	3	15 - 19	Учебные принадлежности.
Май	4	22 – 26	Развлечения. Лето.
Май	5	29 - 31	Развлечения. Лето.

### 3.5 Особенности традиционных праздников, событий, мероприятий

Возрастная группа	Название мероприятия	Месяц, неделя
Разновозрастная группа «Солнышко»	досуг «Овощи и фрукты»	4-я неделя октября
Разновозрастная группа «Солнышко»	досуг «Одежда и обувь»	3-я неделя ноября
Разновозрастная группа «Солнышко»	досуг « Дикие животные»	2-я неделя декабря
Разновозрастная группа «Солнышко»	досуг «Домашние животные»	3-ая неделя января
Дошкольные группы	Музыкально-спортивный праздник «День защитника отечества».	3-ая неделя февраля
Разновозрастная группа «Солнышко»	досуг «Посуда»	3-ая неделя марта
Дошкольные группы	7 апреля - Всемирный день здоровья.	1-ая неделя апреля
Разновозрастная группа «Солнышко»	досуг «Весна»	2-ая неделя апреля
Разновозрастная группа «Солнышко»	досуг «Транспорт»	3-ая неделя мая

### 3.6 Особенности организации развивающей предметно-пространственной среды

Функция	Оснащенность
<p>Музыкально-физкультурный зал            Образовательная область «Физическое развитие»:            - НОД (групповые занятия);            - индивидуальные занятия;            - ЛФК.</p>	<p><u>Оборудование для зала:</u>            1.Бадминтон (2 набора)            2.Беговая дорожка (тренажер) (1 шт)            3.Бревно гимнастическое напольное (1 шт)            4.Велотренажер (1 шт)            5.Гантели детские (20 шт.)            6. Диск «Здоровье» (6 шт.)            7.Дуги для подлезания (2 шт.)            8.Канат для перетягивания (1 шт.)            9.Скамейка гимнастическая (2 шт.)            10.Мяч гимнастический 55 см (6 шт.)            11.Мяч гимнастический 65 см (6 шт.)            12.Мяч гимнастический 75 мм (10 шт.)            13.Мяч гимнастический 125 мм (10 шт.)            14.Мяч гимнастический 200 мм (10 шт.)            15.Мешок с песком (10 шт.)            16.Кольцо баскетбольное (1 шт.)            17.Контейнер для инвентаря (4 шт.)            18.Коврики для гимнастики (10 шт)            19.Гимнастические палки (10 шт.)            20.Контейнер для мячей (6 шт.)            22.Дорожка массажная ребристая (1 шт.)            23.Игровой конструктор для лазания (1 шт)            24.Игровой набор для метания (1шт.)            25.Координационная дорожка (2 шт.)            26.Музыкальная дорожка (1 шт.)            27.Звуковая дорожка с животными (1 шт.)            28.Мат со следочками (1 шт.)            29.Вестибулярный тренажер «Перекаатиполе» (1 шт.)            30.Мат игровой с аппликацией (2 шт.)            31.Брус-трапеция (1 шт.)</p>

	<p>32.Тюнель-лабиринт (1 шт.)  33.Массажная дорожка (1.шт.)  34.Дорожка со следами (2 шт.)  35.Эспандер кистевой детский (1 шт.)  36.Эспандер кистевой-кольцо (10 шт.)  40.Ленты с кольцом (10 шт.)  41.Флажки (10 шт.)</p> <p><u>Дополнительное оборудование:</u>  1.Наглядный материал:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• зимние виды спорта;</li> <li>• летние виды спорта;</li> <li>• спортивный инвентарь</li> </ul> <p>2.Маски, атрибуты для игр  3.Мольберт с магнитами</p>
--	---

### **3.7 Обеспеченность методическими материалами и средствами обучения и воспитания**

<b>Базисные программы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Программы дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением интеллекта. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание. Авторы: Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. М.: Просвещение, 2005. - 272 с.</li> </ul>
<b>Методические пособия</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Физическая культура в детском саду. Средняя группа. Л. И. Пензулаева;</li> <li>• Сборник подвижных игр/ Автор-сост. Э.Я. Степаненкова.</li> <li>• Оздоровительная гимнастика: Комплексы упражнений для детей 3-7 лет. Л.И. Пензулаева</li> <li>• О здоровье всерьез. Профилактика нарушений осанки и плоскостопия у дошкольников. Ю.А. Кирилова</li> </ul>